भारतीय रेल

कर्मवीर

15 वाँ अंक

1997

रेल इंजन कारखाना, जमालपुर

ए. पी. मुरुगेशन
महाप्रबन्धक
General Manager

पूर्व रेलवे
Eastern Railway
17, नेताजी सुभाष रोड
17, Netaji Subhas Road
कलकत्ता / Calcutta } 700001

शुभकामना संदेश

मुझे यह जानकर हार्दिक प्रसन्नता हो रही है कि "कर्मवीर" पत्रिका का 15 वाँ अंक शीघ्र प्रकाशित होने जा रहा है। रेल कर्मचारियों के बीच हिन्दी पत्रिका राजभाषा के प्रयोग के संदर्भ में एक सेतु का कार्य करती है एवं मुझे पूरा विश्वास है कि इस दिशा में यह पत्रिका एक मील का पत्थर साबित होगी।

मैं पत्रिका की सफलता हेतु हार्दिक कामना व्यक्त करता हूँ।

ए० पी० मुरुगेशन
महाप्रबन्धक

रंजन तिवारी
मुख्य राजभाषा अधिकारी
MUKHYA RAJBHASA ADHIKARI
एवं
वि. स. एवं मु. ले. अ. (वित्त एवं बजट)

पूर्व रेलवे
Eastern Railway
17, नेताजी सुभाष रोड
17, Netaji Subhas Road
कलकत्ता / Calcutta } 700001

अ. स. पत्र सं. ई 850/4/15/हिन्दी-2/भाग 11

दिनांक 28-1-1997

शुभकामना संदेश

रेल इंजन कारखाना, जमालपुर द्वारा प्रकाशित हिन्दी पत्रिका "कर्मवीर" पूर्व रेलवे के विभिन्न मंडलों एवं कारखानों द्वारा प्रकाशित की जानेवाली सभी पत्रिकाओं में निस्संदेह अपना विशिष्ट स्थान रखती है। जमालपुर कारखाने के अधिकारी और कर्मचारी राजभाषा के प्रयोग-प्रसार के प्रति पूर्ण प्रयत्नशील हैं, पत्रिका के अब तक के अंक इसके प्रमाण हैं। प्रकाश्य अंक में कारखाने की विभिन्न गतिविधियों के साथ-साथ चतुर्दिक पाठ्य-सामग्री के दर्शन होंगे, ऐसा मुझे पूरा विश्वास है।

"कर्मवीर" के हर आनेवाले अंक पाठकों के लिए प्रियतर होते जायं, ऐसी मेरी हार्दिक कामना है।

आपका
रंजन तिवारी

प्रदीप कुमार
निदेशक

भारत सरकार-रेल मंत्रालय
भारतीय रेल यांत्रिक एवं विद्युत अभियंत्रण संस्थान
जमालपुर-811214
GOVT. OF INDIA-MINISTRY OF RLYS.
Indian Railways Institute of Mechanical
& Electrical Engg.
JAMALPUR-811214
TEL & FAX :-0091-6344-43184

शुभकामना संदेश

मुझे हार्दिक प्रसन्नता है कि रेल इंजन कारखाना से हिन्दी पत्रिका "कर्मवीर" का नियमित प्रकाशन हो रहा है। इसमें रेलकर्मियों की साहित्यिक लेखन प्रतिभा एवं प्रेम देखने को मिलता है। कर्मवीर की रुचिकर एवं ज्ञानवर्द्धक रचनाएँ रेल कर्मचारियों में चेतना, साहस व जिजीविषा पैदा करती हैं। इसके माध्यम से राजभाषा का प्रचार-प्रसार बढ़ा है। यह गागर में सागर जैसा है।

मुझे विश्वास है, इसमें तकनीकी, साहित्यिक, आध्यात्मिक, स्वास्थ्य सम्बन्धी, मनोरंजक एवं बौद्धिक तथा राजभाषा सम्बन्धी रचनाएँ छपती रहेंगी जिससे राजभाषा के प्रचार-प्रसार के साथ, साम्प्रदायिक सद्भाव, राष्ट्रीय एकता एवं अखण्डता तथा मानवीय मूल्यों का सम्पोषण होता रहेगा।

मेरी शुभकामनाएँ हैं, कर्मवीर ताजा, खिला गुलाब-सा सबको पसंद आता रहे।

प्रदीप कुमार

अरुण कुमार तिवारी
मुख्य कारखाना प्रबन्धक
Chief Works Manager

पूर्व रेलवे
EASTERN RAILWAY
रेल इंजन कारखाना
जमालपुर
Locomotive Workshop
Jamalpur-811214

दिनांक 03-3-97

शुभकामना संदेश

मुझे हार्दिक प्रसन्नता है कि रेल इंजन कारखाना, जमालपुर का राजभाषा विभाग हिन्दी पत्रिका "कर्मवीर" अंक 15 का प्रकाशन कर रहा है।

मुझे विश्वास है कि "कर्मवीर" पत्रिका रेलों पर हिन्दी के प्रयोग-प्रसार में उत्साह पैदा करने और उनकी रचनात्मक प्रतिभा को उत्तरोत्तर बढ़ाने में सहायक सिद्ध होगी। साथ ही यह पत्रिका अन्य राष्ट्रीय प्रतिष्ठानों के लिए प्रेरणा स्रोत का भी माध्यम बनेगी।

"कर्मवीर" के सम्पादक मंडल को मेरा हार्दिक धन्यवाद।

अरुण कुमार तिवारी

कर्मवीर

राजभाषा के प्रयोग-प्रसार के लिए प्रतिबद्ध

हिन्दी पत्रिका

वर्ष : 9 अंक : 15 वसंत अंक

संरक्षक :
अरुण कुमार तिवारी
मुख्य कारखाना प्रबन्धक
पू. रे. जमालपुर

संचालन समिति :
दिनेश चन्द्र शर्मा
उप-मुख्य राजभाषा अधिकारी
उप-मुख्य यांत्रिक अभियन्ता (क्रेन)

अशोक कुमार चौधरी
उप-मुख्य लेखा अधिकारी
पू. रे. जमालपुर

प्रधान सम्पादक :
अनिमेष कुमार सिन्हा
वरिष्ठ मंडल यांत्रिक इंजीनियर
डीजल शेड, पू. रे. जमालपुर

सम्पादक :
विपुल रंजन पांडेय
राजभाषा अधिकारी
एवं
सहायक उत्पादन इंजीनियर, रेल इंजन कारखाना
पू. रे. जमालपुर

सह-सम्पादक :
मृत्युञ्जय कुमार झा, रा० सहायक
राजकिशोर मंडल, रा० सहायक
पृथ्वीराज मंडल, रा० सहायक
कौशल किशोर शुक्ल, रा० सहायक
विजय कुमार मंडल, रा० सहायक

पता :
राजभाषा विभाग
रेल इंजन कारखाना, पूर्व रेलवे
जमालपुर, मुंगेर
बिहार-811214

वितरण निःशुल्क

पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार लेखक के अपने हैं।
रेल प्रशासन या संपादक मंडल इनके लिए जिम्मेवार नहीं है।

अपनी बात

कर्मवीर—और गीता का अन्तिम श्लोक

प्रिय पाठकगण !

- 'कर्मवीर' शब्द अनायास ही कर्मण्यवाधिकारस्ते ..... की याद दिलाते हुए गीता की ओर सहज ही ध्यान खींच लेता है। लोकप्रियता भी गजब की चीज है !!!
- किसी भी रचना की अंततोगत्वा कसौटी लोकप्रियता ही होती है.....
  चाहे एक युग बाद ही सही.....
  मानस, बाइबिल कुछ सशक्त उदाहरण हैं.....
- गीता का सबसे लोकप्रिय श्लोक "कर्मण्यवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन्" है.....
  इतना कि—गीता का अंतिम श्लोक विस्मृत सा हो गया है.....
  शायद—हम भूल गए हैं कि गीता के रचनाकाल में (और बाद में भी) निष्काम कर्म की कमी थी सो इसे हाथोहाथ उठा लिया गया।
- सच ही है—जो चीज पास में नहीं होता है वही सबसे ज्यादा सुहाता है

* * * * * * * * *

गीता सार निस्संदेह अन्तिम श्लोक है

"यत्र योगेश्वरः कृष्णो यत्र पार्थो धनुर्धरः।
तत्र श्रीर्विजयो भूतिर्ध्रुवा नीतिर्मतिर्मम ॥

जहाँ योगेश्वर कृष्ण हैं और जहाँ धनुर्धारी पार्थ (अर्जुन) है, मुझे लगता है कि श्री (सौभाग्य), विजय, कल्याण और नीति (नैतिकता) भी अवश्य वहीं रहेंगी।

गीता का संदेश है - हम दिव्यदर्शन (योग) और ऊर्जा (धनुः) का संयोग करें और इनमें से पहले (दिव्यदर्शन) को विकृत होकर पागलपन में या दूसरे (ऊर्जा) को बर्बरता में न बदलने दें।

- मानवीय पूर्णता—उच्च विचार और न्याय कर्म के परस्पर विवाह की-सी एक वस्तु है। गीता के अनुसार मनुष्य का सर्वदा यही लक्ष्य रहना चाहिए।
  कृष्ण--उच्च विचार के द्योतक हैं और अर्जुन—न्याय कर्म के द्योतक हैं
  और दोनों के मेल से महाभारत की लड़ाई जीती गई।

* * * * * * * * *

- सो कर्मवीरों—अब उच्च विचार को पुनर्जाग्रित करने का भी समय आ गया है। निष्काम कर्म सह उच्च विचार—दोनों की जरूरत है।
- ऋषि मुद्गल की इस पावन भूमि पर उच्च विचारों की कमी कतई नहीं रही है। विगत तीन-चार वर्षों में कारखाना की प्रगति निस्सन्देह मुख्य कारखाना प्रबन्धक एवं अनेक पदाधिकारियों के उच्च विचार एवं आपके निष्काम कर्म के कारण ही सम्भव हो पाया है। महाप्रबन्धक एवं मुख्य यांत्रिक इंजीनियर सह मुख्यालय के उच्चाधिकारियों का दिशा निर्देश एक मिसाल है।
- पर अब जरूरत आन पड़ी है—इन उच्च विचारों को स्वयं में तलाशने की.....
- कर्मवीर शब्द को पूर्णतः सार्थक करने हेतु .....

* * * * * * * * *

- वक्त भी क्या अजीब है.....
- पिछले अंक में ही आप सब सुधी पाठकगण के संग हमने दुआ मांगी थी—मौत से जूझते देवनारायण साह की जिन्दगी हेतु.....
  और इस अंक में अपार दुःख समेत उनके स्वर्गवास की सूचना देनी पड़ती है।
- कभी-कभी सच लगता है—"भगवान जिनसे ज्यादा प्यार करते हैं उन्हें जल्द ही....."

* * * * * * * * *

- पत्रिका के प्रकाशन में सहयोग हेतु श्री रमेश नीलकमल, श्री विपुल पाण्डेय समेत पूरे संपादक मंडल एवं समस्त रचनाकारों का आभार
- बातें खत्म तो नहीं हुई पर.....
  अगले पन्नों में जारी है कर्मवीर की बात

अनिरुद्ध

अगले पन्नों में

1. जमालपुर रेल कारखाना : कल, आज और कल 9—14
2. ट्रेन कैसे चलती है ? 15—18
3. व्यवसाय जनित रोगों का संकट 19—20
4. संविधान सभा और राजभाषा (चिन्तन) 21—28
5. इन्हें जानिए 29—31
6. आहार सम्बन्धित बीमारियाँ 32—35
7. मौसमी फलों का संरक्षण 36—37
8. महिला विकास की बाधायें —38
9. मूर्खानन्द की चिट्ठी 39—41
10. दो लघुकथायें : बूढ़ा/बूढ़ी 42—43
11. काले कोट का सफेद दिन (कहानी) 44—47
12. न क्षीयते न क्षरति इत्यक्षरम् 48—50
13. योग—एक अनमोल खजाना 51—52
14. कविताएँ :
    - ● चार मित्र ● आदमी 53
    - ● श्याम दिवाकर की चार कविताएँ सह-समीक्षा ● गजल 54—57
    - ● शब्द एक परिभाषा अनेक ● बस अब नहीं कभी ● अंकुर 58
    - ● मैं और तुम 59
    - ● पीपल के काटे जाने के बाद ● गजल 60
    - ● आओगे राम पुनः तुम ● चीखती खामोशियाँ ● गजल 61
    - ● कर्मवीर के प्रति ● मतवारे ये नयन हमारे ● गजल 62
    - ● पराभूत 63
    - ● चार छोटी कविताएँ ● जिन्दगी के चार चित्र 64

इस अंक के रचनाकार

अनिमेष कुमार सिन्हा	:	प्रधान सम्पादक, वरिष्ठ मंडल यांत्रिक इंजीनियर, डीजल शेड, जमालपुर
श्रीमती आभा प्रदीप कुमार	:	कैम्प रोड, जमालपुर
अज्ञाताशीष	:	
आशुतोष दुबे	:	6, जानकीनगर एक्सटेन्शन, इन्दौर (म. प्र.)
कुसुम मणि त्रिपाठी 'कुसुम'	:	कारखाना मार्ग, जमालपुर
कमल किशोर 'भावुक'	:	'कान्ति-कुञ्ज' सी-2152, सपना, राजाजीपुरम्, लखनऊ (उ. प्र.)
चम्पा वैद	:	
डा. जी. सी. केशरी	:	मंडल-चिकित्सा अधिकारी, पू. रे. अस्पताल, जमालपुर
श्री टी सी नागले	:	उपमुख्य राजभाषा अधिकारी, एवं व. मं. वाणिज्य प्रबंधक, दानापुर
स्व. देव नारायण साह	:	पूर्व, राजभाषा अधिकारी, जमालपुर
नवीन कुमार दीक्षित	:	उप कारखाना अधीक्षक/प्रगति
नजरूल इस्लाम खाँ नजरजमालपुरी	:	राजभाषा सहायक, भंडार विभाग
पृथ्वीराज मंडल	:	राजभाषा सहायक
श्रीमती बबीता पोद्दार	:	केन्द्रीय टंकण अनुभाग, जमालपुर
भोला प्र० भगत	:	भंडार विभाग, जमालपुर
ममता सिन्हा	:	सुपुत्री श्री ए. के सिन्हा (विद्युत विभाग)
माला वर्मा	:	हुकुमचन्द जूट मिल, हाजीनगर, 24 परगना (उत्तर), प बंगाल
डा. रमेश नीलकमल	:	सं. शब्द कारखाना, अक्षर विहार, अवन्तिका मार्ग, जमालपुर
राजकिशोर मंडल (मूरखानन्द)	:	रा. सहायक, हिन्दी विभाग, जमालपुर
राजेश कुमार हजेला	:	
रामकृष्ण सहस्त्रबुद्धे भारती	:	डीजल शेड, पू. रे. मुगलसराय
रामदेव सिंह	:	टी.टी.ई., पू. रे. मुगलसराय
प्रो० रीता लाल	:	कृषि विज्ञान केन्द्र, मुंगेर
विजय कुमार गुप्त	:	कार्मिक शाखा, पू. रे. जमालपुर
विजय कुमार मंडल	:	राजभाषा सहायक II, जमालपुर कारखाना
शंकर दयाल सिंह	:	उपाध्यक्ष, संसदीय राजभाषा समिति (पूर्व)
सिद्धेश्वर	:	उद्घोषक, पटना जंक्शन
सरिता अपराजिता	:	महात्मा गाँधी रोड, जमालपुर

जमालपुर रेल कारखाना : कल, आज और कल

[एक अभियन्ता की अन्तर्दृष्टि]

संक्षिप्त इतिहास

8 फरवरी, 1862 को स्थापित यह कारखाना भारतीय रेलों में विविध निर्माण कार्यों को सफलतापूर्वक अंजाम देते हुए सबसे बड़ा और पुराना "इजन मरम्मत करने वाला कारखाना" के रूप में गौरवान्वित हुआ है। ब्रिटिश हुकूमत ने जमालपुर को कारखाना स्थल के रूप में इसलिए चुना था कि यहाँ पारम्परिक रूप से अतिकुशल कारीगर बहुतायत संख्या में उपलब्ध थे, जो बंगाल तथा उड़ीसा के नवाबों के लिए लोहे के अन्यान्य हथियार एवं आग्नेयास्त्र बनाया करते थे। यहाँ के निवासियों की कार्यकुशलता के अलावा यहाँ की आबोहवा एवं नैसर्गिक सौन्दर्य भी स्वस्थ और मोहक है जो बरबस अपनी ओर आकर्षित करते हैं। पूरब में जहाँ दूर तक फैली पर्वत श्रेणियाँ हैं, वहीं उत्तर में पतितपावनी गंगा प्रवाहित हो रही है।

यह कारखाना अपनी कार्यकुशलता के लिए अनेक बार "प्रथम" रहा है।

* इंजन तथा इंजन व्यॉलर निर्माण में प्रथम 1 वर्ष 1899 से 1923 के बीच कुल 216 अदद का निर्माण किया गया।
* देश में, पहली बार पहले रॉलिंग मिल की स्थापना सन् 1870 ई० में इसी कारखाने में की गई।
* सन् 1893 में प्रथम रेलवे फाउण्ड्री की स्थापना इसी कारखाने में की गई।
* स्वदेशी तकनीक के बलबूते पर सन् 1961 ई० में प्रथम रेल क्रेन का निर्माण इसी कारखाने में किया गया।
* उच्च क्षमता वाले विद्युतीय लिफ्टिंग जैक, टिकट प्रिंटिंग, टिकट चॉपिंग, टिकट स्लीटिंग तथा टिकट काउन्टिंग मशीनों का निर्माण भी प्रथमतः इसी कारखाने में शुरू हुआ।
* ढलाई द्वारा इस्पात के उत्पादन के लिए निर्मित 1/2 टन क्षमता वाले विद्युत् आर्क भट्ठी का निर्माण सन् 1961 ई० में केवल इसी कारखाने में सर्वप्रथम किया गया।

वाष्प इंजनों की मरम्मती का कार्य प्रमुख होते हुए भी सिर्फ इसी कार्य तक इस कारखाने ने अपने को सीमित नहीं रखा। यहाँ तक कि जब वाष्प इंजनों की मरम्मती के कार्य की प्रमुखता थी तब भी इस कारखाने की 40% क्षमता अन्य दूसरे निर्माण कार्यों से जुड़ी रही।

भारतीय रेलवे में वाष्प कर्षण की क्षमताओं में उत्तरोत्तर कमी आने के साथ-साथ वाष्प इंजनों सम्बन्धी क्रिया-कलापों में भी क्रमशः ह्रास होने लगा। वर्ष 1862-63 में इस कारखाने को जहाँ वाष्प इजन से सम्बन्धित प्रतिमाह 600 मानक इकाई क्रिया-कलाप उपलब्ध थे। उनमें 60 के दशक के बाद धीरे-धीरे कमी होती गई और अन्ततः अगस्त 1992 ई० में ये पूर्णतः समाप्त हो गए।

इस प्रकार वाष्प इंजनों में सम्बन्धित क्रिया-कलापों की समाप्ति के पश्चात इस कारखाने के सम्मुख कार्यभार सम्बन्धी कठिनाइयाँ आ खड़ी हुई जिनको डीजल इंजनों की मरम्मती, अनलोडेबुल बैगनों की मरम्मती, डीजल हाइड्रोलिक ब्रेक डाउन क्रेनों के निर्माण एवं टावर कारों के निर्माण जैसे कार्यों को हाथ में लेकर दूर किया गया। नई तकनीकी के अनुरूप कार्य निष्पादन की कुशलता जो इस कारखाने के कण-कण में मौजूद हैं, निम्नलिखित कारणों से ही सम्भव हो सका है—

* सभी प्रकार की चुनौतियों का सामना करने के लिए हमेशा तत्पर, सेवा भावना से समर्पित तथा कड़ी मेहनत की भावना से ओत-प्रोत मानव संसाधन।
* कास्टिंग, फोर्जिंग तथा मशीनिंग जैसे कार्यों की व्यापक अन्तःसंरचना की उपलब्धता आदि जो किसी भी रेल कारखानों में सामान्य रूप से उपलब्ध नहीं रहती हैं।

आज इस कारखाने ने जबकि अपने गौरवमयी क्रिया-कलापों एवं राष्ट्र के प्रति समर्पित सेवा भावना को अपनाते हुए 135 वर्षों की आयु पूरी कर ली है। आज भी यह बिहार के उत्तरी हिस्से, खासकर मुंगेर प्रमंडल के औद्योगिक मरुभूमि में आशा का संचार कर रहा है।

क्षमता का उपयोग

(क) डीजल इंजनों की मरम्मती :

वाष्प इंजनों की मरम्मती के साथ-साथ इस कारखाने में सन् 1982 से डीजल इंजनों की मरम्मती का कार्य आरम्भ किया गया। जब वाष्प इंजनों के तमाम क्रिया-कलाप बन्द कर दिए गए तब इस कारखाने में डीजल इंजनों की मरम्मती से सम्बन्धित क्रिया-कलापों की मुख्य रूप से वृहत कार्य के रूप में शेष रह गया जो रेलवे बोर्ड द्वारा निर्धारित लक्ष्य के अनुसार पूर्व रेलवे की मांगों को पूरा कर रहा है।

1993-94	1994-95	1995-96	1996-97 (जनवरी, 97)	
			लक्ष्य	उपलब्धि
88 अदद	111 अदद	122 अदद	105 अदद	105 अदद

(ख) अनलोडेबुल बॉक्स वैगन की मरम्मत :

अगस्त, 1992 में इस कार्य को शुरू किया गया जिसके द्वारा आज प्रतिमाह 300 एफ० डब्ल्यू० यू० उत्पादन के लक्ष्य की प्राप्ति हो रही है।

1993-94	1994-95	1995-96	1996-97 (जनवरी, 97)	
			लक्ष्य	उपलब्धि
1530	2677.5	2884.4	3000	3153

(ग) टावरकार का निर्माण :

यह कारखाना भारतीय रेलवे के लिए टावरकारों का निर्माण सन् 1984 से कर रहा है। शुरू में टावरकार मार्क-II का निर्माण कार्य आरम्भ हुआ। आज इस कारखाने में टावरकार मार्क-III का निर्माण किया जा रहा है। निर्मित टावरकारों की अद्यतन स्थिति इस प्रकार है :—

(अ) टावरकार मार्क-II ... 50 अदद

(ब) टावरकार मार्क-III ... 82 अदद

(घ) चल स्टॉक कल-पुर्जों का निर्माण :

इस कारखाने के लिए सवारी एवं माल डिब्बा, डीजल, विद्युत् लोको, इंजीनियरिंग आदि के कल-पुर्जों के निर्माण का कार्य महत्त्वपूर्ण क्रिया-कलापों में से एक है। वर्ष 1996-97 के दौरान (जनवरी' 97) तक कल-पुर्जों का टर्न ओवर 26.9 करोड़ रुपये का हुआ है।

(ङ) हैवी ड्यूटी लिफ्टिंग जैक का निर्माण :

जमालपुर जैक इस कारखाने का एक गौरवपूर्ण कार्य है, जिसका निर्माण नियमित रूप से किया जाता है। इनकी आपूर्ति पूरे भारतीय रेलों के साथ-साथ सार्वजनिक क्षेत्रों की इकाइयों यथा एन० टी० पी० सी०, सेल एवं भारतीय पोर्ट ट्रस्टों को की जाती हैं। अबतक 1000 अदद जमालपुर जैकों का निर्माण करके भेजा जा चुका है। फलस्वरूप, इस मद से 1996-97 वर्ष के दौरान जनवरी, 97 तक 1.000 करोड़ रुपये की प्राप्ति हुई है।

(च) ह्वील सेटों का निर्माण :

भारत के सभी कोच निर्माताओं को ह्वील सेटों की आपूर्त्ति रेलवे द्वारा की जाती है। ई० एम० यू० डिब्बों के लिए इनकी माँग ज्यादा हो रही है। रेलवे बोर्ड द्वारा इसकी विवशता महसूस की गई और मेसर्स जोसेफ तथा मेसर्स बी० ई० एम० एल० के लिए एसेम्बुल्ड ह्वील सेटों एवं आई० सी० एफ० के टायर्ड ह्वील की आपूर्त्ति हेतु

जमालपुर कारखाने को भार सौंपा गया। जमालपुर कारखाना ने आई० सी० एफ० की माँगों को पूरा कर दिया है और आशा है कि मेसर्स बी० ई० एम० एल० तथा मेसर्स जोसेफ की माँगों को भी कुछ ही महीनों में पूरा कर दिया जायेगा।

(छ) 140 टन ब्रेक डाउन क्रेन का निर्माण :

यह कारखाना रेलवे का अकेला क्रेन निर्माता है। सन् 1962 में कम क्षमता वाले वाष्प क्रेनों का निर्माण कार्यों के साथ इसका शुभारंभ किया गया जो लोको शेड एवं शेडों में काम करने वाले कर्मचारियों के उपयोग के लिए सहायक सिद्ध हुआ। धीरे-धीरे मध्यम क्षमता वाले वाष्प क्रेनों का निर्माण कार्य भी शुरू किया गया फलस्वरूप 75 टन क्षमता वाले ब्रेक डाउन क्रेन का भी निर्माण इस कारखाने में होने लगा। वाष्प के दौर समाप्त होते ही यहाँ 10 टन तथा 20 टन क्षमता वाले डीजल क्रेनों के निर्माण का कार्य इस कारखाने में शुरू किया गया और आज इन क्रेनों का निर्माण हो भी रहा है।

इस दिशा में जमालपुर कारखाना ने एक लम्बी छलांग लगाई जब सन् 1987 से 1995 के दौरान इस कारखाने के टावर कार शॉप एवं क्रेन शॉप द्वारा पश्चिम जर्मनी के फर्म मेसर्स गॉटवाल्ड से प्राप्त विश्व की आधुनिकतम तकनीक से निर्मित 12 डीजल हाइड्रोलिक क्रेनों का निर्माण सफलतापूर्वक किया गया। जर्मनी के मेसर्स गॉटवाल्ड के प्राद्योगिकी के आदान-प्रदान से अब जमालपुर कारखाना ने इन क्रेनों के निर्माण का कार्य स्वतन्त्र रूप से अपने हाथों में लिया है, वित्तीय वर्ष 1997-98 के दौरान ऐसे 4 अदद क्रेनों का निर्माण इस कारखाना में किया जाएगा। साथ ही वर्ष 1998-99 के दौरान प्रतिवर्ष 6 क्रेनों का उत्पादन करना इसकी योजना में शामिल है। ऐसे विशेष ब्रेक डाउन क्रेनों के लिए भारतीय रेलों से माँगें अधिक मात्रा में प्राप्त हो रही है।

तकनीकी के पुनर्भिकल्पन एवं सही समायोजन को अपनाकर रेल इंजन कारखाना जमालपुर ने अपने सतत प्रयासों के द्वारा इन क्रेनों के निर्माण लागत लगभग 13 करोड़ रुपये को कम करके लगभग 7.8 करोड़ रुपये तक लाया है। यह भी प्रयास किया जा रहा है कि इन क्रेनों के निर्माण की लागत में और भी कमी करते हुए भारतीय रेलों को सस्ती लागत पर क्रेन उपलब्ध कराई जा सके।

उपलब्धियाँ

(क) क्षतिग्रस्त इंजनों की मरम्मत :

वर्षों से यह कारखाना दुर्घटना में क्षतिग्रस्त इंजनों को पुनर्जीवित करने के कार्यों में सक्रियता से संलग्न रहा है, रेलवे तथा सार्वजनिक उपक्रमों से प्राप्त क्षतिग्रस्त इंजनों की मरम्मत करके इस कारखाने ने काफी ख्याति अर्जित की है। 1997 में 46वाँ इंजन-18779 WDM2 की सफलतापूर्वक मरम्मत करके, उसके ले-आउट और एसेम्बली में नई डिजाइन करके उसे उपयोगी बनाया गया जो एक संघर्षपूर्ण कार्य था।

क्षतिग्रस्त इंजनों के मरम्मत से सम्बन्धित इस कारखाने की कुछ खास विशेषताएँ इस प्रकार हैं :—

1. संरचनात्मक मरम्मत की आन्तरिक सुविधा एवं कार्यकुशलता जो अन्यत्र बड़ी मुश्किल से मिलता है।
2. उच्च कार्यकुशलता के अभाव में जहाँ अन्य कारखाने मरम्मत कार्य में असफल होते हैं, वहीं जमालपुर कारखाना द्वारा उन्हें सफलतापूर्वक कार्यकुशलता से अंजाम दिया जाता है।
3. **कुशल कारीगरी**—चक्कों पर खड़ी स्टील का एक लुंज-पुंज ढेर जिसे कम लागत पर पुनर्निर्मित कर चालू इंजन में परिवर्तित किया जाता है। इस तरह इन इंजनों में एक नई जान डाली जाती है, जो राष्ट्रीय हित में है।

(ख) मीडियम फॉस्फोरस ब्रेक ब्लॉक :

रेलवे में और पूर्वी क्षेत्र की निजी ढलाई में मीडियम फॉस्फोरस क्वालिटी ब्रेक ब्लॉक के उत्पादन को विकसित करने में यह कारखाना प्रथम है। इसने ब्रेक ब्लॉक की क्रियाशीलता में 20% की वृद्धि कर दी है। इस

कारखाने को प्रतिमाह एक लाख से अधिक ब्रेक ब्लॉक बनाने की विशिष्टता प्राप्त है, जो भारतीय रेलवे के किसी कारखाने के लिए सबसे अधिक है। कारखाने में उत्पादित ब्रेक ब्लॉक पूर्व रेलवे की आवश्यकताओं की पूर्त्ति तो करता ही है, साथ ही द० पू० रेलवे और उ० सी० रेलवे को भी उनकी माँगों के अनुसार इसकी आपूर्त्ति की जाती है।

(ग) पी० एस० यू० इंजनों की मरम्मत :

आये दिन बढ़ती कठिनाइयों के बावजूद रेलवे देश को उन्नति की ओर अग्रसर करने में सदा अग्रणी रही है। अनेक पी० एस० यू० जैसे एन० टी० पी० सी०, सी० पी० टी०, एस० ए० आई० एल० में इंजन हैं जो उनके उत्पादन के मुख्य कारक हैं। यह कारखाना जो मरम्मती कार्यों के लिए विशिष्टता प्राप्त है, पी० एस० यू० इंजनों के लिए सम्पूर्ण पूर्वी क्षेत्र की आवश्यकताओं की पूर्त्ति करता है।

पी० एस० यू० इंजनों की मरम्मत सम्बन्धी कार्यों को वर्ष 1987 में सामान्य रूप से प्रारम्भ किया गया था जो चालू वर्ष में सुदृढ़ हो गया है। प्रति माह एक पी० एस० यू० इंजन निकाला जा रहा है। आज की तारीख तक पी० एस० यू० इंजन मरम्मत में कुल 17.00 करोड़ रुपये की प्राप्ति हुई, जिसमें वर्ष 1996-97 में जनवरी तक 2.13 करोड़ रुपये की प्राप्ति शामिल है।

आधुनिकीकरण

आधुनिकीकरण के प्रथम एवं द्वितीय चरण में इस कारखाने को सम्मिलित नहीं किया गया। तृतीय चरण में 9.6 करोड़ रुपये लागत का एक छोटा आधुनिकीकरण कार्यक्रम स्वीकृत किया गया।

तृतीय चरण के अन्तर्गत जमालपुर कारखाने के आधुनिकीकरण सम्बन्धी कार्य प्रगति पर है, आज तक इसका 50% कार्य सम्पन्न हो चुका है तथा इसे 98-99 तक पूरा कर लेने की संभावना है। इस आधुनिकीकरण का मुख्य उद्देश्य है :—

(क) एक पूरे डीजल इंजन के आवधिक मरम्मत की कार्यावधि 30 कार्यदिवस से घटाकर 25 कार्यदिवस करना।

(ख) उत्पादकता को बढ़ाने के लिए अद्यतन सामग्री ढुलाई सुविधाओं की व्यवस्था।

(ग) कारखाने के भीतर जलापूर्त्ति एवं सफाई सुविधाओं को समुन्नत बना कर अच्छे कार्योपयुक्त परिवेश का निर्माण।

सामग्री प्रबंधन

(क) इनभेंटरी प्रबंधन :

जमालपुर भंडार डीपो पूर्व रेलवे का एक बड़ा भंडार डीपो है। इस डीपो में लगभग 11000 मदों (4500 अदद स्टॉक मद और 6500 अदद गैर स्टॉक मद) का आदान-प्रदान किया जाता है। अब जबकि इस इलैक्ट्रॉनिक युग में इनभेंटरी प्रबन्धन के आगमन से सामग्री प्रबन्धन एक लाभकारी संस्था के रूप में उभर कर आया है, अतः जमालपुर डीपो भी इस क्षेत्र में सक्रिय भूमिका निभा रहा है ताकि समय की माँग को पूरा किया जा सके। प्रतिवर्ष टी० ओ० आर० केवल 7.89% को बनाएँ रखते हुए 73 करोड़ रुपये की लागत मूल्यों की सामग्रियाँ इस डीपो द्वारा जारी किया गया जो इस कारखाने की एक उपलब्धि है। इस प्रकार डीपो की कार्यकुशलता में प्रत्येक वर्ष सुधार हो रहा है।

(ख) कचड़ों का निष्पादन :

मंडलों एवं कारखानों से प्राप्त कचड़ों के निष्पादन के लिए जमालपुर एक महत्त्वपूर्ण डीपो है। इस डीपो द्वारा प्रत्येक वर्ष नीलामी के जरिए 20 करोड़ रुपये का अर्जन किया जा रहा है।

मानव संसाधन का विकास

(क) मैन पावर प्लानिंग :

भारतीय रेलों के सामूहिक लक्ष्यों को मद्देनजर रखते हुए यह कारखाना औद्योगिक क्षेत्र में आगे बढ़ते हुए मैन पावर प्लानिंग का एक सक्रिय हिस्सा बन गया है। फलस्वरूप स्वीकृत कर्मचारी संख्या में 2% की कमी हुई है।

(ख) मल्टीस्कीलिंग :

कारखाने के सभी कैडर स्ट्रक्चर का पुनरीक्षण मान्यता प्राप्त यूनियनों के परामर्श से करते हुए मल्टीस्कीलिंग को लागू कर कुल 113 कोटियों को घटाकर कोटियों की संख्या 34 कर दी गई है।

(ग) प्रशिक्षण सुविधाएँ :

वर्तमान कर्मचारियों एवं प्रवेशार्थियों को तकनीकी प्रशिक्षण देने के लिए जमालपुर कारखाना सुनियोजित ढंग से दो प्रशिक्षण केन्द्र चला रहा है।

(क) बुनियादी प्रशिक्षण केन्द्र सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक दोनों तरह के प्रशिक्षण अप्रेन्टिस मैकेनिक्स, इन्टर मेडिएट अप्रेन्टिस, एक्ट अप्रेन्टिस को देता है, साथ ही कारखानों एवं मंडलों के कार्यरत कर्मचारियों के लिए पुनश्चर्या पाठ्यक्रम एवं अनुसूचित जाति एवं जनजाति के पर्यवेक्षकों और कारीगरों के लिए पूर्व पदोन्नति पाठ्यक्रम आयोजित करता है।

(ख) मंडलों के परिचालन कर्मचारियों (क्लीनर एवं विभिन्न श्रेणियों के चालक) के लिए प्रणाली तकनीकी स्कूल पुनश्चर्या पाठ्यक्रम एवं पूर्व पदोन्नति पाठ्यक्रम आयोजित करता है। इसके अलावा, ग्रुप 'बी' की परीक्षा में सम्मिलित होने वाले पर्यवेक्षकों के लिए भी कक्षाओं का आयोजन करता है ताकि उनका ज्ञानवर्द्धन हो सके।

कर्मचारी कल्याण

(क) कर्मचारी कल्याण कोष :

मान्यता प्राप्त यूनियनों के सक्रिय सहयोग से इस कारखाने में एक अनूठे कर्मचारी कल्याण-कोष की स्थापना की गई है। जब कभी भी हमारे कार्यरत कर्मचारी की मृत्यु हो जाती है तो उनके परिवार को तत्काल इस कल्याण-कोष से 10,000/- रुपये का भुगतान किया जाता है।

(ख) अनुकम्पा के आधार पर नियुक्ति :

कार्यरत रेलवे कर्मचारियों की मृत्यु के मामले में अनुकम्पा के आधार पर की जाने वाली नियुक्तियों का निष्पादन एक नियत अवधि के अन्तर्गत की जाती है। फिलहाल, जिसमें कि कानूनी अड़चन है, वैसे मामलों को छोड़कर, अनुकम्पा के आधार पर की जानेवाली नियुक्तियों का कोई मामला इस कारखाने में लम्बित नहीं है।

(ग) सेवानिवृत्ति के उपरान्त रेलवे कर्मचारियों के देय राशि का निपटान :

सेवानिवृत्ति की देय राशि का भुगतान सेवानिवृत्ति के दिन ही कर देने का कार्य निर्विघ्न रूप से 100% हो रहा है, जिससे इस प्रक्रिया में होने वाला विलम्ब समाप्त हो गया है, साथ ही कर्मचारियों की मानसिक परेशानियाँ एवं आक्रोश का समूल विनाश हो गया है।

(घ) साविधिक कैन्टिन :

इस कारखाने में साविधिक कैन्टिन चलाई जा रही है, जिसमें कर्मचारियों को सस्ते दर पर अधिक स्वस्थ एवं स्वच्छ वातावरण में भोजन उपलब्ध कराया जाता है।

(ङ) चिकित्सा सुविधाएँ :

हर प्रकार की चिकित्सीय उपस्करों से लैस एक मुख्य अस्पताल, जमालपुर में सुलभ है। मुख्य अस्पताल के अतिरिक्त यहाँ कुल 5 (पाँच) स्वास्थ्य इकाइयाँ हैं :—

1. दौलतपुर स्वास्थ्य इकाई 2. रामपुर स्वास्थ्य इकाई 3. कारखाना स्वास्थ्य इकाई
4. गेट सं०-6 स्वास्थ्य इकाई 5. यातायात स्वास्थ्य इकाई।

चिकित्सा विभाग में 22 चिकित्सक, 122 ग्रुप-"सी" कर्मचारी एवं 271 ग्रुप-"डी" कर्मचारी हैं, जो चिकित्सा अधीक्षक के नेतृत्व में कार्यरत हैं।

(च) रेलवे विद्यालय :

प्रकार		संख्या
(क) रेलवे इन्टर महाविद्यालय	...	1
(ख) मध्य विद्यालय	...	2
(ग) ए० टी० पी० विद्यालय	...	3
	कुल...	6

(छ) रेलवे आवास :

जमालपुर स्थित विभिन्न रेलवे कॉलोनियों में कारखाना पूल के लिए टाइप-I तथा टाइप-II आवासों की कुल संख्या इस प्रकार हैं :—

टाइप-I	...	384
टाइप-II	...	793
	कुल —	1177

(ज) मनोरंजन गतिविधियों के लिए यहाँ दो मनोरंजन गृह तथा दो संस्थान हैं :

मनोरंजन गृह :— 1. यांत्रिक मनोरंजन गृह 2. भंडार मनोरंजन गृह

संस्थान :— 1. केन्द्रीय संस्थान एवं गोल्फ क्लब 2. राष्ट्रीय संस्थान

(झ) परिवाद (शिकायत) निपटारा :

कारखाने के प्रत्येक शॉप में एक परिवाद (शिकायत) पुस्तिका खोली गई हैं, जिसमें कार्यरत कर्मचारी अपनी शिकायत दर्ज करते हैं एवं कल्याण निरीक्षकों का दल दर्ज किये गये हरेक मामले की जाँच-पड़ताल कर उसका निपटारा करते हैं।

अनुसूचित जाति/जन जाति कर्मचारी संगठन के साथ-साथ मान्यता प्राप्त यूनियनों के प्रतिनिधियों एवं प्रशासन के बीच बैठकें नियमित रूप से आयोजित की जाती हैं, जिनमें सकारात्मकता अपनाते हुए शांतिपूर्वक सभी मामलों पर चर्चाएँ की जाती हैं।

(त) महिला समितियाँ :

महिला समितियाँ रेल कर्मचारियों की पत्नियाँ, महिला आश्रितों का एक सामाजिक संगठन है। इसकी स्थापना कर्मचारियों के बीच प्यार, स्नेह एवं हार्दिक सम्बन्ध स्थापित करने के उद्देश्य एवं लक्ष्य को लेकर चल रही है। यह अपने सदस्यों के बीच तकनीकी ज्ञान, बुनियादी, सामाजिक एवं सांस्कृतिक शिक्षा तथा साक्षरता, शारीरिक रूप से सुगठित एवं घरेलू आय को बढ़ाने के लिए प्रोत्साहित करता है। इन केन्द्रों द्वारा बड़े पैमाने पर वर्दियों की सिलाई की जाती हैं एवं रेल कर्मचारियों के परिवार जनों द्वारा ये कार्य किये जाते हैं और इन्हें रेल द्वारा पारिश्रमिक भी दिया जाता है।

जमालपुर में 4 (चार) महिला समितियाँ चल रही हैं।

1. पूर्व कॉलोनी महिला समिति 2. दौलतपुर कॉलोनी महिला समिति
3. रामपुर कॉलोनी महिला समिति 4. रामपुर मैदान कॉलोनी महिला समिति

(थ) कर्मचारी सहकारिता बैंक :

कारखाना परिसर में एक कर्मचारी सहकारिता बैंक सफलतापूर्वक संचालित किया जा रहा है। यह बैंक कर्मचारियों को उनके बीच बचत करने के लिए प्रोत्साहित करता है और उनको आवश्यकतानुसार आसान ब्याजों पर ऋण उपलब्ध कराता है।

ट्रेन कैसे चलती है ?

परिचय :

हममें से हर कोई ट्रेन पर चढ़ा होगा। परन्तु ट्रेन कैसे चलती है यह दुविधा, यह संशय, मस्तिष्क से कभी निकल नहीं पाती। यातायात के अन्य साधनों यथा कार, बस, ट्रक जिनमें इंजन (जहाँ चलशक्ति उत्पादित होती है) उसी ढांचे में अवस्थित होता है जो चलती है। चालित यूनिट के अलावा पीछे और कोई भी ढांचा या डिब्बा सदृश यूनिट लगा नहीं रहता है। इन पारम्परिक यातायात साधनों में मात्र ट्रैक्टर (जिसमें एक ट्रेलर लगा हो) रेलगाड़ी के बस थोड़ी-सी ही सदृश होती है।

ट्रक या बस से ट्रेन की तुलना निम्नवत है :—

विवरण	कुल वजन	लम्बाई
ट्रक	15 टन	8 मीटर
ट्रेन	(क) सवारी गाड़ी–1000 टन	500 मीटर
	(ख) मालगाड़ी–4,500 टन	600–650 मीटर

उपर्युक्त तालिका से यह बिल्कुल स्पष्ट है कि ट्रेन का वजन ट्रक की तुलना में 70 से 250 गुणा ज्यादा होता है।

दिमाग में यह प्रश्न स्वत: कौंधता है कि रेलगाड़ी के इंजन की शक्ति भी क्या ट्रक से 70 से 250 गुणा ज्यादा है। इसका एक ही जवाब है—नहीं। रेल इंजन की अश्वशक्ति ट्रक की तुलना में 40 से 60 गुणा ही ज्यादा होती है, परन्तु वजन ढोने की क्षमता 70 से 260 गुणा अधिक होती है। ये दो तथ्य परस्पर विरोधी प्रतीत होती हैं। इस विरोधाभास का एक ही उत्तर है कि रेलगाड़ी में शक्ति का उपयोग ज्यादा कारगर ढंग से होता है।

किसी भी वाहन में इंजन जो भी शक्ति उत्पन्न करती है, उसका एक बड़ा भाग घर्षण इत्यादि में बेकार खर्च हो जाता है। रेलगाड़ी में शक्ति का इस तरह अपव्यय बहुत कम होता है।

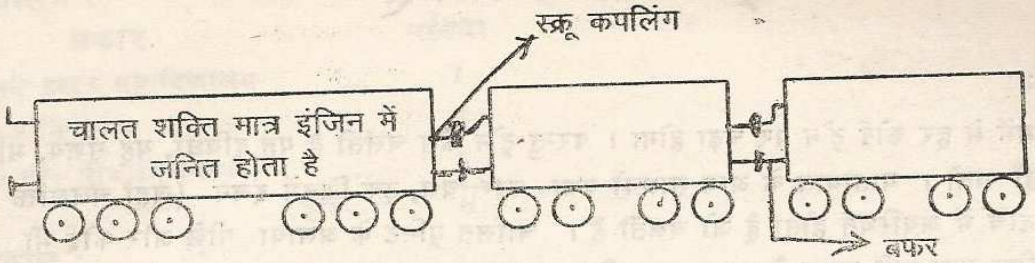
बहुत कम लोगों को यह पता होगा कि भारत जैसे पैट्रोलियम विपन्न देश में जहाँ डीजल बहुमूल्य है, सड़क परिवहन में रेल परिवहन की तुलना में समान वजन के लिए डीजल की खपत 20 गुणा ज्यादा होती है। तुलनात्मक डीजल खपत का आँकड़ा निम्नवत है :—

विवरण	प्रति हजार टन प्रति 10 कि०मी०
ट्रक	120 लीटर
रेलगाड़ी	10 लीटर

उपर्युक्त तालिका से स्पष्ट है कि डीजल का परिवहन क्षेत्र में सबसे ज्यादा सुचारु प्रयोग रेल इंजन में ही सम्भव है। यूँ कहें कि यदि डीजल का सदुपयोग करना हो तो उसका अधिकतम प्रयोग रेल इंजन में ही करना चाहिए। एक स्वाभाविक प्रश्न उठता है कि डीजल जैसे बेशकीमती पदार्थ का सर्वोत्तम व सबसे किफायती प्रयोग रेल परिवहन में कैसे सम्भव है। ऐसी विलक्षणता रेलगाड़ियों की विशिष्ट डिजाइन द्वारा संभव है जिससे हम आगे अवगत होने जा रहे हैं।

सामान्य संरचना :—

चित्र—



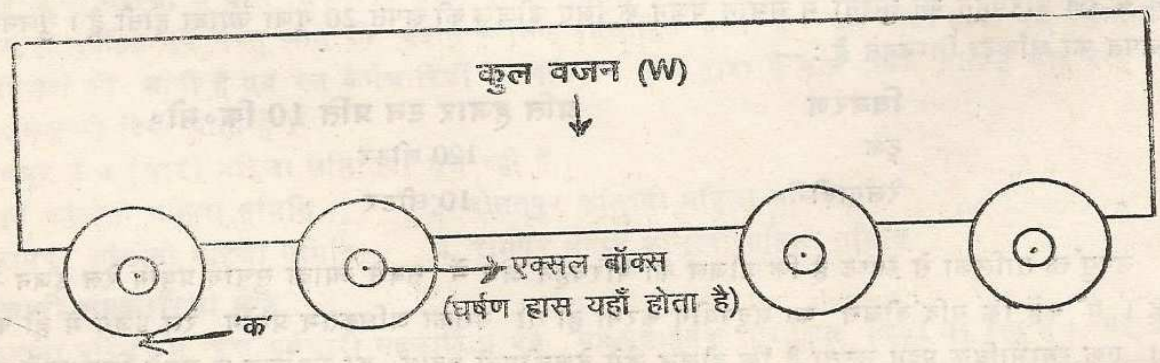
सामान्य रेलगाड़ियों की संरचना निम्नवत होती है :—

विवरण	डिब्बों की सं०	वजन (टन)	गति (कि० मी० प्रति घंटा)
मेल/एक्सप्रेस गाड़ी	15 से 20	750–10,000	100 से 110
सामान्य मालगाड़ी	60 से 75	2,500–3,000	75
भारी मालगाड़ी	58 बॉक्स एन या बी. सी. एन	4,500	80

ट्रेन कैसे चलती है यह समझने के लिए हम एक रेल इंजन और एक डिब्बा की सामान्य संरचना पर ध्यान देंगे। रेल इंजब (डीजल और विद्युत) दोनों ही शक्ति जनित्र यूनिट हैं। अर्थात् ट्रेन चलाने के लिए सारी ताकत यहीं पर उत्पादित होती है जो कि सारे डिब्बों को खींचती है। जिसे हम डीजल इंजन के नाम से जानते हैं, वह वस्तुत: डीजल विद्युत इंजन होता है जिसमें एक विशालकाय जेनेरेटर होता है जो विद्युत उत्पादित करता है। यही विद्युत पहियों से जुड़ी विशालकाय मोटर को चलाता है जिससे पहिये घूमते हैं। ऐसे मोटर विद्युत इंजन में भी होते हैं। बहुत सारे लोग यह जानना चाहते होंगे कि जब 60 अश्वशक्ति वाले ट्रक या ट्रैक्टर का गीयर बॉक्स इतना विशाल होता है तो 2400–3600 अश्वशक्ति वाले रेल इंजन का गीयर बॉक्स कितना विशालकाय होगा ? यह एक मिथ है। रेल इंजन में कोई गीयर बॉक्स या गीयर नहीं होता। गीयर बॉक्स को हटाने के लिए ही विद्युत से चलनेवाले मोटर का इस्तेमाल डीजल एवं विद्युत दोनों ही इंजनों में किया जाता है।

तब एक दूसरा सवाल दिमाग में आता है कि इतनी भारी रेलगाड़ी इतनी द्रुत गति से कैसे चलती हैं ? इसे समझने के लिए हमें एक रेलडिब्बे की संरचना पर ध्यान देना होगा।

चित्र (रेल डिब्बा)



एक सवारी डिब्बे में आठ (8) पहिये होते हैं एवं इसका वजन 50 टन होता है। माल से भरे ट्रक का तीन गुणा। परन्तु इस डिब्बे को चलाने में या दौड़ाने में 50 टन वजन जितना जरूरी नहीं है,बल्कि कुल वजन जिसे पार

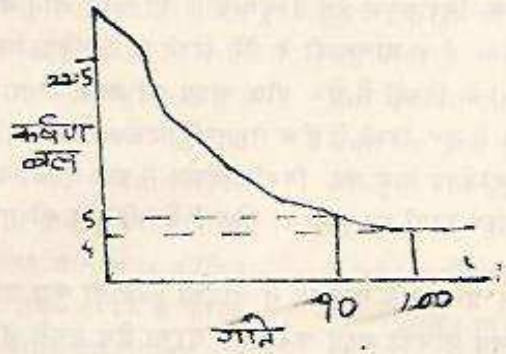
करना है $50 \times \frac{1}{250} = 1/5$ टन मात्र ही होती है। यानी हर डिब्बे को खींचने के लिए केवल .2 या 1 टन का पाँचवाँ भाग बराबर ताकत की ही जरूरत पड़ती है। (1/250 एक्सिल बॉक्स की घर्षण ह्रास होती है।) इस प्रकार एक 20 सवारी डिब्बे वाले ट्रेन को खींचने के लिए $20 \times \frac{1}{5} = 4$ टन शक्ति की जरूरत होती है।

रोड वाहनों में एक्सिल बॉक्स की जगह, सड़क से सन्धि रेखा (रेखाचित्र 'क' में दिखाया गया है) में घर्षण ह्रास होता है जो कि एक्सिल बॉक्स के घर्षण ह्रास से 20-25 गुणा ज्यादा होता है। इस कारण शक्ति की खपत ज्यादा, ऊर्जा का अपव्यय ज्यादा और डीजल पेट्रोल की खपत भी ज्यादा होती है।

एक डीजल इंजन $22\frac{1}{2}$ टन बल पैदा कर सकता है। यह स्वाभाविक कौतूहल होता है कि हम इंजन की क्षमता से कम काम तो नहीं ले रहे हैं। परन्तु हकीकत यह नहीं है। एक रेल इंजन की अश्वशक्ति स्थिर रहती है, परन्तु कर्षण क्षमता गति के साथ घटती है। इसे यूं दिखाया जा सकता है :—

कर्षण क्षमता × गति = एक स्थिर राशि (अचल)

चित्र के तौर पर इसे यों समझा जा सकता है :—



अधिकतम गति का आकलन :—

तो आइये, आपको बतायें कि एक ट्रेन की गति का आकलन कैसे किया जाता है :—

(क) सवारी डिब्बों का घर्षण ह्रास—1/250

एक सवारी डिब्बा का वजन—50 टन

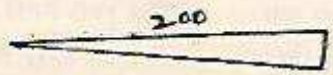
अत; एक सवारी डिब्बा में घर्षण ह्रास $= 50 \times \frac{1}{250}$

अत: बीस डिब्बों में कुल घर्षण ह्रास $= 20 \times 50 \times \frac{1}{250} = 4$ (चार) टन

अब हम कर्षण क्षमता गति के ग्राफ में देखते हैं कि 4 टन के अनुपात में अधिकतम गति कितनी है जो कि ग्राफ के अनुसार 100 मि. मी. प्रतिघंटा होती है।

यदि एक्सिल बॉक्स में घर्षण ह्रास 1/250 के बदले 1/200 हो तो 20 डिब्बों में कुल घर्षण ह्रास $= 20 \times 50 \times \frac{1}{200} = 5$ टन होगी। जिसके समानुपातिक अधिकतम गति 90 मि. मी. प्रति घंटा होती है। उपर्युक्त दोनों आकलन यह मानकर किया गया है कि ट्रेन समतल पटरी पर चल रही है। यदि पटरी चढ़ाई वाले ढाल पर अवस्थित हो तो घर्षण ह्रास के अलावा चढ़ाई के कारण रेल इंजन पर और ज्यादा जोर पड़ता है। उदाहरण के तौर पर हम 1/200 ऊँची ढलाईवाली चढ़ाई पर जाने देते हैं।

1/200 ऊँची ढलाई को चित्रवत यों व्यक्त किया जा सकता है :—



अर्थात् अतिरिक्त वजन जिसे रेल इंजन को ढोना पड़ेगा, वह $20 \times 50 \times \frac{1}{200} = 5$ टन होता है। यानी, 1/200 की चढ़ाई 1 ट्रेन की जगह 2 ट्रेन के बराबर लोड उत्पन्न करता है।

इस तरह से ट्रेन की अधिकतम गति का आकलन किया जाता है।

(ख) ट्रेन परिचालन की वास्तविक परिस्थितियों में ट्रेन जितनी अधिकतम गति प्राप्त कर सकती है, उतना ही महत्वपूर्ण तथ्य होता है, ट्रेन को कितनी कम दूरी में रोका जा सकता है? उदाहरणस्वरूप 10 डिब्बे वाली सवारी गाड़ी को 100 कि. मी. प्रति घंटा की रफ्तार से रोकने में 1000–1200 मी. लग जाता है। इस वास्तविक ब्रेकिंग दूरी के अलावा ड्राइवर को ब्रेक, वाल्व इत्यादि चालू करने में एवं लाल सिगनल को देखकर प्रतिक्रिया करने में जो समय लगता है, उस प्रतिक्रिया समय के अनुरूप 200–300 मीटर दूरी 100 मि. मी. रफ्तार पर और लगती है। अतः रुकने वाली सिगनल को कम-से-कम 1.5 कि. मी. दूर से देखना जरूरी हो जाता है।

(ग) ब्रेक लगाने पर ट्रेन रुकने की दूरी वजन बढ़ने के साथ बढ़ती है एवं गति के साथ भी बढ़ती है। परन्तु सिगनल इत्यादि नियत दूरी पर स्थित है। अतः उच्च गति पर ज्यादा वजनी गाड़ियों को चलाने में बाधा महसूस की जाती रही है। इसके निराकरण हेतु वैक्यूम ब्रेक की जगह वायु ब्रेक का इस्तेमाल उच्च गति वाली वजनी ट्रेनों में किया जाता है। मालगाड़ी के ऐसे डिब्बे पारम्परिक लाल रंग की जगह हरे रंग का होता है। ऐसी सवारी गाड़ियों के डिब्बों में एक हौज पाइप की जगह दो वायु पाइप होते हैं। ट्रक एवं कार के विपरीत, ट्रेन में हर डिब्बे में ब्रेक लगता है, जिसका नियंत्रण इंजन से ड्राइवर करता है। ब्रेक संचालन हेतु निर्वात् या कम्प्रेस्ड वायु का निर्माण इंजन में लगे एक्जौस्टर या कम्प्रेसर से होता है।

(घ) इनके अलावा पटरी का घुमावदार मार्गों पर वक्र या गोलाई से भी ट्रेन की गति सीमित होती है।

ट्रेन गतिकी के बारे में इस प्रारम्भिक परिचय से आपकी जिज्ञासा कुछ शांत हुई होगी और जो बची रह गई होंगी, उन्हें समझने में यह परिचय आपकी मदद करेगा। वरना शेष अगले अकों में·····

□ अनिमेष कुमार सिन्हा

❁ जो शिक्षा आदमी को संकीर्ण और स्वार्थी बना देती है, उसका मूल्य किसी जमाने में चाहे जो रहा हो, अब नहीं है।

❁ अपना कर्तव्य करने से पहले दूसरे की कर्तव्य की आलोचना करने से पाप होता है।

❁ कोई भी धर्म हो, उसके कट्टरपन को लेकर गर्व करते के बराबर— मनुष्य के लिए ऐसी लज्जा की बात, इतनी बड़ी बर्बरता और दूसरी नहीं है।

❁ एक आदमी दूसरे के मन की बात जान सकता है तो केवल सहानुभूति और प्यार से—उम्र और बुद्धि से नहीं।

—शरतचन्द्र

व्यवसाय जनित रोगों का संकट

कल-कारखानों में लम्बी अवधि तक कार्य करने के दौरान श्रमिकों का स्वास्थ्य प्रभावित होता है। उत्पादन-लक्ष्य प्राप्ति हेतु कारखानों में अपनाई जाने वाली उत्पादन-प्रक्रियाओं के मध्य श्रमिकों को अनेकानेक हानिकारक पदार्थों के उपयोग एवं उपयोगजनित गैस, वाष्प अथवा धूल आदि के कारण दूषित वातावरण में निरन्तर कार्यरत रहने की आवश्यकता होती है। साथ ही साथ उत्पादन प्रक्रियाओं से जुड़ी तेज आवाज, गर्मी, कम्पन तथा उच्च पदान्तर वाले विद्युत-संवाहन का सम्पर्क भी लगातार बना रहता है। इन कारकों का सम्मिलित दुष्प्रभाव श्रमिकों के मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ता है और वे व्यवसाय-जनित रोगों (Occupational Diseases) से ग्रस्त हो जाते हैं। व्यवसाय-जनित रोग घातक होते हैं एवं चिकित्सा द्वारा इनका निदान सम्भव नहीं है। अर्थात् व्यवसाय जनित रोगों से बचाव केवल पूर्व-अपेक्षित सावधानियों द्वारा ही सम्भव है। उदाहरण के लिए तप्त धातु द्वारा संप्रेषित ताप के लगातार लम्बी अवधि तक सम्पर्क के कारण श्रमिकों के आँखों को व्यवसाय-जनित मोतियाबिंद रोग प्रभावित करता है। ऐसा मोतियाबिंद एक साथ दोनों आँखों में होता है तथा कभी भी ठीक नहीं होता। ज्ञात रहे कि साधारण मोतियाबिंद एक आँख में होता है तथा चिकित्सा द्वारा ठीक भी हो जाता है।

उत्पादन-प्रक्रियाओं के मध्य उपयोग में आने वाले जहरीले पदार्थ तीन प्रकार से श्रमिकों के शरीर में प्रवेश करते हैं—

1. श्वास प्रक्रिया द्वारा
2. भोजन नलिका द्वारा
3. सीधे स्पर्श द्वारा

श्वास-प्रक्रिया द्वारा प्रवेश करने वाले गैस, धूल एवं वाष्प आदि फेफड़े की कार्यक्षमता को बुरी तरह प्रभावित करते हैं तथा अंततोगत्वा व्यवसाय जनित श्वास-रोगों के कारण बनते हैं। उदाहरण के लिए फाउण्ड्री-कार्यशालाओं में जहाँ बालू पीसने तथा शॉट-ब्लास्टिंग जैसी प्रक्रियायें चलती हैं, ऐसे रोगों का संकट हमेशा बना रहता है। ऐसी कार्यशालाओं के वातावरण में बालू के कण प्रचुर परिमाण में विद्यमान रहते हैं, जो श्वास-प्रक्रिया द्वारा फेफड़े में जा पहुँचते हैं। मनुष्य के फेफड़े में असंख्य सूक्ष्म छिद्र होते हैं, जिसमें हेमोग्लोबिन मौजूद रहते हैं। श्वास-क्रिया द्वारा पहुँचने वाला ऑक्सीजन इन छिद्रों में स्थित हेमोग्लोबिन से क्रिया कर 'आक्सी-हेमोग्लोबिन' का निर्माण करते हैं, जो रक्त-संचालन द्वारा पूरे शरीर में प्रेषित होता है। फेफड़े में पहुँचने वाले बालू के कण उन छिद्रों को पूर्ण अथवा आंशिक रूप से बन्द कर देते हैं, जिसके फल-स्वरूप शरीर की ऑक्सीजन प्राप्त करने की क्षमता घट जाती है तथा प्रभावित श्रमिक हमेशा कमजोरी तथा थकावट महसूस करते हैं। ऐसे वातावरण में लम्बे समय तक कार्य करने के कारण 'सिलिकोसिस' नामक जानलेवा रोग हो सकता है। इस रोग के सभी लक्षण यक्ष्मा रोग के समान होते हैं, केवल अन्तर इतना ही है कि यह रोग ठीक नहीं होता।

भोजन-नलिका द्वारा शरीर में प्रवेश करने वाले दूषित पदार्थों में लेड धातु का उदाहरण दिया जा सकता है। जिन कार्यशालाओं में लेड धातु का उपयोग होता है। वहाँ के श्रमिकों के हाथ-उँगलियों आदि में धातु कण विद्यमान रहते हैं, जो भोजन अथवा जल-ग्रहण के साथ शरीर में प्रवेश कर जाते हैं। लेड धातु का जहरीला प्रभाव काफी लम्बे समय के पश्चात् परिलक्षित होता है। इससे रक्त की कमी तथा कलाइयों के पास से हथेलियाँ मुड़ जाती है तथा सुन्न हो जाती हैं। मसूढ़ों के मध्य नीली रेखा सी बन जाती है, जो लेड सल्फाइड के जमा होने के कारण होती है।

सीधे स्पर्श द्वारा आक्रान्त करने वाले व्यवसाय-जनित रोगों में डरमीटाइट्स नामक त्वचा रोग का उदाहरण दिया जा सकता है। यह रोग चमड़ा उद्योग में अधिकतर पाया जाता है। जिन श्रमिकों को पशुओं के खाल, रोयें आदि को साफ करने एवं उनको छूने तथा एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जाने की आवश्यकता होती है। उनमें यह रोग फैलता है। यह रोग उँगलियों

के बीच के स्थानों में तकलीफदेह घावों के रूप में जन्म लेकर धीरे-धीरे पूरे हाथ को अपने चपेट में ले लेता है।

चूँकि व्यवसाय जनित रोगों से बचने का एक-मात्र उपाय पूर्व अपेक्षित सावधानियाँ ही हैं, अतः कार्यशालाओं में अपेक्षित सावधानियों की सूचियों की उपलब्धता, उनका प्रचार-प्रसार एवं उनके निष्ठापूर्ण अनुपालन की प्रक्रिया का भी स्थापित रहना अनिवार्य है। श्रमिकों का समय-समय पर स्वास्थ्य परीक्षण किया जाना, रक्षक दवाइयों को उपलब्ध कराया जाना, शरीर रक्षक उपकरणों को उपलब्ध कराना एवं श्रमिकों को उनके उपयोग के लिए बाध्य करना कुछ ऐसे उपाय हैं, जिनसे इन भयावह रोगों पर रोक लगाई जा सकती है। श्रमिकों को इन रोगों तथा इनसे बचने के उपायों की विस्तृत जानकारी समय-समय पर दी जानी चाहिए। कार्यस्थल के वातावरण को दूषित करने वाली प्रक्रियायें अगर सम्भव हो तो समाप्त कर दी जानी चाहिए या उन्हें दूरस्थ स्थान पर घेरबन्द कर चलाना चाहिए। कार्य-स्थल पर उत्पन्न दूषित गैस, वाष्प आदि को उच्च गति से बाहर करने वाले संयंत्र लगाये जाने चाहिए। अंततः निष्कर्ष यही निकलता है कि यदि प्रशासन एवं श्रमिक दोनों दृढ़-प्रतिज्ञ होकर प्रयास करें तभी इन रोगों का प्रसार रोका जा सकता है और एक आशंका मुक्त कार्य-क्षेत्र बनाया जा सकता है।

□ **नवीन कुमार दीक्षित**

- **संसार में सबसे बड़ा अधिकार सेवा और त्याग से पैदा होता है।**
- **अन्याय को मिटाओ, लेकिन अपने आप को मिटाकर नहीं।**
- **उधार वह मेहमान है जो एक बार आकर जाने का नाम नहीं लेता।**
- **आत्म-सम्मान की रक्षा हमारा सबसे पहला धर्म है। आत्मा की हत्या करके अगर स्वर्ग भी मिले तो वह नरक है।**
- **निराशा में प्रतीक्षा अंधे की लाठी है।**
- **मन एक भीरु शत्रु है, जो सदैव पीठ के पीछे से वार करता है।**

— प्रेमचन्द

संविधान सभा और राजभाषा

कुछ लोगों को भ्रम है कि एक वोट के बहुमत से हिन्दी को राजभाषा स्वीकार किया गया है। जब संविधान सभा बनी तब अंग्रेजी ही एकमात्र भाषा थी, जिसमें संविधान का प्रारूप तैयार किया जा सकता था, क्योंकि प्रारूपण समिति में जितने भी सदस्य थे वे यदि किसी एक भाषा में पारंगत थे तो अंग्रेजी में। 14 सितम्बर, 1946 ई० को संविधान सभा की नियम समिति ने डॉ० राजेन्द्र प्रसाद की अध्यक्षता में यह निर्णय किया कि संविधान सभा का कामकाज हिन्दुस्तानी या अंग्रेजी में किया जाना चाहिए और अध्यक्ष की अनुमति से कोई भी सदस्य सदन में अपनी मातृभाषा में भाषण दे सकेगा। संघ संविधान समिति ने अपनी रिपोर्ट में यह सिफारिश की थी कि संघ की संसद् की भाषा हिन्दुस्तानी और अंग्रेजी होगी और सदस्यों को अपनी मातृभाषा का प्रयोग करने की छूट होगी। प्रांतीय संविधान समिति ने यह सिफारिश की कि प्रांतीय विधान मंडलों में कामकाज प्रान्त की भाषा या भाषाओं में किया जायेगा अथवा हिन्दुस्तानी या अंग्रेजी में।

14 जुलाई, 1947 ई० को जब संविधान सभा का सत्र प्रारम्भ हुआ तब सत्र के दूसरे ही दिन यह संशोधन प्रस्तुत किया गया कि हिन्दुस्तानी के स्थान पर हिन्दी शब्द रखा जाए। 16 जुलाई को ही संविधान सभा और कांग्रेस पार्टी में इस विषय पर विचार-विमर्श शुरू हुआ। विचार-विमर्श के दौरान नेता एक ओर थे और साधारण सदस्य दूसरी ओर। इस मतदान में हिन्दी के पक्ष में 63 वोट थे और हिन्दुस्तानी के पक्ष में 32। इसी प्रकार एक दूसरे संविधान में देवनागरी के पक्ष में 63 वोट थे और विपक्ष में 18। दूसरे दिन संविधान सभा की बैठक में सरदार पटेल ने यह अनुरोध किया कि प्रांतीय विधानमंडलों की भाषा के प्रश्न को अभी न लिया जाए। 5 अगस्त, 1949 ई० को कांग्रेस वर्किंग कमेटी ने विभागीय क्षेत्रों के बारे में एक संकल्प तैयार किया।

5 अगस्त के संकल्प की प्रतिक्रिया तुरन्त हुई। 6 और 7 अगस्त को संविधान सभा की बैठक नहीं हुई। किन्तु कांग्रेस दल के कार्यालय में भाषा नीति के बारे में हजारों पत्र आए। इसी बीच गोविन्द दास की अध्यक्षता में हिन्दी साहित्य सम्मेलन ने नई दिल्ली में एक राजभाषा सम्मेलन किया जिसमें हिन्दी के अतिरिक्त अन्य भारतीय भाषाओं के साहित्यकार भी एकत्र हुए। इस सम्मेलन में हिन्दी भाषा और नागरीलिपि को राजभाषा के रूप में स्वीकार करने का प्रस्ताव पारित किया गया।

8 अगस्त को जब संविधान सभा का अधिवेशन प्रारम्भ हुआ तो उस दिन के परिपत्र में संविधान के प्रारूप सम्बन्धी उपबन्धों पर अनेक संशोधन थे। एक संशोधन पर 82 सदस्यों के हस्ताक्षर थे। इनमें से पहला नाम आचार्य जुगल किशोर का था जो 1948 ई० में कांग्रेस के महामंत्री थे। अनेक हस्ताक्षरकर्त्ता दक्षिण भारत के थे। 9 अगस्त, 1948 ई० को कुछ सदस्यों ने इन संशोधनों का विरोध किया और अपराह्न में सभाई कांग्रेस पार्टी की बैठक में इसका विरोध किया। विरोध इस बात पर था कि अंग्रेजी राजभाषा के रूप में 15 वर्ष तक चले। जहाँ तक हिन्दी के संघ की राजभाषा के रूप में स्वीकार किए जाने की बात है, मीटिंग में इस बारे में कोई मतभेद नहीं था। सदस्यों में अगर मतभेद था तो वह इस बात पर कि हिन्दी का स्वरूप क्या हो, अर्थात् उसमें शब्द अरबी, फारसी के लिए जाएँ या संस्कृत से। समस्या का हल निकालने के लिए एक समिति का गठन किया गया, जिसके सदस्य थे—श्री गोपाल स्वामी आयंगर, श्री टी० टी० कृष्णमाचारी, श्री ए० के० आयंगर, श्री के० एम० मुंशी, श्री भीवराव अम्बेडकर, श्री सआदुल्ला, श्री एल० एम० राव०, मौलाना अबुल कलाम आजाद, पंडित गोविन्द बल्लभ पन्त, राजर्षि पुरुषोत्तम दास, टण्डन, श्री बालकृष्ण शर्मा नवीन, श्री श्यामा प्रसाद मुखर्जी और श्री के० सन्थानम्।

हिन्दी को राजभाषा के रूप में शीघ्र प्रतिष्ठित

करने के लिए 82 सदस्यों के हस्ताक्षर थे जो संशोधन पेश किया गया था, उसके जवाब में 15 वर्ष तक अंग्रेजी को चालू रखने के लिए 44 सदस्यों के हस्ताक्षर से एक अन्य संशोधन पेश किया गया, जिसमें सबसे पहला नाम श्री के० सन्थानम् का था और अन्य हस्ताक्षरकर्ताओं में मुख्य थे—श्री कृष्णमाचारी, श्रीमती दुर्गा बाई, श्री ए० के० अय्यर और श्री अनन्तशयनम् आयंगार।

जहाँ तक हिन्दी के स्वीकार किए जाने की बात है, दोनों ही पक्षों में इसके बारे में कोई असहमति नहीं थी। मत भिन्नता केवल इस बात पर थी कि अंग्रेजी कब तक चलती रहे। इसी संशोधन में 10 अगस्त को यह प्रस्ताव रखा गया कि संघ और राज्य की शासकीय प्रयोजन के लिए अंकों का प्रयोग किया जाए। 10 से 17 अगस्त तक भाषा के बारे में सभाई पार्टी में गरमा-गरम बहस चलती रही। 16 अगस्त को विशेष समिति ने अपनी रिपोर्ट पेश की। इस रिपोर्ट में अरबी अंकों के स्थान पर "अन्तर्राष्ट्रीय अंक" शब्द का प्रयोग किया गया। 22 अगस्त को डॉ० अम्बेडकर ने समझौते के रूप में एक प्रस्ताव पेश किया। इसके बाद दस दिनों तक अंकों और 15 वर्ष की अन्तरिम अवधि के बारे में संविधान सभाई पार्टी में बहस चली। इस बहस के दौरान जो विचार सामने आए उन्हें ध्यान में रखते हुए संविधान के उपबन्धों को जो रूप दिया गया उसे मुंशी आयंगार सूत्र करते हैं।

डॉ० अम्बेडकर ने अपनी पुस्तक 'थाट्स ऑन लिंग्विस्टिक स्टेटस्' में यह लिखा है कि जिस अनुच्छेद पर सबसे ज्यादा विवाद हुआ, वह हिन्दी के प्रश्न पर था। सबसे अधिक विरोध इसी पर हुआ तथा सबसे अधिक गरमागरमी भी इस पर हुई। लेकिन विवाद के बाद इस प्रश्न पर मतदान हुआ तो पक्ष और विपक्ष में 78–78 वोट थे। पुनर्विचार के बाद जब पुनः मतदान हुआ तो हिन्दी के पक्ष में 78 और विपक्ष में 77 मत थे। सेठ गोविन्द दास ने अपनी आत्मकथा में इसी प्रकार की बात लिखते हुए यह भी उल्लेख किया है कि पटियाला के काका भगवन्त राय हिन्दी के पक्ष में अपना मत देकर और यह जानकर कि मतदान उनके पक्ष में हुआ है, बाहर चले गए। दोनों लेखकों ने जिस घटना का उल्लेख किया है, वह 26 अगस्त को कांग्रेस पार्टी मीटिंग की घटना है, संविधान सभा की नहीं।

2 सितम्बर की शाम को मुंशी आयंगर सूत्र पर विचार-विमर्श प्रारम्भ हुआ। अध्यक्षता डा० पट्टाभि-सीतारमैया कर रहे थे। यहाँ जो भी मुख्य बहस थी, वह तथाकथित अन्तर्राष्ट्रीय अंकों को लेकर थी और कोई भी निर्णय नहीं हो सका। परिणामस्वरूप संसदीय कांग्रेस पार्टी में सहमति के अभाव में भाषा विवाद संविधान में उसी रूप में प्रस्तुत किया गया और कोई बिल जारी नहीं किया गया।

2 सितम्बर की बैठक के बाद भी हिन्दी के मामले में समझौता ढूँढ़ने का प्रयास जारी रहा। संविधान सभा में भाषा-सम्बन्धी उपबन्धों पर 12 सितम्बर को विचार प्रारम्भ होना था। 10 सितम्बर के संविधान सभा के परिपत्र में भाषा-सम्बन्धी जो संशोधन थे, वे 45 पृष्ठों में छपे थे। यह उल्लेखनीय है कि डा० अम्बेडकर और श्री कृष्णमाचारी सहित 28 सदस्यों ने एक संविधान पेश करके यह माँग की कि संस्कृत को राजभाषा बनाया जाए।

12 सितम्बर को बहस प्रारम्भ होते ही डा० राजेन्द्र प्रसाद ने सदस्यों से यह अनुरोध किया कि वे संयत भाषा का प्रयोग करें और ऐसा कुछ न कहें जिससे दूसरों की भावना को ठेस पहुँचे। इसके बाद श्री गोपाल स्वामी आयंगर ने मुंशी-आयंगर सूत्र पर आधारित उपबन्ध पुनः स्थापित किए। सेठ गोविन्द दास ने इसका विरोध किया। उसी दिन शाम को राजर्षि टंडन, पंडित रविशंकर शुक्ल, सेठ गोविन्द दास आदि ने कुछ और संशोधन तैयार किए। 13 तारीख की बहस में डा० श्यामाप्रसाद मुखर्जी तथा पंडित जवाहर लाल नेहरू ने भाग लिया। तीसरे दिन की बहस में डा० रघुवीर, राजर्षि टंडन, मौलाना आजाद और शंकरराव देव आदि ने अपने विचार व्यक्त किए।

14 सितम्बर को 1 बजे बैठक स्थगित हुई। इसी दिन अपराह्न में इस विषय पर अन्तिम फैसला होना था। किन्तु विचार-विमर्श से समझौते की कोई शक्ल उभरती नजर नहीं आ रही थी। 3 बजे संविधान सभाई पार्टी ने समझौते के प्रयास में बैठक आरम्भ

की। इसकी अध्यक्षता पट्टाभिसीता रमैया ने की। विधान सभा का सत्र 5 बजे प्रारम्भ होना था और तभी सदस्यों में कुछ सहमति हुई। वे संविधान सभा में प्रविष्ट हुए और उन्होंने अध्यक्ष से अनुरोध किया कि वे उन्हें ब्यौरे की बातों को हल करने के लिए एक घंटे का समय और दें। 6 बजे तक सभी पहलुओं पर विचार कर मुंशी-आयंगर सूत्र में सुधार कर दिया गया और सभी सदस्यों ने मुक्ति की सांस ली।

संविधान सभा की कार्रवाई के अनुसार तीन दिनों तक चलने वाले इस राजभाषा-समस्या पर 71 माननीय सदस्यों ने भाग लिया—

12. 9. 49 ई० से 15. 9. 49 ई०

संविधान के मसौदे पर हुई चर्चा में भाग लेते वाले राजभाषा सदस्यों के नाम—

1. माननीय डा० राजेन्द्र प्रसाद (सभापति)
2. श्री महावीर त्यागी
3. श्री मौलाना हसरत मोहानी
4. सेठ गोविन्द दास (सी०पी० और बरार, सामान्य)
5. श्री पं० बालकृष्ण शर्मा
6. माननीय पं० रविशंकर शुक्ल (सी०पी० बरार, सामान्य)
7. श्री जसपत राय कपूर (संयुक्त प्रांत, सामान्य)
8. श्री पी० एस० देशमुख
9. मौलाना नजीरुद्दीन अहमद
10. श्री जवाहर लाल नेहरू
11. श्री देशबन्धु गुप्ता
12. श्री बी० दास (उड़ीसा, सामान्य)
13. श्री एस० बी० कृष्णमूर्त्ति राव
14. श्री घनश्याम सिंह गुप्त (सी० पी० और बरार, सामान्य)
15. डा० बी० आर० अम्बेडकर
16. श्री एच० बी० कामत
17. श्री एम० गोपालस्वामी आयंगर (मद्रास, सामान्य)
18. श्री लक्ष्मीकांत मैत्रा (पं० बंगाल, सामान्य)
19. श्री एस० नागप्पा
20. पं० गोविन्द मालवीय (संयुक्त प्रान्त, सामान्य)
21. काजी सैयद करीमुद्दीन (सी० पी० और बरार, मुस्लिम)
22. श्री काला वेंगट राव
23. श्री सारंगधर दास (ओड़िसा)
24. श्री के० संथानम् (मद्रास, सामान्य)
25. श्री एस० वी कृष्णमूर्त्ति राव
26. मो० हिफ्ज्जुर रहमान (संयुक्त प्रांत, मुस्लिम)
27. श्री आर० वी० कुलेकर (संयुक्त प्रांत, सामान्य)
28. प्रो० सिब्बनलाल सक्सेना (संयुक्त प्रांत, सामान्य)
29. श्री एच० आर० गुरुव रेड्डी (मैसूर प्रान्त)
30. श्री बी० एन० मुन्नवली (बम्बई राज्य)
31. श्री फ्रैंक एंथनी
32. पं० हृदयनाथ कुंजरू
33. श्री ए० कृष्णस्वामी अय्यर (मद्रास, सामान्य)
34. श्री राम सहाय (मध्य भारत)
35. श्री बी०आई०मुनिस्वामी पिल्लै (मद्रास,सामान्य)
36. श्री लक्ष्मी नारायण साहू (ओड़िया, सामान्य)
37. श्री एन० वी० गाडगिल (बम्बई, सामान्य)
38. श्री टी०ए०रामलिंगम चेट्टियार(मद्रास, सामान्य)
39. प्रो० एन० जी० रंगा (मद्रास, सामान्य)
40. श्री सतीश चन्द्र सामंत (पं० बंगाल, सामान्य)
41. श्री अलगूराय शास्त्री (संयुक्त प्रांत, सामान्य)
42. डा० श्यामाप्रसाद मुखर्जी (पं० बंगाल, सामान्य)
43. श्री पी० टी० चाको (त्रावनकोर और कोच्चिन, संयुक्त सचिव)
44. श्री एच० जे० खांडेकर (सी० पी० और बरार, सामान्य)
45. डा० वी० सुब्बारायन (मद्रास, सामान्य)
46. श्री टी० टी० कृष्णमाचारी (मद्रास, सामान्य)
47. श्री कुलाधार चालिहा (असम, सामान्य)
48. श्री रे० जेरोम डि जा (मद्रास, सामान्य)
49. श्री बी० एम० गुप्ते (बम्बई, सामान्य)
50. श्री बी० पी० झुनझुनवाला (बिहार, सामान्य)
51. श्री एल० कृष्णास्वामी भारती (मद्रास, सामान्य)
52. सरदार हुकम सिंह (पू० पंजाब, सिक्ख)
53. श्री जयनारायण व्यास (राजस्थान)
54. श्रीमती जी० दुर्गाबाई (मद्रास, सामान्य)
55. श्री शंकरराव देव (बम्बई, सामान्य)
56. श्री जयपाल सिंह (बिहार, सामान्य)
57. श्री पुरुषोत्तमदास टंडन (सं० प्रांत, सामान्य)

58. श्री आर० आर० दिवाकर
59. मौलाना अबुल कलाम आजाद (संयुक्त प्रांत, मुस्लिम)
60. डा० रघुवीर (सी० पी० और बरार, सामान्य)
61. श्री के० एम० मुंशी (बम्बई, सामान्य)
62. श्री नजीरुद्दीन अहमद (पं० बंगाल, मुस्लिम)
63. श्री सी० सुब्रह्मण्यम (मद्रास, सामान्य)
64. मो० इस्माइल (मद्रास, मुस्लिम)
65. श्री जगतनारायण लाल (बिहार, सामान्य)
66. श्री रामनाथ गोयनका (मद्रास, सामान्य)
67. श्री सत्यनारायण सिन्हा (बिहार, सामान्य)
68. श्री जेड० एच० लारी (संयुक्त प्रांत, मुस्लिम)
69. श्री महबूब अली बेग साहिब बहादुर (मद्रास, सामान्य)
70. मोहम्मद ताहिर (बिहार, मुस्लिम)
71. श्री बोनीफेस लकड़ा (बिहार, सामान्य)

संविधान सभा और हिन्दी की चर्चा की समाप्ति तब तक नहीं हो सकती जब तक कि हम संविधान सभा के तत्कालीन अध्यक्ष डा० राजेन्द्र प्रसाद के विचारों से अवगत न हों। ऊपर दो बातें आई हैं, इससे यह स्पष्ट है कि भाषा का प्रश्न बड़ा ही आवश्यक प्रश्न था जिस पर संविधान सभा ने 12, 13 और 14 सितम्बर, 1949 ई० को गम्भीरता से बहस किया। डा० राजेन्द्र प्रसाद ने अन्त में जो भाषण दिया, उसे यथावत् में भारतीय संविधान सभा के वाद-विवाद की सरकारी रिपोर्ट के हिन्दी संस्करण से उद्धृत कर रहा हूँ—

"अब आज की कार्यवाही समाप्त होती है, किन्तु सदन को स्थगित करने से पूर्व मैं बधाई के रूप में कुछ शब्द कहना चाहता हूँ। मेरे विचार में हमने अपने संविधान में एक अध्याय स्वीकार किया है, जिसका देश के निर्माण पर बहुत प्रभाव पड़ेगा। हमारे इतिहास में अब तक कभी भी एक भाषा को शासन और प्रशासन की भाषा के रूप में मान्यता नहीं मिली थी। हमारा धार्मिक साहित्य और प्रकाशन संस्कृत में सन्निहित था। निस्संदेह उसका समस्त देश में अध्ययन किया जाता था, किन्तु यह भाषा भी कभी समूचे देश के प्रशासनीय प्रयोजनों के लिए प्रयुक्त होती थी। आज पहली ही बार ऐसा संविधान बना है जब कि हमने अपने संविधान में एक भाषा रखी है, जो संघ के प्रशासन की भाषा होगी और उस भाषा का विकास समय की परिस्थितियों के अनुसार ही करना होगा।

मैं हिन्दी का या किसी अन्य भाषा का विद्वान् होने का दावा नहीं करता। मेरा यह भी दावा नहीं है कि किसी भाषा में मेरा कुछ अंशदान है, किन्तु सामान्य व्यक्ति में हमारी उस भाषा का क्या रूप होगा जिसे हमने आज संघ के प्रशासन की भाषा स्वीकार की है। हिन्दी में विगत में कई-कई बार परिवर्त्तन हुए हैं और आज उसकी कई शैलियाँ हैं, पहले हमारा बहुत-सा साहित्य ब्रजभाषा में लिखा गया था। अब हिन्दी में खड़ी बोली का प्रचलन है। मेरे विचार में देश की अन्य भाषाओं के सम्पर्क से उसका और भी विकास होगा। मुझे इसमें कोई संदेह नहीं है कि हिन्दी देश की अन्य भाषाओं से अच्छी-अच्छी बातें ग्रहण करेगी तो उससे उन्नति ही होगी, अवनति नहीं होगी।

हमने अब देश का राजनैतिक एकीकरण कर लिया है। अब हम एक दूसरा जोड़ लगा रहे हैं जिससे हम सब एक सिरे से दूसरे सिरे तक एक हो जायेंगे। मुझे आशा है कि सब सदस्य संतोष की भावना लेकर घर जायेंगे और जो मतदान में हार भी गये हैं, वे भी इस पर बुरा नहीं मानेंगे तथा उस कार्य में सहायता देंगे जो संविधान के कारण संघ को भाषा के विषय में अब करना पड़ेगा।

मैं दक्षिण भारत के विषय में एक शब्द कहना चाहता हूँ। 1917 ई० में जब महात्मा गाँधी चम्पारण में थे और मुझे उनके साथ कार्य करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ था तब उन्होंने दक्षिण में हिन्दी प्रचार का कार्य आरम्भ करने का विचार किया और उनके कहने पर स्वामी सत्यदेव और गाँधी जी के प्रिय पुत्र देवदास गाँधी ने वहाँ जाकर यह कार्य आरम्भ किया। बाद में 1918 ई० में हिन्दी साहित्य सम्मेलन के इन्दौर अधिवेशन में इस प्रचार कार्य को सम्मेलन का मुख्य कार्य स्वीकार किया गया और वहाँ कार्य चलता रहा। मेरा सौभाग्य है कि मैं गत 32 वर्षों में इस कार्य से सम्बद्ध रहा हूँ, यद्यपि मैं यह घनिष्ठ सम्बन्ध का दावा नहीं कर सकता। मैं दक्षिण में एक सिरे से दूसरे सिरे को गया और मेरे हृदय में बहुत प्रसन्नता हुई कि

दक्षिण के लोगों ने भाषा के सम्बन्ध में महात्मा गांधी के अनुरोध के अनुसार कैसा अच्छा कार्य किया है। मैं जानता हूँ कि उन्हें कितनी ही कठिनाइयों का सामना करना पड़ा, किन्तु उन्हें इस मामले में जो जोश था वह बहुत सराहनीय था। मैंने कई बार पारितोषिक वितरण भी किया है और सदस्यों को यह सुनकर मनोरंजन होगा कि मैंने एक ही समय पर दो पीढ़ियों को पारितोषिक दिये हैं,शायद तीन को ही दिये हों— अर्थात् दादा, पिता और पुत्र हिन्दी पढ़कर,परीक्षा पास करके एक ही वर्ष पारितोषिकों तथा प्रमाण-पत्रों के लिए आये थे। यह कार्य चलता रहा है और दक्षिण के लोगों ने इसे अपनाया है। आज मैं कह नहीं सकता कि वे इस हिन्दी कार्य के लिए कितने लाख व्यय कर रहे हैं। इसका अर्थ यह है कि इस भाषा को दक्षिण के बहुत से लोगों ने अखिल भारतीय भाषा मान लिया है और इसमें उन्होंने जिस जोश का प्रदर्शन किया है, उसके लिए उत्तर भारतीयों को उन्हें बधाई देनी चाहिए, मान्यता देनी चाहिए और धन्यवाद देना चाहिए।

यदि आज उन्होंने किसी विशेष बात पर हठ किया है तो हमें याद रखना चाहिए कि आखिर, यदि हिन्दी को उन्हें स्वीकार करना है तो वे ही करेंगे, उनकी ओर से हम तो नहीं करेंगे, और आखिर यह क्या बात है, जिस पर इतना वाद-विवाद हो गया है? मैं आश्चर्य कर रहा था कि हमें छोटे से मामले पर इतनी बहस करने को, इतना समय बर्बाद करने की क्या आवश्यकता है, 9 आखिर अंक है क्या? दस ही तो है। इन दस में, मुझे याद पड़ता है कि तीन तो ऐसे हैं जो अंग्रेजी में और हिन्दी में एक से हैं। . 2, 3 और 0 1 मेरे ख्याल में चार और हैं जो रूप में एक से हैं, किन्तु उनसे अलग अलग कार्य निकलते हैं। उदाहरण के लिए हिन्दी का 4 अंग्रेजी के 8(8) से बहुत मिलता-जुलता है, यद्यपि एक 4 के लिए आता है और दूसरा 8 के लिए। अंग्रेजी का 6 हिन्दी के 7 से बहुत मिलता है, यद्यपि उन दोनों के भिन्न-भिन्न अर्थ हैं। हिन्दी का 9 जिस रूप में अब लिखा जाता है, मराठी से लिया गया है और अंग्रेजी के 9 से बहुत मिलता है। अब केवल दो-तीन अंक बच गये जिनके दोनों प्रकार के अंकों में भिन्न-भिन्न रूप हैं और भिन्न-भिन्न अर्थ हैं। अतः यह मुद्रणालय की सुविधा या असुविधा का प्रश्न नहीं है जैसा कि कुछ सदस्यों ने कहा है। मेरे विचार में मुद्रणालय की दृष्टि से हिन्दी और अंग्रेजी अंकों में कोई अन्तर नहीं है।

किन्तु हमें अपने मित्रों की भावनाओं का आदर करना है, जो उसे चाहते हैं, और मैं अपने सब हिन्दी मित्रों से कहूँगा कि वे इसे उस भावना से स्वीकार करें, इसलिए स्वीकार करें कि हम उनसे हिन्दी भाषा और देवनागरी लिपि स्वीकार करवाना चाहते हैं और मुझे प्रसन्नता है कि इस सदन ने अत्यधिक बहुमत से इस सुझाव को स्वीकार कर लिया है। मुझे ऐसा प्रतीत होता है कि आखिर यह बहुत बड़ी रियायत नहीं है। हम उनसे हिन्दी स्वीकार करवाना चाहते थे और उन्होंने उसे स्वीकार कर लिया, और हम उनसे देवनागरी लिपि को स्वीकार करवाना चाहते थे, वह भी उन्होंने स्वीकार कर ली। वे हमसे भिन्न प्रकार के अंक स्वीकार करवाना चाहते थे, उन्हें स्वीकार करने में कठिनाई क्यों होनी चाहिए? इस पर मैं छोटा-सा दृष्टान्त देता हूँ जो मनोरंजक होगा। हम चाहते हैं कि कुछ मित्र हमें निमन्त्रण दें। वे निमन्त्रण दे देते हैं। वे कहते हैं आप आकर हमारे घर में ठहर सकते हैं, उसके लिए आपका स्वागत है। किन्तु जब आप हमारे घर आये तो कृपया अंग्रेजी चलन के जूते पहनिये, भारतीय चप्पल मत पहनिये जैसा कि आप अपने घर में पहनते हैं। उस निमन्त्रण को केवल इसी आधार पर ठुकराना मेरे लिए बुद्धिमत्ता नहीं होगी कि मैं चप्पल को नहीं छोड़ना चाहता। मैं अंग्रेजी जूते पहन लूँगा और निमन्त्रण को स्वीकार कर लूँगा और इसी सहिष्णुता की भावना से राष्ट्रीय समस्याएँ हल हो सकती हैं।

हमारे संविधान में बहुत से विवाद उठ खड़े हुए हैं और बहुत से प्रश्न उठे हैं, जिन पर गम्भीर मतभेद थे, किन्तु हमने किसी न किसी प्रकार उनका निपटारा कर लिया। यह सबसे बड़ी खाई थी, जिससे हम एक-दूसरे से अलग हो सकते थे। हमें यह कल्पना करनी चाहिए कि यदि दक्षिण हिन्दी भाषा और देवनागरी लिपि को स्वीकार नहीं करता तब क्या होता। स्विटजरलैण्ड जैसे छोटे से, नन्हें से देश में तीन भाषाएँ

हैं, जो संविधान में मान्य हैं और सब कुछ काम उन तीनों भाषाओं में होता है। क्या हम समझते हैं कि हम केन्द्रीय प्रशासनीय परियोजनों के लिए उन भाषाओं को रखने की सोचते जो भारत में प्रचलित हैं तो क्या हम सब प्रान्तों को साथ रख सकते थे, सब में एकता करा सकते थे ? प्रत्येक पृष्ठ को शायद पन्द्रह-बीस भाषाओं में मुद्रित करना पड़ता।

यह केवल व्यय का प्रश्न नहीं है। यह मानसिक दशा का भी प्रश्न है जिसका हमारे समस्त जीवन पर प्रभाव पड़ेगा। हम केन्द्र में जिस भाषा का प्रयोग करेंगे, उससे हम एक-दूसरे के निकटतर आते जायेंगे। आखिर अंग्रेजी से हम निकटतर आये हैं, क्योंकि यह एक भाषा थी। अंग्रेजी के स्थान पर हमने एक भारतीय भाषा को अपनाया है, इससे अवश्यमेव हमारे सम्बन्ध घनिष्ठतर होंगे, विशेषतः इसलिए कि हमारी परम्पराएँ एक ही हैं, हमारी संस्कृति एक ही है और हमारी सभ्यता में सब बातें एक ही हैं। अतएव यदि हम इस सूत्र को स्वीकार नहीं करते तो परिणाम यह होता कि इस देश में बहुत-सी भाषाओं का प्रयोग होता या वे प्रांत पृथक् हो जाते, जो बाध्य होकर किसी भाषा विशेष को स्वीकार करना नहीं चाहते थे। हमने यथासम्भव बुद्धिमानी का कार्य किया है और मुझे हर्ष है, मुझे प्रसन्नता है और मुझे आशा है कि भावी सन्तति इसके लिए हमारी सराहना करेगी।

अब यहाँ मैं संविधान सभा में जिस रूप में राजभाषा को स्वीकृत किया, उसे भी यथावत् दे रहा हूँ—

भाग 14—क

राजभाषा

अध्याय—1 संघ की राजभाषा

301—क (1) संघ की राजभाषा हिन्दी और लिपि देवनागरी होगी।

संघ के राजकीय प्रयोजनों के लिए प्रयोग होने वाले अंकों का रूप भारतीय अंकों का अन्तर्राष्ट्रीय रूप होगा।

(2) खण्ड (1) से किसी बात के होते हुए भी इस संविधान के प्रारम्भ से पन्द्रह वर्ष की कालाविधि के लिए संघ के उन सब राजकीय प्रयोजनों के लिए अंग्रेजी भाषा प्रयोग की जाती रहेगी जिनके लिए ऐसे प्रारम्भ के ठीक पहिले वह प्रयोग की जाती थी।

परन्तु राष्ट्रपति उक्त कालावधि में, आदेश द्वारा संघ के राजकीय प्रयोजनों में से किसी के लिए अंग्रेजी भाषा के साथ-साथ हिन्दी भाषा का तथा भारतीय अंकों के अन्तर्राष्ट्रीय रूप के साथ-साथ देवनागरी रूप का प्रयोग प्राधिकृत कर सकेगा।

(3) इस अनुच्छेद में किसी बात के होते हुए भी संसद उक्त पन्द्रह साल की कालावधि के पश्चात् विधि द्वारा—

(क) अंग्रेजी भाषा का, अथवा

(ख) अंकों के देवनागरी रूप का,

ऐसे प्रयोजनों के लिए प्रयोग उपबन्धित कर सकेगी, जैसे कि ऐसे विधि में उल्लिखित हों।

301—ख राजभाषा के लिए संसद का आयोग और समिति।

(1) राष्ट्रपति इस संविधान के प्रारम्भ से पाँच वर्ष की समाप्ति पर तथा तत्पश्चात् ऐसे प्रारम्भ से दस वर्ष की समाप्ति पर, आदेश द्वारा, एक आयोग गठित करेगा जो एक सभापति और अष्टम अनुसूची में उल्लिखित भिन्न भाषाओं का प्रतिनिधित्व करने वाले ऐसे अन्य सदस्यों से मिल कर बनेगा जैसे कि राष्ट्रपति नियुक्त करें, तथा आयोग द्वारा अनुसरण की जाने वाली प्रक्रिया भी आदेश परिभाषित करेगा।

(2) राष्ट्रपति को—

(क) संघ के राजकीय प्रयोजनों के लिए हिन्दी भाषा का उत्तरोत्तर अधिक प्रयोग के,

(ख) संघ के राजकीय प्रयोजनों में से सब या किसी के लिए अंग्रेजी भाषा के प्रयोग पर निर्बन्धनों के,

(ग) अनुच्छेद 348 में वर्णित प्रयोजनों में से सब या किसी के लिए प्रयोग की जाने वाली भाषा के,

(घ) संघ के किसी एक या अधिक उल्लिखित प्रयोजनों के लिए प्रयोग किये जाने वाले अंकों के रूप के,

(ङ) संघ की राजभाषा तथा संघ और किसी राज्य के बीच अथवा एक राज्य और दूसरे के बीच संचार की भाषा तथा उनके प्रयोग के बारे में राष्ट्रपति द्वारा आयोग पृच्छा किये हुए किसी अन्य विषय के बारे में सिफारिश करने में आयोग भारत की औद्योगिक, सांस्कृतिक और वैज्ञानिक उन्नति का तथा लोक सेवाओं के बारे में अहिन्दी भाषा-भाषी क्षेत्रों के लोगों के न्यायपूर्ण दावों और हितों का सम्यक् ध्यान रखेगा।

(3) खण्ड (2) के अधीन अपनी सिफारिशें करने में आयोग भारत की औद्योगिक, सांस्कृतिक और वैज्ञानिक उन्नति का तथा लोक सेवाओं के बारे में अहिन्दी भाषा-भाषी क्षेत्रों के लोगों के न्यायपूर्ण दावों और हितों का सम्यक् ध्यान रखेगा।

(4) तीस सदस्यों की एक समिति गठित की जायेगी जिनमें से बीस लोक सभा के सदस्य होंगे तथा दस राज्य परिषद के सदस्य होंगे जो कि क्रमशः लोक सभा के सदस्यों तथा राज्य परिषद् के सदस्यों द्वारा अनुपाती प्रतिनिधित्व पद्धति के अनुसार एकल संक्रमणीय मत द्वारा निर्वाचित होंगे।

(5) खण्ड (1) के अधीन गठित आयोग की सिफारिशों की परीक्षा करना तथा उन पर अपनी राय का प्रतिवेदन राष्ट्रपति को करना समिति का कर्त्तव्य होगा।

(6) अनुच्छेद 343 में किसी बात के होते हुए भी राष्ट्रपति खण्ड (5) में निर्दिष्ट प्रतिवेदन पर विचार करने के पश्चात् उस सारे प्रतिवेदन के या उसके किसी भाग के अनुसार निर्देश निकाल सकेगा।

अध्याय—2 प्रादेशिक भाषाएँ

301—ग राज्य की राजभाषा या राजभाषाएँ।

अनुच्छेद 343 और 347 के उपबन्धों के अधीन रहते हुए राज्य का विधान मण्डल विधि द्वारा उस राज्य के राजकीय प्रयोजनों में से सब या किसी के लिए प्रयोग के अर्थ उस राज्य में प्रयुक्त होने वाली भाषाओं में से किसी एक या अनेक को या हिन्दी को अंगीकार कर सकेगा।

परन्तु जब तक राज्य का विधान मण्डल विधि द्वारा इससे अन्यथा उपबन्ध न करे तब तक राज्य के भीतर उन राजकीय प्रयोजनों के लिए अंग्रेजी भाषा प्रयोग की जाती रहेगी, जिनके लिए इस संविधान के प्रारम्भ से ठीक पहिले वह प्रयोग की जाती थी।

301—घ संघ में एक राज्य और दूसरे के बीच में अथवा राज्य और संघ के बीच में संचार के लिए राजभाषा।

राजकीय प्रयोजनों के लिए प्रयुक्त होने के लिए तत्समय से प्राधिकृत भाषा, एक राज्य और दूसरे राज्य के बीच में तथा किसी राज्य और संघ के बीच में संचार के लिए राजभाषा होगी।

परन्तु यदि दो या अधिक राज्य करार करते हैं कि ऐसे राज्य के बीच में संचार के लिए राजभाषा हिन्दी भाषा हो तो ऐसे संचार के लिए वह भाषा प्रयोग की जा सकेगी।

301—ङ किसी राज्य के जन-समुदाय के किसी भाग द्वारा बोली जाने वाली भाषा के सम्बन्ध में विशेष उपबन्ध।

तात्वयिक माँग की जाने पर यदि राष्ट्रपति का समाधान हो जाय कि किसी राज्य के जन-समुदाय का पर्याप्त अनुपात चाहता है कि उसके द्वारा बोली जाने वाली कोई भाषा राज्य द्वारा अभिज्ञात की जाय तो वह निदेश दे सकेगा कि ऐसी भाषा को उस राज्य में सर्वत्र अथवा उसके किसी भाग में ऐसे प्रयोजन के लिए जैसा कि वह उल्लिखित करे राजकीय अभिज्ञा दी जाय।

अध्याय—3

उच्चतम न्यायालय, उच्च न्यायालयों आदि की भाषा

301—च (1) उच्चतम न्यायालय और उच्च न्यायालयों में तथा अधिनियम, विधेयकों, आदि में प्रयोग की जाने वाली भाषा।

इस भाग के पूर्ववर्ती उपबन्धों में किसी बात के होते हुए भी जब तक संसद विधि द्वारा अन्यथा उपबन्ध न करे, तब तक—

(क) उच्चतम न्यायालय में तथा प्रत्येक उच्च न्यायालय में सब कार्यवाहियाँ,

(ख) जो—

(1) विधेयक, अथवा उनपर प्रस्तावित किए जाने वाले जो संशोधन संसद के प्रत्येक सदन में पुरः-स्थापित किये जायें उन सबके प्राधिकृत पाठ,

(2) अधिनियम संसद द्वारा या राज्य के विधान मण्डल द्वारा पारित किये जायें तथा जो अध्यादेश राष्ट्रपति या राज्यपाल या राजप्रमुख द्वारा प्रख्यापित किये जायें उन सबके प्राधिकृत पाठ, तथा

(3) आदेश नियम, विनियम और उप विधि इस संविधान के अधीन, अथवा संसद या राज्यों के विधान मंडल, द्वारा निर्मित किसी विधि के अधीन, निकाले जायें उन सबके प्राधिकृत पाठ अंग्रेजी भाषा में होंगे।

(2) खण्ड (1) के उपखण्ड (क) में किसी बात के होते हुए भी किसी राज्य का राज्यपाल या राजप्रमुख राष्ट्रपति की पूर्व सम्मति से हिन्दी भाषा का या उस राज्य में राजकीय प्रयोजन के लिए प्रयोग होने वाली किसी अन्य भाषा का प्रयोग उस राज्य में मुख्य स्थान रखने वाले उच्च न्यायालय में कार्यवाहियों के लिए प्राधिकृत कर सकेगा।

परन्तु इस खण्ड की कोई बात वैसे उच्च न्यायालय द्वारा दिए गए निर्णय, आज्ञप्ति अथवा आदेश को लागू न होगी।

(3) खण्ड (1) के उपखण्ड (ख) में किसी बात के होते हुए भी जहाँ किसी राज्य के विधान मण्डल ने, उस विधान मण्डल में पुनःस्थापित विधेयकों या उसके द्वारा पारित अधिनियमों में अथवा उस राज्य के राज्यपाल या राजप्रमुख द्वारा प्रख्यापित अध्यादेशों में अथवा उस उप खण्ड की कण्डिका (घ) में निर्दिष्ट किसी आदेश, नियम, विनियम या उपविधि में प्रयोग के लिए अंग्रेजी भाषा से अन्य किसी भाषा के प्रयोग को विहित किया है, वहाँ उस राज्य के राजकीय सूचना पत्र में उस राज्य के राज्यपाल या राजप्रमुख के प्राधिकार से प्रकाशित अंग्रेजी भाषा में उसका अनुवाद उस खण्ड के अभिप्रायों के लिए उसका अंग्रेजी भाषा में प्राधिकृत पाठ समझा जायेगा।

301—छ भाषा-सम्बन्धी कुछ विधियों के अधिनियमित करने के लिए विशेष प्रक्रिया।

इस संविधान के प्रारम्भ से पन्द्रह वर्षों की कालावधि तक अनुच्छेद 348 के खण्ड (1) में वर्णित प्रयोजनों में से किसी के लिए प्रयोग की जाने वाली भाषा के लिए उपबन्ध करने वाला कोई विधेयक या संशोधन संसद के अधिनियम किसी सदन में राष्ट्रपति की पूर्व मंजूरी के बिना न तो पुरःस्थापित और न प्रस्तावित किया जायेगा तथा ऐसे किसी विधेयक के पुरःस्थापित अथवा किसी संशोधन के प्रस्ताव किये जाने की मंजूरी अनुच्छेद 344 के खण्ड (1) के अधीन गठित आयोग की सिफारिशों पर, तथा उस अनुच्छेद के खण्ड (4) के अधीन गठित समिति के प्रतिवेदन पर, विचार करने के पश्चात् ही राष्ट्रपति·····देगा।

अध्याय—4 विशेष निदेश

301—ज व्यथा के निवारण के लिए अभिवेदन में प्रयोक्तव्य भाषा।

किसी व्यथा के निवारण के लिए संघ या राज्य के किसी पदाधिकारी या प्राधिकारी को यथास्थिति संघ में या राज्य में प्रयोग होने वाली भाषा में अभिवेदन देने का प्रत्येक व्यक्ति को हक होगा।

301—झ हिन्दी भाषा के विकास के लिए निदेश।

हिन्दी भाषा की प्रसार वृद्धि करना उसका विकास करना ताकि वह भारत की सामाजिक संस्कृति के सब तत्वों की अभिव्यक्ति का माध्यम हो सके, तथा उसकी आत्मीयता में हस्तक्षेप किये बिना हिन्दुस्तानी और अष्टम अनुसूची में उल्लिखित अन्य भारतीय भाषाओं के रूप, शैली और पदावलि को आत्मसात् करते हुए तथा जहाँ आवश्यक या वांछनीय हो वहाँ उसके शब्द भण्डार के लिए मुख्यतः संस्कृत से तथा गौणतः वैसी उल्लिखित भाषाओं से शब्द ग्रहण करते हुए उसकी समृद्धि निश्चित करना संघ का कर्त्तव्य होगा।

20—क

1. असमिया 2. बंगला 3. कन्नड़ 4. गुजराती 5. हिन्दी 6.कश्मीरी 7.मलयालम 8.मराठी 9.उड़िया 10.पंजाबी 10 क. संस्कृत 11. तमिल 12. तेलगु 13. उर्दू

प्रस्ताव स्वीकृत हो गया।

मौलाना हसरत मोहनी : मैं चाहती हूँ कि मेरा विरोधी मत लिखा जाय तथा उसके साथ यह भी लिखा जाय कि.. ...

अध्यक्ष : ऐसी कोई प्रक्रिया नहीं है कि किसी व्यक्ति का मत लिखा जाय, विशेषतः उसके किसी कथन के साथ प्रश्न यह है :

"कि भाग 14—क संविधान का अंग बने।"

प्रस्ताव स्वीकृत हो गया।

भाग 14—क संविधान में जोड़ दिया गया।

निश्चय ही अब राजभाषा हिन्दी के सम्बन्ध में विस्तार से लोगों को जानकारी हो सकेगी।

☐ **शंकर दयाल सिंह**

साभार : राजभाषा भारती, अंक—69

इन्हें जानिए–

भारत के संविधान निर्माताओं ने देश में सर्वाधिक बोली और समझी जाने वाली भाषा हिन्दी को भारत सरकार की राजभाषा का दर्जा दिया जो कि भारत के संविधान के अनुच्छेद 343(1) में दर्ज है। अनुच्छेद 343(2) के अनुसार संविधान के लागू होने के 15 वर्ष की अवधि तक अर्थात् 25 जनवरी, 1965 तक संघ सरकार के कार्यों के लिए अंग्रेजी का प्रयोग जारी रखने की व्यवस्था की गई थी। अनुच्छेद 343 (3) में संसद को यह अधिकार दिया गया कि वह अधिनियम पारित करके 26 जनवरी, 1965 के बाद भी सरकारी काम-काज में अंग्रेजी का प्रयोग जारी रखने के बारे में व्यवस्था कर सके। तदनुसार इस शक्ति का प्रयोग करते हुए राजभाषा अधिनियम 1963 (यथा संशोधित 1967) पारित किया गया। इस अधिनियम के तहत हिन्दी को राजभाषा के रूप में प्रयोग करने की जिम्मेवारी भारत सरकार पर डाली गई और इसके लिए अधिनियम में कुछ व्यवस्थायें की गई हैं। इन व्यवस्थाओं के अनुसार सरकारी कामकाज में हिन्दी का प्रयोग करने के लिए राजभाषा नियम, 1976 बनाये गये, जिन्हें संक्षेप में नीचे दिया जा रहा है—

1. राज्यों के साथ व्यवहार—

(1) "क" क्षेत्र के राज्यों/व्यक्तियों के साथ हिन्दी में। यदि अंग्रेजी में करते हैं तो हिन्दी अनुवाद भेजा जाएगा।

(2) "ख" क्षेत्र के राज्यों के साथ हिन्दी में।

(3) "ग" क्षेत्र के राज्यों को अंग्रेजी में।

(4) "ग" क्षेत्र के राज्य में स्थित केन्द्रीय सरकार का कार्यालय 'क' या 'ख' को हिन्दी या अंग्रेजी में लिख सकता है।

2. केन्द्रीय सरकार के कार्यकर्त्ताओं के बीच पत्रादि—

(क) मंत्रालयों/विभागों के बीच हिन्दी या अंग्रेजी में।

(ख) 'क' क्षेत्र में स्थित संलग्न/अधीनस्थ कार्यालयों के बीच हिन्दी में उस अनुपात में होगा, जिस अनुपात में वहाँ कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त कर्मचारियों की संख्या है।

(ग) 'क', 'ख' या 'ग' क्षेत्र में स्थित केन्द्रीय सरकार के कार्यालयों के बीच पत्र-व्यवहार अंग्रेजी या हिन्दी में हो सकते हैं, किन्तु

(i) 'क' या 'ख' क्षेत्र के कार्यालयों को सम्बोधित पत्रों का अनुवाद उसके पहुँच के स्थान पर उपलब्ध कराया जाएगा, और

(ii) 'ग' क्षेत्र के केन्द्रीय सरकार के कार्यालयों को सम्बोधित पत्रादि का अनुवाद साथ में भेजा जाएगा।

3. हिन्दी पत्रों के उत्तर—हिन्दी में प्राप्त पत्रों के उत्तर हिन्दी में दिये जायेंगे।

4. हिन्दी और अंग्रेजी दोनों का प्रयोग—

धारा 3 (3) के अन्तर्गत आने वाले निम्नलिखित सभी कागजातों में हिन्दी और अंग्रेजी दोनों का प्रयोग किया जाएगा और इन दस्तावेजों पर हस्ताक्षर करने वाले व्यक्तियों की जिम्मेवारी होगी कि ऐसे दस्तावेज हिन्दी और अंग्रेजी में तैयार/निष्पादित/जारी किये जाते हैं—

(i) संकल्प, सामान्य आदेश, नियम, अधिसूचना, प्रेस विज्ञप्ति, प्रशासनिक रिपोर्ट।

(ii) संसद के सदन के पटल पर प्रस्तुत रिपोर्ट और अन्य कागजात।

(iii) संविदा, करार, लाइसेंस, परमिट, नोटिस, टेंडर के फार्म आदि।

5. आवेदन-पत्र, अभ्यावेदन आदि—

(1) कोई कर्मचारी आवेदन, अपील, अभ्यावेदन हिन्दी या अंग्रेजी में दे सकता है।

(2) हिन्दी में प्राप्त या हिन्दी में हस्ताक्षरित आवेदन-पत्र आदि जवाब हिन्दी में दिया जाएगा।

(3) यदि कोई कर्मचारी वांछा करे कि सेवा विषयों से सम्बन्धित कोई आदेश, सूचना आदि (अनुशासनिक कार्यवाही सहित) हिन्दी या अंग्रेजी में होनी चाहिए तो बिना किसी अनुचित विलम्ब के उसी भाषा में दी जाएगी।

6. केन्द्रीय सरकार के कार्यालयों में टिप्पणी—

(1) कर्मचारी फाइलों पर टिप्पणी या कार्यवृत्त हिन्दी या अंग्रेजी में लिखने के लिए स्वतन्त्र है और उससे दूसरी भाषा में अनुवाद की अपेक्षा नहीं की जाएगी।

(2) कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त कर्मचारी किसी गैर-तकनीकी कागज का अंग्रेजी अनुवाद नहीं माँग सकता है।

(3) कागज तकनीकी है या नहीं, इसका निर्णय कार्यालय अध्यक्ष द्वारा किया जाएगा।

(4) केन्द्रीय सरकार आदेश द्वारा किसी अधिसूचित कार्यालयों को विनिर्दिष्ट कर सकती है, जिसके अनुसार प्रवीणता प्राप्त कर्मचारियों विनिर्दिष्ट कार्यों के लिए केवल हिन्दी का प्रयोग किया जाएगा।

7. हिन्दी में प्रवीणता —

उन कर्मचारियों को हिन्दी में प्रवीणता प्राप्त माना जाएगा जिन्होंने—

(1) मैट्रिकुलेशन या इसके समकक्ष परीक्षा हिन्दी माध्यम से पास की है या

(2) स्नातक या स्नातकोत्तर परीक्षा में हिन्दी एक विषय लेकर पास की है या

(3) प्ररूप के अनुसार घोषणा कर दी है कि उसे हिन्दी में प्रवीणता प्राप्त है।

8. हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान—

(1) उन कर्मचारियों को हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त समझा जाएगा जिन्होंने—

(क) मैट्रिकुलेशन या समकक्ष परीक्षा हिन्दी विषय लेकर पास की है या

(ख) प्राज्ञ या सरकार द्वारा विशिष्ट वर्ग के लिए निर्धारित कोई निम्नतर परीक्षा पास की है या

(ग) सरकार द्वारा इस निमित्त विनिर्दिष्ट कोई अन्य परीक्षा पास की है या

(घ) प्रारूप के अनुसार घोषणा कर दी है कि उसने हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त कर लिया है।

(2) जिस कार्यालय में 80% कर्मचारी को हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त है, उसे माना जाएगा कि उक्त कार्यालय के कर्मचारीवृन्द को हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त है।

(3) केन्द्रीय सरकार या उसके द्वारा विनिर्दिष्ट कोई अधिकारी अवधारणा कर सकता है कि किसी कार्यालय के कर्मचारीवृन्द को हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त है या नहीं।

(4) केन्द्रीय सरकार या उसके द्वारा विनिर्दिष्ट अधिकारी उन कार्यालयों के नाम भारत के राजपत्र में अधिसूचित करेंगे, जहाँ के कर्मचारीवृन्द को हिन्दी का कार्यसाधक ज्ञान प्राप्त है।

9. मैनुअल संहिताएँ, लेखन सामग्री, सूचनापट्ट आदि—

द्विभाषी रूप में प्रकाशित/साइक्लोस्टाइल किये जाएँगे। रजिस्टरों/फार्मों को द्विभाषिक रूप में छपाया जाएगा और सूचनापट्टों आदि व हिन्दी और अंग्रेजी दोनों का प्रयोग किया जाएगा।

10. अनुपालन का उत्तरदायित्व—

अधिनियम के उपबन्धों और नियमों का पालन समुचित रूप से हो रहा है, इसका उत्तरदायित्व कार्यालय के प्रशासनिक प्रधान का होगा।

राजभाषा अधिनियम, 1963 की धारा 3 (3) के अनुसार निम्नलिखित प्रयोजनों के लिए हिन्दी और अंग्रेजी दोनों का प्रयोग किया जाएगा :—

1. संकल्प — Resolutions
2. सामान्य आदेश — General orders
3. नियम — Rules
4. अधिसूचनाएँ — Notifications
5. प्रशासनिक या अन्य प्रतिवेदन — Administrative and other reports
6. प्रेस विज्ञप्तियाँ — Press communiques

7.	संविदाएँ	—	Contracts
8.	करार	—	Agreements
9.	अनुज्ञप्तियाँ	—	Lincences
10.	अनुज्ञापत्र	—	Permit
11.	निविदा सूचनाएँ	—	Tender notice
12.	निविदा प्ररूप	—	Forms of Tender
13.	संसद के किसी सदन या सदनों के समक्ष रखे जाने वाले प्रशासनिक तथा अन्य प्रतिवेदन	—	Administrative and other Report
14.	राजकीय कागज-पत्र	—	Official documents to be laid before a House or Houses of Parliament.

राजभाषा नियम, 1976 का नियम 2

राजभाषा नीति के कार्यान्वियन के लिए केन्द्रीय सरकार ने सम्पूर्ण भारत को तीन क्षेत्रों में बाँटा है, यथा—'क', 'ख' एवं 'ग' क्षेत्र।

'क' क्षेत्र अर्थात्
1. उत्तर प्रदेश, उत्तरांचल
2. बिहार, झारखंड
3. मध्यप्रदेश, छत्तीसगढ़
4. राजस्थान
5. हरियाणा
6. हिमाचल प्रदेश
7. दिल्ली तथा
8. अंडमान निकोबार द्वीप समूह संघ शासित क्षेत्र में स्थित केन्द्रीय सरकार के कार्यालय

'ख' क्षेत्र अर्थात्
1. महाराष्ट्र
2. गुजरात
3. पंजाब राज्य और
4. चंडीगढ़ संघ राज्य क्षेत्र में स्थित केन्द्रीय सरकार के कार्यालय

(5) दादर व नागर हवेली तथा (6) दमन व दीव द्वीप समूह

'ग' क्षेत्र अर्थात् "क" और "ख" क्षेत्रों में शामिल न किए गए सभी राज्यों/संघ राज्य क्षेत्रों में स्थित केन्द्रीय सरकार के कार्यालय।

भारतीय संविधान की अष्टम सूची में शामिल संविधान सम्मत मान्यता प्राप्त भारतीय भाषाएँ इस प्रकार है।

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

*

आहार सम्बन्धित बीमारियाँ

मानव सदियों से आहार का उपयोग करता रहा है, परन्तु उसके उद्देश्यों एवं गुणों का वैज्ञानिक विश्लेषण आधुनिक चिकित्सा विज्ञान इस शताब्दी के प्रारम्भ से मानता है।

सर्वप्रथम विटामिन की कल्पना 1912 में की गई। इसके द्वारा रिकेट (सुखण्डी) नामक बीमारी में उपचारात्मक प्रयोग 1922 में घोषित किया गया। इसी तरह पैलाग्रा में 'निकोटिना माइड' का योगदान का पता 1938 में चला। 'क्वार्शीयोरकर' नामक बीमारी की खोज 1932 में हुई, लेकिन 1952 में अफ्रीका के अस्पताल में इसका पूरा पता चला।

बढ़ती हुई जनसंख्या, प्रतिकूल मौसम, सिंचाई एवं वैज्ञानिक ढंग से खेती का अभाव, बाढ़, मिट्टी का क्षरण आदि ऐसे कारण हैं, जिससे अन्न उत्पादन आवश्यकता के अनुपात में कम है। विशेषकर विकासशील देशों में जहाँ जनता की क्रय-शक्ति का अभाव है, वहाँ कुपोषण की समस्या और भी गम्भीर बनी हुई है। विकासशील देशों की अधिकांश आबादी कुपोषण का शिकार है। उसमें बच्चे सर्वाधिक प्रभावित हैं।

अतः आबादी को स्वस्थ एवं अभाव रहित बनाने के लिए जनसंख्या पर नियन्त्रण करना होगा। अनाज उत्पादन बढ़ाना होगा। उपलब्ध अनाज, शाक-सब्जी, फल-फूल आदि के एक-एक कण का समुचित ढंग से इस प्रकार उपयोग करना होगा कि विश्व में कोई भी व्यक्ति तथा बच्चे भूख से न मरे और कुपोषण का शिकार न हो।

भोजन की कमी या सन्तुलित भोजन के ज्ञान के अभाव से होने वाली बीमारियों को हमलोग निम्नलिखित वर्गों में बाँट सकते हैं—

(1) **निम्नपोषण** (Under nutrition)— यह भोजन की कमी से होता है। बच्चों में सुखण्डी (Marasmus) एवं बड़ों में भुखमरी (Starvation) के नाम से जाना जाता है। अकाल में यही अवस्था सामूहिक रूप से होती है।

(2) **कुपोषण** (Malnutrition)— भोजन में कुछ तत्वों, जैसे—प्रोटीन, विटामिन, खनिज आदि की कमी से सम्बन्धित है।

(3) **मोटापा** (Obesity)—अत्यधिक वसा के प्रयोग से तथा श्रम के अभाव से शरीर में अत्यधिक वसा एकत्र होने लगता है, जिसके फलस्वरूप यह बीमारी होती है।

(4) **गुणात्मक अतिपोषण**—यह भोजन के तत्वों में किसी एक तत्व के अधिक सेवन से यह बीमारी परिलक्षित होती है, जैसे—विटामिन के अधिक प्रयोग से हाइपर विटामिनिसिस लोहे के अधिक सेवन से सिडरोसिस नामक बीमारी परिलक्षित होती है।

(5) **भोजन में उपस्थित प्राकृतिक विष का प्रभाव**—यह बीमारी किसी विशेष अनाज के खाने से होती है, जैसे—खेसारी दाल के अत्यधिक प्रयोग से लेथिरिज्म (लकवा) नामक बीमारी होती है।

हम भोज्य पदार्थ में निहित तत्वों को निम्न समूहों में बाँट सकते हैं :—(1) ऊर्जा प्रदान करने वाले पोषक तत्व—कार्बोहाइड्रेड, वसा एवं प्रोटीन (2) जल एवं लवण (3) विटामिन (4) फाइबर-रेशे।

अब हम इन तत्वों की कमी से होने वाली बीमारियों का विवेचन करेंगे।

कार्बोहाइड्रेड—यह भोजन में ऊर्जा प्रदान करने वाला तत्व है—एक ग्राम कार्बोहाइड्रेड के जलने से चार किलो कैलोरी ऊर्जा मिलती है।

वसा—यह भी मुख्यतः ऊर्जा प्रदान करता है—एक ग्राम वसा के जलने से 9 किलो कैलोरी ऊर्जा मिलती है। यह भी भोजन का एक अति आवश्यक अंग है।

प्रोटीन—प्रोटीन भोजन का सबसे मुख्य तत्व है, क्योंकि शरीर के निर्माण, वृद्धि के लिए प्रोटीन का होना अति आवश्यक है। करीब प्रतिदिन सामान्य कार्य के लिए 65 ग्राम प्रोटीन की आवश्यकता होती है। यह कुल आवश्यक ऊर्जा का 10% ऊर्जा प्रदान करती है। प्रोटीन की इकाई एमिनो एसिड होती है, जिनकी संख्या करीब 20 है और इसमें से आठ एमिनो एसिड अति आवश्यक है, क्योंकि शरीर इनका निर्माण नहीं करता है।

एक वयस्क आदमी को करीब 3000 किलो

कैलोरी एवं एक वयस्क स्त्री को करीब 2200 किलो कैलोरी ऊर्जा की आवश्यकता होती है।

निम्नपोषण एवं भुखमरी सामान्य है (Under nutrition and Starvation)—यह अकाल जैसी परिस्थिति में भोजन के कम मिलने अथवा नहीं मिलने के कारण उत्पन्न होती है। साथ ही पोषण संस्थान की किसी गंभीर बीमारी के कारण शरीर भोजन का उपयोग नहीं कर पाता है, जिससे शारीरिक क्षमता घट जाती है और यह अनाज की उत्पादकता में कमी एवं असमान वितरण के कारण भी हो सकता है। इसमें शरीर का वजन घटते-घटते 75% तक हो जाए तो यह घातक हो सकती है।

लक्षण—(1) वयस्क में वजन का कम हो जाना तथा शरीर का दुबला होना।

(2) चमड़े की चमक एवं तारतम्यता का ढीला पड़ जाना, आँखों की चमक कम होना, बेहोशी छाना एवं बीच-बीच में दस्त होना, इसके लक्षण हैं।

बच्चों में वजन कम होने के साथ वृद्धि भी रुक जाती है।

उपचार—केवल पौष्टिक आहार देने से ही मरीज ठीक हो जाता है। अतः मरीज को इसकी रुचि एवं क्षमता के हिसाब से भोजन देना चाहिए।

बचत—अन्न का अधिक उत्पादन एवं उचित वितरण से जन सामान्य को इससे बचाया जा सकता है। यह मेडिकल की अपेक्षा प्रशासनिक समस्या ज्यादा है।

प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण (Protein Energy Malnutrition)—यह बीमारी प्रोटीन एवं कार्बोहाइड्रेड के भोजन में कमी से होती है। यह बच्चों में ज्यादा पाई जाती है, इसे दो भागों में बाँटा जा सकता है :—

(1) **क्वाशीयोरकर** (Kwashiorker)—यह एक वर्ष से चार वर्ष के बच्चों के बीच में पाई जाती है। यह तभी परिलक्षित होती है, जब बच्चा केवल दूध पर या केवल परम्परागत सामान्य भोजन पर निर्भर रहता है, जिसमें प्रोटीन की मात्रा कम रहती है। इसके लक्षण निम्न हैं—

(1) वृद्धि का रुक जाना (2) शरीर का पतला होना (3) माँसपेशियों का गलना एवं कमजोर पड़ जाना (4) बाल पतला हो जाना (5) चमड़ी का रंग काला पड़ जाना (6) चमड़े में स्थान-स्थान पर घाव हो जाना (7) लीवर का बढ़ जाना (8) मुँह में घाव हो जाना (9) खून की कमी एवं (10) बच्चों की स्थिति अत्यन्त दयनीय हो जाना।

इलाज—इस बीमारी में बच्चों को ऐसा भोजन देते हैं, जिसमें अत्यधिक मात्रा में प्रोटीन, लवण एवं विटामिन हो तथा अतिरिक्त कार्बोहाइड्रेड हो। दूध के साथ अगर इसमें वसा मिला दिया जाए एवं लौह तत्व मिला दिये जायें तो इस उम्र के बच्चों के लिए उत्तम आहार हो जाते हैं।

(2) **न्यूट्रीशिनल मरासमस** (Nutritinal Marasmus)—यह एक वर्ष से कम उम्र के बच्चों में होता है। माँ के बार-बार गर्भ धारण करने से उसकी दूध उत्पादक क्षमता कम हो जाती है एवं अधिक बच्चों के होने से दूध की पर्याप्त मात्रा नहीं मिल पाती है। हठात् माँ का दूध बन्द करने से भी यह समस्या उत्पन्न होती है। यदि कृत्रिम दूध पतला करके दिया जाय तो इस बीमारी की सम्भावना रहती है।

लक्षण—बच्चों की वृद्धि रुक जाना, चिड़चिड़ापन होना एवं दुबला होना, बूढ़ा जैसा लगना।

इलाज एवं बचाव—बच्चे को संतोषप्रद एवं पर्याप्त आहार देना चाहिए तथा जल एवं लवण भी पर्याप्त मात्रा में देना चाहिए ताकि पानी की कमी से हुई क्षति को पूरा किया जा सके।

जल एवं लवण—जल शरीर का करीब 70% भाग होता है, अर्थात् करीब-करीब 40 लीटर जल एक औसत व्यक्ति के शरीर में होता है। इसमें करीब 28 लीटर कोशिका के भीतर एवं 12 लीटर कोशिका के बाहर होता है।

तत्वों एवं लवणों में मुख्यतः—सोडियम, पोटेशियम, कैल्शियम, मैगनेशियम, लोहा, क्लोराइड, फास्फेट एवं बाइकार्बोनेट हैं।

कैल्शियम—वयस्क शरीर में करीब 1200 ग्राम कैल्शियम होता है, जिसमें से 90% सिर्फ हड्डियों में होता है। इसका मुख्य स्रोत दूध एवं दूध से बने पदार्थ हैं। साथ ही मटर, अमरूद में भी यह पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है। इसकी कमी से हड्डियाँ कमजोर हो जाती हैं।

फास्फोरस—करीब 85% हड्डी में ही पाया जाता है तथा कैल्शियम के साथ मिलकर कार्य करते हैं। यह करीब सभी प्राकृतिक अनाजों में पाया जाता है।

लौह—यह मुख्य रूप से माँस, लीवर, अनाज, सेम, पालक आदि में पाया जाता है। इसकी कमी से एनीमिया नामक बीमारी होती है तथा अधिकता से सिडरोसिस नामक बीमारी होती है।

आयोडीन—यह सब्जियों एवं दूध में पाया जाता है। परन्तु मुख्य रूप से जीवित प्राणियों में मिलता है, प्रतिदिन इसकी 1.50 माइक्रोग्राम आवश्यकता होती है।

क्लोराइड—इसकी कमी से दाँतों में केरीज (Caris) हो जाता है। यह मुख्य रूप से जल में पाया जाता है।

जिंक—इसका मुख्य स्रोत माँस, धनिया एवं अनाज है। पेट की बीमारियों, मधुमेह और जलने से इसकी कमी हो जाती है। इसकी कमी से दस्त होना एवं मानसिक रुग्णता होती है।

विटामिन—ये ऐसे कार्बनिक पदार्थ हैं, जिनकी अत्यन्त अल्प मात्रा शरीर में आवश्यक होती है। प्रायः इनका निर्माण शरीर में नहीं होता है। अतः ये शरीर के लिए अति आवश्यक है। इन्हें दो वर्गों में बाँटा जा सकता है :—

(1) **वसा में घुलनीय**—इनमें विटामिन 'ए', 'डी', 'ई' एवं 'के' है।

(2) **जल में घुलनीय**—इसमें विटामिन 'सी' एवं 'बी' है।

विटामिन 'ए'—यह मुख्यतया दूध, क्रीम, अंडे, मछली एवं पालक साग में पाया जाता है। प्रतिदिन इसकी आवश्यकता बच्चों में 300 माइक्रोग्राम एवं बड़ों में 750 माइक्रोग्राम होती है। इसकी कमी से आँखों पर बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है। इसके चलते रतौंधी जिरोपथैलमिया एवं क्रेटोमेलेशिया नामक बीमारी होती है।

विटामिन 'डी'—इसके मुख्य स्रोत मछली का तेल एवं लीवर होता है। कुछ मात्रा में यह दूध एवं दूध से बने पदार्थों में पाया जाता है। इसकी कमी से बच्चों में रिकेट्स एवं बड़ों में स्टोमेलिशया नामक रोग होता है।

विटामिन 'ई'—यह अनाजों एवं सब्जियों में पाया जाता है।

विटामिन 'के'—यह रक्त के बहाव को रोकता है, अतः रक्त स्राव में काफी उपयोगी है। यह सामान्य भोजन में आवश्यकता अनुसार रहता है।

विटामिन 'सी'—यह नींबू, नारंगी, अमरूद इत्यादि फलों एवं हरी सब्जियों में पाया जाता है। इसकी कमी से स्कर्वी नामक बीमारी होती है, जिससे मसूढ़े फूल जाते हैं, दाँत गिर जाते हैं, चमड़ी से रक्त निकलने लगता है, आँखों में भी रक्त आ सकता है।

विटामिन बी काम्प्लेक्स—यह अनेक विटामिनों का समूह है। यह हरी सब्जियों, अंकुरित अनाजों, ईस्ट में पाया जाता है। इसके विटामिनों में थायमिन, नियेसिन, लाइवोफ्लेबिल, पाइरिडोवसिल हैं। थायमिन की कमी से बेरी-बेरी एवं नियेसिन की कमी से पेलाग्रा, लाइवोफ्लेबिल की कमी से मुँह में घाव हो जाता है।

भोजन के रेशे—ये भोजन के वे पदार्थ हैं, जिन्हें हमारा शरीर पचा नहीं पाता है, फिर भी ये शरीर के लिए आवश्यक है। उदाहरणस्वरूप सेलूलोज, एवं पेप्टिन। ये जल को शोषित करते हैं, जिससे पैखाना थोड़ा ढ़ीला हो जाता है एवं मलद्वार से बाहर निकल जाता है।

मोटापा—मोटापा उच्च, मध्यम एवं उच्च वर्ग में पाई जाने वाली बीमारी हैं। मोटापा का अर्थ है, आवश्यकता से अधिक चर्बी का हो जाना तथा वजन का बढ़ जाना। मोटापा का मुख्य वजह—ऊर्जा की लेने की मात्रा एवं खपत में असमानता है। ऊर्जा हम ज्यादा लेते हैं एवं खर्च कम करते हैं तो बाकी ऊर्जा वसा के रूप में शरीर में एकत्रित होकर के मोटापा बढ़ाती है।

मोटापा निम्न कारणों पर भी निर्भर करती है—

(1) **उम्र**—मोटापा होने की सबसे ज्यादा संभावना 35 वर्ष से 45 वर्ष के बीच में होती है, क्योंकि शरीर की गतिशीलता कम हो जाती है। जिन बच्चों में मोटापा का प्रभाव होता है, वे बड़े होकर भी मोटे होने की संभावना ज्यादा रखते हैं।

(2) **सामाजिक एवं आर्थिक संरचना**—विकसित देशों में यह धनी वर्ग के साथ-साथ गरीब वर्गों

में भी होता है, परन्तु विकासशील देशों में यह प्रायः मध्यम एवं उच्च वर्गों में होता है।

(3) **वंशानुगत**—जिन परिवारों में मोटापा होता है, उनसे उनकी सन्तानों में भी मोटापे होने की सम्भावना होती है।

(4) **अंतःस्रावी हार्मोन**—औरतों में पुरुष की अपेक्षा दुगना वसा होती है। प्यूबर्टी एवं गर्भावस्था के दौरान मोटापा बढ़ता है। इन्सुलिन की अधिकता से भी मोटापा बढ़ता है।

शारीरिक सक्रियता—जो लोग शारीरिक रूप से क्रियाशील नहीं रहते हैं, उनमें ये ज्यादा होता है, क्योंकि ऊर्जा का क्षय नहीं हो पाता है और वह वसा के रूप में शरीर में एकत्रित हो जाता है।

समस्याएँ (1) मनोवैज्ञानिक—मोटे व्यक्ति मानसिक रूप से अपने को हीन समझते हैं। वे ज्यादा चिन्तित रहते हैं। विशेषकर औरतों में मोटापे के प्रति चेतना ज्यादा रहती है।

(2) शारीरिक—मोटे लोग के पैर चिपटे होते हैं तथा वजन ज्यादा होने से घुटनों एवं एड़ी में हमेशा दर्द रहता है। पेट पर चर्बी चढ़ने से श्वास प्रक्रिया में दिक्कत होती है, जिससे दम फूलने की तकलीफ हो जाती है।

इसके अलावा मोटे लोगों में मधुमेह, उच्च रक्त चाप, गठिया इत्यादि की बीमारियाँ ज्यादा होती हैं। इनकी वजह से जीवनकाल कम हो जाता है। कहा भी गया है—Less waist line move life line करीब-करीब 30% अधिक वजन वालों में 30% जीवन कम हो जाता है।

उपचार (1) भोजन का नियन्त्रण—मोटापे के इलाज में सबसे बड़ी बात ये है कि हम जो ऊर्जा भोजन के रूप में लेते हैं, वह कम हो एवं उसका समुचित उपयोग हो ताकि वह वसा के रूप में शरीर में जमा नहीं हो सके। इसके लिए हमें भोजन में निम्न परिवर्त्तन करना होगा ताकि ऊर्जा की मात्रा 800 से 1000 किलो कैलोरी तक मिल सके।

(1) **प्रोटीन**—50 ग्राम मात्रा ही काफी है।

(2) **कार्बोहाइड्रेड**—100 ग्राम मात्रा की आवश्यकता होती है।

(3) **वसा**—करीब 40 से 50 ग्राम होना चाहिए।

(4) **विटामिन्स**—भोजन में ज्यादा हरी सब्जियों एवं फल लेने चाहिए, क्योंकि इसमें ऊर्जा की मात्रा कम होती है एवं ये विटामिन्स से परिपूर्ण होते हैं।

(5) दूध की मात्रा ज्यादा लेने से कैल्शियम ज्यादा मिलता है तथा ऊर्जा कम मिलती हैं, जिससे मोटापा कम होता है।

(6) **जल**—जल आवश्यकतानुसार ही पीना चाहिए। मीठा पेय से बचना चाहिए। ज्यादा जल भी नुकसानदायक है।

(7) **अल्कोहल**—अल्कोहल का सेवन मोटापे में हानिकारक होता है, क्योंकि इसमें ऊर्जा की मात्रा ज्यादा होती है।

व्यायाम—प्रतिदिन व्यायाम करने से काफी ऊर्जा की खपत होती है। यदि प्रतिदिन 3 कि० मी० पैदल चलें तो करीब 300 किलो कैलोरी ऊर्जा की खपत होगी एवं वर्ष में 9 किलो वजन कम हो जायेगा। अतः डाक्टरों की सलाह के अनुसार अपनी एवं परिस्थिति को देखते हुए व्यायाम करना चाहिए।

दवा का योगदान—मोटापे में दवा का कोई खास योगदान नहीं है। भोजन एवं व्यायाम ही सर्वोत्तम उपाय है। एलफितामिन एवं फेन फलूरामिन दवाइयों से वजन कम हो सकता है, किन्तु इसके दुष्प्रभाव भी हैं।

उपवास—अस्पताल में कुछ समूह तक सिर्फ पानी ऊर्जाविहीन पेय देने से वजन कम होता है, परन्तु बाद में रोगी अपने भोजन को नियन्त्रित नहीं कर पाता है, फलस्वरूप वजन बढ़ने लगता हैं।

शल्यक्रिया—इससे लाभ नहीं होता है तथा ऑपरेशन की जटिलताएँ ज्यादा है। अतः यह उपाय नहीं करना ही उचित है।

अतः सर्वोत्तम उपाय भोजन पर नियन्त्रण एवं व्यायाम है।

उपर्युक्त विवेचन से स्पष्ट है कि भोजन का बीमारियों में काफी योगदान है। अतः हमें अपने स्वाद पर नियन्त्रण करते हुए अपनी आर्थिक क्षमता, वातावरण एवं पौष्टिकता को ध्यान में रखते हुए भोजन का चुनाव करना चाहिए।

□ **डा० जी० सी० केशरी**

मौसमी फलों का संरक्षण

मौसमी फलों का पूरा-पूरा लाभ उठाना आज के मंहगाई के युग में अनिवार्य हो गया है। जब मौसमी फल बाजार में सस्ते दामों में बिक रही हों तब उन्हें अधिक मात्रा में खरीद कर उनका संरक्षण करके पूरा साल उनका उपयोग किया जा सकता है।

मौसम के अनुसार बाजार में अमरूद, आम, अनानास इत्यादि फल खूब दिखते हैं तो क्यों न इनके संरक्षण का धन्धा शुरू किया जाय। आपको फल न बिकने से घाटा भी नहीं होगा,बल्कि अतिरिक्त आमदनी अवश्य होगी। मैं अब आपको अमरूद एवं अनानास के जाम, जेली एवं शर्बत बनाने की विधि बता रही हूँ।

अमरूद की जेली

आधा किलोग्राम जेली के लिए उपयुक्त सामग्री :—

अमरूद का रस	—	1 किलोग्राम
चीनी	—	500 ग्राम
साइट्रिक एसिड	—	3.5 ग्राम

विधि—

अमरूद का रस निकालने के लिए आपको अमरूद ज्यादा पका नहीं लेना है और ज्यादा कच्चा भी नहीं—डम्भक अमरूद लें। अमरूद का रस निचोड़ने के लिए अमरूद को अच्छी तरह धो लें, उसके बाद बारीक काट लें, कटे हुए अमरूद में इतना पानी डालें कि कटा हुआ अमरूद डूब जाय, फिर उसे चूल्हा पर चढ़ाकर 45 मिनट तक उबालें। अब उसे उतार दें। उतारने के बाद प्लास्टिक की चलनी या बारीक कपड़ा से छान लें। छानते समय यह ध्यान रहे कि केवल रस छाननी है,बीज और गुदा फेंक देना है। जेली की पैक्टीन ही जमता है, जिस फल का पैक्टीन होगा उसी फल की जेली बन सकती है। अमरूद में पैक्टीन पाया जाता है। पैक्टीन की जाँच—एक बर्त्तन में एक चम्मच अमरूद का रस लें और उस रस में एक चम्मच स्प्रीट डालें। स्प्रीट रस में डालते ही जम जाय तब समझें कि इसमें पैक्टीन प्रचुर मात्रा में है जो कि जेली जमाता है। अगर अमरूद रस में स्प्रीट डालने के साथ कम जमता हो, तब यह समझें कि जेली अच्छी तरह नहीं जमेगी। अब चीनी की मात्रा कम कर दें। ऐसे वर्षाकालीन अमरूद में पैक्टीन कम पाया जाता है, इसलिए इसमें चीनी कम डालते हैं। एक किलो रस में आधा किलो चीनी। जाड़े के मौसम में अमरूद में पैक्टीन ज्यादा पाया जाता है तब 1 किलो अमरूद के रस में तीन पाव चीनी डालने पर जेली अच्छी तरह जम जाता है।

अब अमरूद के रस में चीनी मिलाकर चूल्हा पर चढ़ा दें। जब खौलने लगे तब उसमें साइट्रिक एसिड डाल दें और चलाते रहें। अमरूद की जेली तैयार हुई कि नहीं, इसकी जाँच के लिए शीशे के ग्लास में थोड़ा पानी लें और उसमें एक बूंद रस गिरायें। पानी में डालते यदि रस जम जाय तब समझें कि जेली तैयार हो गयी और उसे उतार लें। एक साफ चौड़े मुँह वाली शीशी में रख दें, तीन-चार घण्टे में जेली जम जायेगी। इसे आप पावरोटी, रोटी में लगाकर खा सकते हैं।

अमरूद का शर्बत

अब मैं आप लोगों को अमरूद का शर्बत बनाने की विधि की जानकारी दे रही हूँ। अमरूद का शर्बत बनाने के लिए उपयुक्त सामग्री :—

अमरूद का रस	—	1 किलोग्राम
चीनी	—	1.5 किलोग्राम
पानी	—	600 ग्राम
साइट्रिक एसिड	—	1.5 ग्राम
खाने वाला हरा रंग	—	एक चुटकी
मोटाशियम मेरावाइसल्फेट	—	3 ग्राम

अब इसे अच्छी प्रकार बनायें। अमरूद को धोकर बारीक काट लें, कटे हुए अमरूद में इतना पानी डालें कि कटा हुआ अमरूद डूब जाय। फिर उसे चूल्हा पर चढ़ा दें, जब सीझ जाय तब इसे उतार दें। अब इसे बारीक कपड़े या प्लास्टिक की चलनी से रस छान लें। ध्यान रहे कि रस के साथ बीज और गुदा नहीं जाय।

चीनी का चाशनी कर लें। चाशनी जब ठंडा हो जाय तब अमरूद के रस में मिला दें। इसमें साइट्रिक एसिड घोलकर मिला दें। खाने वाला हरा रंग मिला दें। अब बोतल में रखने के पहले पोटाशियम मेराबाई सल्फाइड थोड़ा-सा पानी में घोलकर मिला दें और तुरन्त बोतल के गर्दन तक शर्बत भर दें। यदि आप पोटाशियम मेराबाई सल्फाइट घोलकर और शर्बत में मिलाकर कुछ देर छोड़ देंगी तो इसका गन्ध उड़ जायगा फिर यह सुरक्षित रखने का काम नहीं करेगा, क्योंकि पोटाशियम मेराबाइ सल्फाइड का काम है सुरक्षित रखना। इसलिए पोटाशियम मेराबाइ सल्फाइड मिलाने के बाद शर्बत को बोतल मे तुरन्त भर दें और कार्क से बन्द कर दें। एक बोतल शर्बत में 10 ग्लास शर्बत बनेगा।

अनानास का शर्बत

अनानास के शर्बत बनाने के लिए उपयुक्त सामग्री को नोट करें :—

अनानास का रस—1 किलोग्राम
चीनी —1 किलो ग्राम 500 ग्राम
पानी —600 ग्राम
साइट्रिक एसिड —1.5 ग्राम
अनानास के सुगंधी —स्वाद के अनुसार
पोटाशियम मेराबाइ सल्फाइट—3 ग्राम

बनाने की विधि—

अनानास का शर्बत बनाने के लिए पहले अनानास को छिलकर रस निकालने वाली मशीन से रस निकाल लेंगे। रस को एक बार खौला लेंगे। फिर उसे ठण्डा कर छान लें। अब पानी में चीनी व बाइकिड एसिड मिलाकरें गर्म करें तथा चाशनी तैयार कर लें। चाशनी ठण्डा होने पर बारीक कपड़े से छान लें, उसके बाद अनानास के रस में चीनी का साफ चाशनी मिला दें। फिर अनानास के सुगन्धी मिला दें। थोड़े से पानी में पोटाशियम मेराबाइ सल्फाइट घोलकर शर्बत में मिला दें और साफ बोतल में गर्दन तक शर्बत भर दें एवं कार्क से मुँह बन्द कर दें एवं मोम पिघलाकर डाल दें। एक बोतल शर्बत में 10 ग्लास शर्बत तैयार होगा।

☐ प्रो० रीता लाल

● तुलसी मीठे वचन ते सुख उपजत चहूं ओर।
वशीकरण इक मंत्र है तज दे वचन कठोर॥

—तुलसी

● प्रेम मनुष्य के भीतर एक शरीफ भावना का नाम है, जिसे निकाल दिया जाय तो मनुष्य और पशु में अन्तर नहीं रहता।

—बर्ट्रेण्ड रसेल

महिला विकास की बाधायें

समाज में महिलाओं की स्थिति किसी भी समाज की सभ्यता का द्योतक होती है। इतिहास के पृष्ठों को पलटने से पता चलता है कि प्राचीन काल में महिलाओं की स्थिति अत्यन्त अच्छी थी। उनकी समाज में बड़ी प्रतिष्ठा थी। समाज महिलाओं को आदर, श्रद्धा और सम्मान देता था। उन्हें गृहलक्ष्मी, कल्याणी, भार्या आदि नामों से सम्बोधित किया जाता था। प्राचीन काल में बिना स्त्री के कोई पवित्र कार्य पूर्ण नहीं माना जाता था। महिलाओं के लिए पर्दा प्रथा नहीं थी। उन्हें स्वयं पति वरण करने का अधिकार था। साहित्य, विज्ञान, कला, राजनीति सभी क्षेत्रों में विकास के मार्ग प्रशस्त थे। गार्गी, मैत्रेयी, अपाला, घोष, लोपामुद्रा, विश्वकरा, शकुन्तला, सीता, सावित्री, दमयन्ती, कुन्ती जैसे नारी रत्नों के नाम इतिहास में अमर हैं।

मध्य काल में महिलाओं की दशा धीरे-धीरे बिगड़ने लगी। पर्दा प्रथा का प्रचलन हुआ। महिला पुरुष की दासी समझी जाने लगी। बाल विवाह की प्रथा चल पड़ी। बहु-विवाह होने लगे। महिलाएँ घर की चारदीवारी के भीतर बन्दी बना दी गयीं। महिलाओं की स्थिति दीन-हीन हो गयी, परन्तु आधुनिक युग में स्वतन्त्रता के संघर्ष में महिलाएँ आगे आयीं। स्वतन्त्रता संग्राम में उनका प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष रूप से महत्त्वपूर्ण योगदान था। स्वतन्त्रता के बाद, भारतीय संविधान की धारा-15 के अनुसार महिलाओं को भी पुरुषों के समान अधिकार दिये गये। धारा-39 के अनुसार उन्हें जीविका के सभी साधनों का समान रूप से सदुपयोग के अधिकार दिये गये। महिलाओं के विकास हेतु हिन्दू विवाह कानून, हिन्दू उत्तराधिकार कानून, हिन्दू दत्तक ग्रहण एवं वृत्ति कानून, दहेज विरोधी कानून बने जो महत्त्वपूर्ण हैं। शिक्षा का प्रसार भी महिलाओं के विकास में सहायक हुआ। महिलाओं के स्वास्थ्य की भी देख-रेख थोड़ी अच्छी होने लगी। बाल विवाह पर रोक, तलाक का अधिकार, विधवा विवाह की छूट, पर्दा प्रथा की समाप्ति आदि अनेक शुभ लक्षण दिखाई पड़े हैं, महिलाओं के विकास हेतु।

परन्तु महिलाओं का विकास जिस गति से होना चाहिए था, नहीं हुआ। स्वतन्त्रता के इन 48 वर्षों के दौरान कानून बने, संशोधन हुए; परन्तु यह सब बैशाखी है, इससे पाँव की तरह की अपेक्षा करना खतरे से खाली नहीं है। जो समस्याएँ मध्यकाल में रोपी गईं, पनपी और पुष्ट हुई उनका पूर्ण उन्मूलन अभी तक नहीं हो पाया है, उनकी जड़ें आज भी हरी हैं। सन् 1991 की जनगणना से प्राप्त आँकड़े बताते हैं कि पुरुषों की साक्षरता का प्रतिशत जहाँ 64 प्रतिशत है, वहीं महिलाओं का मात्र 39 प्रतिशत है। ये आँकड़े ही हमारी सारी राम कहानी कह रहे हैं। अभी भी पर्दा प्रथा है, बाल विवाह हो रहे हैं, दहेज चरम सीमा पर है। आम महिला में हीनता की भावना और आत्मविश्वास की कमी है। उपभोक्तावादी संस्कृति और संचार के माध्यम कम दोषी नहीं है।

यहाँ मेरा उद्देश्य बाधाओं की गणना मात्र नहीं है। मेरा मानना है कि हमें उन बाधाओं से पहले रूबरू होना चाहिए, जिनका निराकरण अपने वश में हो। सर्वप्रथम महिलाओं में दृढ़ इच्छा शक्ति की जरूरत है। आपने सोचा कि अन्तर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर परिचर्चा का आयोजन होना चाहिए तो आज परिचर्चा हो रही है। अगर महिलाएँ पूरे मन से मान लें कि हमें विकास करना है तो विकास होगा, द्रुतगति से होगा। जहाँ चाह है, वहाँ राह मिलेगी ही। जरूरत है कल्पना को साकार करने हेतु उसे अमली जामा पहनाने हेतु सार्थक और नियोजित प्रयत्न करने की। यदि महिलाएँ सुशिक्षित हुई तो आगे आयेंगी। ऊपर गिनाये गये सारी बाधायें, प्रतिकूलताएँ उनके अनुकूल होंगी, सफलता उनके चरण चूमेगी, समाज में प्रतिष्ठा मिलेगी। स्वर्गीय श्रीमती इन्दिरा गाँधी, मदर टरेसा, किरण बेदी, बछेन्द्री पाल, पी० टी० उषा आदि नाम हम महिलाओं के लिए आदर्श हो सकते हैं।

यदि महिलाएँ अपने बच्चों और बच्चियों को बराबरी की नजर से देखना प्रारम्भ करें, दोनों को स्वास्थ्य और शिक्षा के समान अवसर उपलब्ध करायें, बच्चियों को भी सभी साधन एवं सुविधाएँ मुहैय्या करायें, हीनता की भावना दूर करें, आत्मविश्वास जगायें, आत्मनिर्भर बनने की प्रेरणा दें तो वह दिन दूर नहीं, जब भारतीय महिलाएँ दूसरी सभी बाधाओं को पार करके विश्व मानव समुदाय को नेतृत्व देंगी।

☐ कुसुम मणि त्रिपाठी 'कुसुम'

मूर्खानन्द की चिट्ठी

अतिक्रमण कहाँ-कहाँ

सम्पादक जी हो नमस्कार,

कर्मवीर की जय-जयकार !

सुना है, इन दिनों आप बड़े गमगीन हैं। शायद, आपके भी देहली-दरवाजे तोड़ दिये गये हैं। पूरा शहर खंडहरों में तबदील हो गया है, जैसे कोई जलजला आकर शहर का नक्शा बिगाड़ गया हो। झुग्गी-झोपड़ियाँ इस तरह उखाड़ फेंकी गई हैं, जैसे कोई तूफान तबाही मचाकर गुजर गया हो। लोग अपने मकानों को टूटते हुए, अपनी झोपड़ियों को उजड़ते हुए देखते रहे जैसे कोई निरीह पक्षी अपने टूटते आशियाने को विवशता से देखता रहता है। लब-ए-सड़क देखने से ऐसा महसूस होता है, जैसे किसी सुहागिन की माँग उजड़ गई हो। अच्छे-अच्छे मकानों के प्रवेश द्वार तोड़कर इस तरह तीन तेरह कर दिये गये हैं कि उनकी सारी शोभा नौ-दो-ग्यारह हो गई है। जो झोपड़ियाँ कभी कचौड़ियों की सोंधी महक और जलेबियों की मीठी महक से लबरेज रहती थीं, वही झोपड़ियाँ आज धूल चाट रही हैं।

लेकिन, मैं तो कहूँगा, सम्पादक जी, कि गमगीन होने की जरूरत नहीं है, क्योंकि एक आप ही गमजदा नहीं हैं। आपके साथ बहुत-सारे लोग हैं। शहर-शहर की यही हवा है। कुछ दिन हुए, कलकत्ते में भी अतिक्रमण हटाओ अभियान के अन्तर्गत प्रतिशत से अधिक हाथ रिक्शे जब्त कर लिए गए। प्रमुख सड़कों से हाकरों को हटा दिया गया। इस तरह दो लाख से अधिक लोग बेरोजगारों की भीड़ में जमा हो गये।

सम्पादक जी, खुदा के फजल से आप जमालपुर वालों ने इस अभियान के विरुद्ध कुछ नहीं किया, पर कलकत्ता वालों ने तो कई जगहों पर तोड़फोड़ की, आगजनी की घटनाएँ घटीं, पुलिस के साथ झड़पें भी हुईं और परिणामस्वरूप सैकड़ों लोग गोपाल-मंदिर भेज दिए गए। भला हो, आप जमालपुर वालों का, तनिक भी चूँ-चाँ नहीं की और इस गम को यूँ पी गये जैसे कोई ठर्रा या रम हो।

मैं तो कहूँ, सम्पादक जी, ये ठेलेवाले और हॉकर जो हाय-तोबा मचा रहे हैं, वह बेकार ही है। सरकार चाहती है कि कलकत्ता साफ-सुथरा नजर आये। झोपड़ीनुमा दूकानें शहर की शान-शौकत में बट्टा लगा देती हैं। कीमती कारों की कतारों में ठेलागाड़ी कुछ यूँ लगती है, जैसे शोख हसीना के बीच कुबड़ी चल रही हो।

दरअसल सम्पादक जी, ये दूकानें, झोपड़ियाँ, हाथ-रिक्शे, ठेलेगाड़ियाँ—सबके सब पिछड़ेपन की निशानी हैं। इन निशानियों को लेकर हम 21वीं सदी में कैसे प्रवेश कर सकते हैं। वहाँ झोपड़ियों का क्या काम ! ठेलेगाड़ियों से क्या सरोकार। वहाँ तो गगनचुम्बी इमारतें चाहिए, सड़क से ऊपर उठकर चलने वाली कारें चाहिए, पटरी से ऊपर उठकर चलने वाली विद्युत-चालित गाड़ियाँ चाहिए।

आप जमालपुर वाले तो भले मानस हैं, अग्रसोची हैं। पहले से ही वाष्प इंजनों का पीछा-पानी छोड़कर डीजल इंजनों में लग गये हैं, ताकि 21वीं सदी में आरक्षण मिल जाए।

खैर, छोड़िये इन बातों को...। विचार करने की बात अब यह है कि सरकार इस अतिक्रमण के पीछे क्यों पड़ी है। अतिक्रमण कोई नई चीज तो है नहीं। यह तो युग-युग से होता आया है। कहा भी गया है—"जमीन-जोरू जोर के, नहीं तो किसी और के।" आप समर्थ हैं, ताकत रखते हैं, तो आपकी जमीन सुरक्षित है, अन्यथा पड़ोस वाले आपकी जमीन को कभी इधर काटेंगे तो कभी उधर। जमीन आपके नाम से, पर खायेगा कोई और। जोरू के साथ भी कुछ इसी कदर का फार्मूला लागू है। रावण सीता को उठा ले गया, पृथ्वीराज संयुक्ता को लेकर चलता बना। बालि ने अंगद की पत्नी को अपने पास रख लिया। देवताओं के राजा

इन्द्र स्वर्ग से धरा पर उतर आए और मुनिपत्नी के सतीत्व का हरण कर लिया। अत्रि मुनि के पुत्र चन्द्रमा गुरु-पत्नी की कायिक कमनीयता पर कामांध हो गया और अतिक्रमण कर बैठा। अदिति के पुत्रों ने अपने यज्ञ में अनुपमा उर्वशी को भी आमंत्रित किया और उस रूपसी के चित्रमयी रूप को देखकर वे कामासक्त हो गये और अतिक्रमण कर बैठे। पराशर मुनि के अतिक्रमण की कथा आप जानते ही हैं।

मेरे कहने का मतलब यह है, सम्पादक जी, कि यह अतिक्रमण कोई आज की चीज नहीं है, यह कल भी थी और कल भी रहेगी। फिर, सवाल उठता है कि सरकार इसके पीछे क्यों पड़ी है! आये दिन ट्रेन-बस, हाट-बाजार, सर-सिनेमा सब जगह "अतिक्रमण" हो रहा है। जहाँ कोई अकेली नजर आई कि बस, लोग अतिक्रमण पर उतर आते हैं। अतिक्रमण के शिकार पुलिस के सामने चीखती-चिल्लाती है--"इन्हीं लोगों ने ले लीन्हा दुपट्टा मेरा"। पर उनकी कोई नहीं सुनता। अतिक्रमण पर अंकुश लगाना है, तो वहाँ लगाएँ। इस "एड्स" को देखिए, सम्पादक जी, अमेरिका में जन्मा-बढ़ा और भारत में धीरे-धीरे अड्डा जमा रहा है। अगर रोकना ही है, तो इस अतिक्रमण को रोकिए। क्यों वह भारत में फैलेगा! अमेरिका का है, अमेरिका में रहे।

मंदिर-मस्जिद के अतिक्रमण की कथा तो आप जानते ही हैं। राम के रखवाले कहते हैं कि अयोध्या में राम का जन्म हुआ था, खुदा यहाँ कहाँ से आया! खुदा के बन्दे कहते हैं कि यहाँ कोई मंदिर नहीं था, जमाने से मस्जिद बनी हुई है। दोनों के बीच वर्षों से नोंक-झोंक चल रही है। बीच में समझौता भी हुआ कि राम और खुदा दोनों भाई इसी जगह रहेंगे—आधे में एक और आधे में दूसरा। राम के लोग राम के पास जायेंगे और खुदा के लोग खुदा के पास जायेंगे। यह समझौता कुछ लोगों को रास नहीं आई, क्योंकि वे सोचने लगे कि ये दोनों मिलकर रहेंगे तो हम कहाँ जायेंगे, हमारी दाल किधर गलेगी। फिर, क्या था? दोनों को लड़ा दिया। दोनों लड़ने लगे। मस्जिद तोड़कर वहाँ अकेले राम को बैठाया गया। खुदा के रखवाले को यह बात गले नहीं उतरी। मंदिर टूटने लगे, आतंक फैलने लगा, बड़े-बड़े विस्फोट होने लगे। आज भी, न राम को चैन है, न खुदा को आराम है। रह-रहकर दोनों को यह अतिक्रमण देश के लिए कितना भयानक है। हो सके तो इस अतिक्रमण का कोई हल निकाला जाय।

सम्पादक जी! नेताओं द्वारा अतिक्रमण तो और काबिल-ए-तारीफ है। कभी यूरिया पर तो कभी चीनी की बोरिया पर, कभी चारा पर तो कभी अलकतरा पर अतिक्रमण हो रहे हैं। बोफोर्स हो या दूरसंचार की दलाली का मामला हो, चारा घोटाला हो या दवा घोटाला, हर जगह ये ही खड़े नजर आते हैं। जिस तरह खुदा की मर्जी बिना पत्ता नहीं हिलता, उसी तरह इनके बिना कोई घोटाला नहीं होता। इसलिए, अगर अतिक्रमण हटाओ का अभियान चलाना है, तो यहाँ चलाया जाय।

सम्पादक जी, चुपके-चुपके बहु-राष्ट्रीय कम्पनियाँ भारतीय कम्पनियों पर छा रही हैं। उदारीकरण के दौर में इन कम्पनियों द्वारा भारतीय कम्पनियों को हथियाने की साजिश चल रही है। कुछ दिन हुए भारतीय सिगरेट कम्पनी आई० टी० सी० को हथियाने की व्यूह रचना की गई। हालाँकि वह सफल नहीं हुई, पर उसकी कोशिश तो की गई। इस तरह का अतिक्रमण देश-हित में नहीं है, इस पर नियन्त्रण रखने की जरूरत है।

सम्पादक जी, चीजों की कीमतों में कितना अतिक्रमण है। इस वर्ष गेहूँ जैसी जीवनोपयोगी चीज 10 रु० प्रति किलो बिक गई। दालों के मूल्य 30 रु० प्रति किलो तक चढ़ गये। पेट्रोल, किरासन तेल, रसोई गैस, डीजल आदि के दाम भी बढ़ गये। इनके दाम बढ़ने थे कि रेल, बस आदि का किराया भी बढ़ गया। सुबह-शाम की महा जरूरी चीज चाय-चीनी भी मँहगी हो गई। अतिक्रमण हटाया जाना है तो इस अतिक्रमण को हटाया जाय ताकि गरीब राहत की साँस ले सकें।

आपने अखबारों में पढ़ा ही होगा, सम्पादक जी, कि विकासशील देशों से जुड़ा पर्यटन उद्योग अब यौन-विकृति का शिकार बनता जा रहा है। पर्यटन के नाम पर बालिकाओं और बालकों के शोषण किये जा रहे

हैं। उन्हें वेश्यावृत्ति की गंदी गलियों में धकेला जा रहा है। बच्चे थोक के भाव में व्यापार की चीज बन गये हैं। और इस सबके मूल में है, पर्यटन को बढ़ाकर विदेशी मुद्रा कमाने की बढ़ती प्रवृत्ति। आज से पहले जो काम एक सामाजिक शर्म के रूप में था, वही आज धन कमाने का हथकंडा बन गया।

सम्पादक जी ! बच्चे मानव समाज की प्रमुख इकाई है। इनके साथ जो यह अतिक्रमण किया जा रहा है, उसे रोका जाना चाहिए। "अतिक्रमण हटाओ" के नाम पर सिर्फ झोपड़ियाँ, छोटी-छोटी दूकानें आदि को ही न हटायी जाएँ, बल्कि और भी बहुत-सी सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक बुराइयाँ हैं, उन्हें भी हटाने की व्यवस्था की जानी चाहिए।

सम्पादक जी ! अधिकतर लोग इस "अतिक्रमण हटाओ" का दबी जबान से विरोध करते हैं और कहते हैं कि इससे बेकारी-बेरोजगारी बढ़ेगी। लोग मजबूर होकर चोरी-डकैती करेंगे और इस तरह चोरी-डकैती की घटनाओं में काफी वृद्धि हो जाएगी। अब, यह बात समझ में नहीं धँसती कि लोग दुनिया भर के कामों को छोड़कर चोरी-डकैती ही क्यों करेंगे ! क्या यही काम सबसे सस्ता और आसान है। इसमें भी तो पूँजी चाहिए, बन्दूक-गोली चाहिए, सिर से कफन बाँधने का अदम्य साहस चाहिए। मेरे ख्याल से तो सबसे अच्छा और सस्ता काम है, सम्पादक जी, राम-राम करना। इसमें कोई पूँजी नहीं, कोई खर्चा नहीं। खुद कबीर-दास जी ने कहा है—"भजो रे भैया, राम गोबिन्द हरि। जप-तप-साधन कुछ नहीं लागत, खरचत नहीं गठरी।" हाँ, इस "राम-राम" के काम में एक बात का खतरा है कि लोग कामचोर और काहिल समझने लगते हैं। इसलिए युग के अनुसार, सम्पादक जी, सबसे अच्छा काम है "लीडर" बनना। आप चाहें तो अपनी पत्रिका "कर्मवीर" के मारफत उनलोगों को सूचित कर दें कि "अतिक्रमण हटाओ" के सिलसिले में जिनकी झुग्गी-झोपड़ियाँ उखाड़ दी गई हैं और जो इस कारण बेकार हो गये हैं, वे सभी "लीडर" बन जायें और इसके बाद भी जो लोग शेष रह जायें, वे चमचा बन जायें। इस सम्बन्ध में जनकवि "काका" ने अच्छा फरमाया है—

काका इस कलि काल में, सब धन्धे बेकार,
नेतागिरी सीखिए, सर्वश्रेष्ठ व्यापार।
सर्वश्रेष्ठ व्यापार, पड़े फूलों की माला,
डरें आपसे अफसर आला, बाबू, लाला।
डोण्ट केयर, दिखलायें विरोधी काले झंडे,
या भाषण के बीच, मंच पर आयें अंडे।
निर्विकार निर्लिप्त भाव से सब कुछ सहिए,
हर हालत में हाथ जोड़ मुस्काते रहिए।

आशा ही नहीं, अपितु पूर्ण विश्वास है, आप भी हमारी सुझाव से सौ फीसदी सहमत होंगे।

भवदीय,
मूरखानन्द

- सर्वोत्तम धर्म है—सहनशीलता।
- लोगों में बल की नहीं, संकल्प शक्ति की कमी होती है।
- तीखे और कड़ुए शब्द कमजोर पक्ष की निशानी है।
- बड़े दुःखों में आत्मा को महान करने की बड़ी शक्ति है।

—विक्टर ह्यूगो

बूढ़ा

सियालदह से नईहट्टी की लोकल ट्रेन पकड़ना, वह भी शाम पाँच बजे के बाद ? माशाअल्लाह ! दो पैर टिकाने की जगह भी मिल जाय तो किला फतह समझिए। नौजवान शरीर फिर भी धक्का-मुक्की करके अपना जगह निर्दिष्ट कर लेते हैं, परन्तु इस जान मारू भीड़ में बूढ़ों की क्या गत होती है, कोई भुक्तभोगी ही बता सकता है।

ऐसे ही चक्कर में एक बार अपने बुर्जुग रामखेलावन जी पड़ गए। कलकत्ता में कुछ हाट बाजार करके बहुत चाहा कि पाँच बजे से पहले का कोई गैलोपिंग ट्रेन पकड़ लें, परन्तु बुढ़ापा का शरीर ठहरा। ऊपर से जगह-जगह ट्रैफिक जाम। सियालदह पहुँचे तो शाम के साढ़े पाँच बज चुके थे। टिकट कटाकर झोला सहित जब प्लेटफार्म पर पहुँचे तो होश फाख्ता हो गए। मनुष्यों की भीड़ सैलाब की तरह उमड़ रही थी, जिसमें रामखेलावन जी डूबने उतराने लगे। कलेजा मुँह को आ गया। बरसों बाद ऐसी स्थिति से पाला पड़ा था। उन्होंने घबराहट में हनुमान चालीसा का पाठ शुरू कर दिया।

भीड़ से टकराते हुए वे आगे घिसटते गए। कम्पार्टमेन्ट के नजदीक भी पहुँच गए, पर उसके बाद गेट पर जो अफरातफरी मची थी, उससे उनकी हिम्मत जवाब दे गई। ट्रेन में वजनी झोला सहित चढ़ना उन्हें असम्भव जान पड़ा। मन को मायूस किए वे पीछे की ओर हटे तथा एक सीमेंट के बेंच पर बैठकर हाँफने लगे।

बेंच पर उन्हें बैठे हुए करीब आधा घंटा बीत गया। इस बीच तीन-चार ट्रेनें आँख के सामने से खुल गईं, पर लोगों की भीड़ में जरा भी कमी नहीं आई थी। उन्होंने घड़ी देखी। चौंके तथा फटाक से झोला सहित उठ खड़े हुए। ये क्या, सात बज गए ? अभी तक सियालदह स्टेशन पर ही हैं ? दोनों बेटी नईहट्टी स्टेशन पर इंतजार कर रहे होंगे। परिवार का कोई सदस्य नहीं चाहता कि इस बुढ़ापे में मैं शाम के बाद बाहर अकेला निकलूँ, पर आज तो जैसे कोई अनर्थ घटने वाला है...हे राम ! जिस विधि हो, मुझे नईहट्टी के दर्शन करा दो। इसके बाद अकेले कभी भी बाहर नहीं निकलूँगा। वादा करता हूँ।

थके कदमों से भीड़ को चीरते हुए आगे ट्रेन की ओर बढ़े। थोड़ी देर पहले ही एक ट्रेन आकर लगी थी। शरीर की सारी शक्ति पैरों की ओर केन्द्रित करके रामखेलावन जी झोले सहित ट्रेन में घुस गए। भीड़ में दब जाते, पर भला कहो कुछ मुसाफिरों का जिन्होंने उनके बुढ़ापे पर तरस खाकर अन्दर जाने का रास्ता दे दिया। वे खिड़की के पास खड़े हो गए तथा झोला ऊपर रखवा दिया।

ठसाठस भीड़ थी। लोग एक-दूसरे से रगड़ा खा रहे थे। खैरियत यही थी कि वे खिड़की के सहारे थे। दयनीय दृष्टि से चारों तरफ की सीटों पर बैठे लोगों से दृष्टिभाषा में 'बाबू, एक सीट का सवाल है' की अपील कर रहे थे, परन्तु सभी आँखें फेरे थे...वैसे भी लोगों को क्या गर्ज थी, कोई अपने परिवार के सदस्य तो थे नहीं। रामखेलावन जी अपने आप को उपेक्षित महसूस कर रहे थे। आजकल के लोगों को खासकर इन नौजवानों को क्या हो गया है ? बूढ़े लोगों की कद्र नहीं ? क्या इनके घर में बूढ़ा नहीं ?

पाँच-छः स्टेशन धड़ाधड़ निकल गए। बैठने का चांस नहीं मिला। अचानक रामखेलावन जी ने देखा... एक व्यक्ति अभी सीट छोड़कर उठ खड़ा हुआ। उन्हें आशा की एक हल्की किरण दिखाई पड़ी। अरे...ये क्या ! उस व्यक्ति ने सामने खड़ी एक खूबसूरत नवयौवना को अपनी सीट पर बैठ जाने को इशारा किया। लड़की तेजी से सीट की ओर बढ़ी। सीट वाले व्यक्ति ने जान-बुझकर नवयौवना के शरीर से अपने शरीर को टकराया और 'सॉरी मैडम' का उच्चारण किया।

थक रहे पैर पर खड़े रामखेलावन जी गुस्से से भिन्नाये तथा मन-ही-मन कह उठे...हे ईश्वर ! प्लेट-फार्म पर बैठे-बैठे और चलती ट्रेन के अन्दर खड़े-खड़े इतना स्मरण किया, फिर भी एक सीट न दिलवा सके ! कम-से-कम थोड़ी देर के लिए मुझे एक सुन्दर जवान लड़की ही बना दिए होते...तो ऐसी फजीहत नहीं उठानी पड़ती...कहाँ हो ईश्वर ? कब सुधि लोगे ?

बूढ़ी

कुछ महीनों से मैं एक बूढ़ी औरत का इलाज कर रहा था। उम्र करीब पच्चासी की थी। बूढ़ी की तबीयत जब ज्यादा खराब होती, मुझे खबर किया जाता। मैं देखता और दवाई-इंजेक्शन दे आता। हर बार लगता बूढ़ी नहीं बचेगी, पर वह भी कम जीवट वाली नहीं थी। दवा खाती और फिर कुछ दिनों के लिए टनटना जाती।

इधर कुछ दिनों से मैं महसूस कर रहा हूँ, घर के लोग उस महिला से एकदम उकता चुके हैं। पहले जितने जोश में मुझे बुलाया जाता, अब वह गर्मजोशी नहीं रही थी। परिवार के सभी सदस्य यही चाहते थे कि बूढ़ी को खत्म हो जाना चाहिए। घर में किसको इतनी फुरसत है, जो बूढ़ी के आगे-पीछे घूमे और सेवा-टहल करे। एक कमरा फँसा हुआ है और अब तो गू-मूत का झंझट भी शुरू हो गया।

एक दिन बूढ़ी की दशा फिर बिगड़ी। मैं गया तथा दस दिन का टैबलेट लिखा और दो-चार दिन बाद रिपोर्ट देने को कहा। कुछ दिन गुजर गये। मैं उक्त महिला की बात भूल भी गया था। अचानक पन्द्रहवें दिन बूढ़ी का लड़का सिर मुंडाये मेरे डिस-पेन्सरी में हाजिर हुआ। मैंने बाल सफाचट देख सवाल किया, 'ये क्या ? माँ गुजर गई ?' उसने स्वीकृति में सिर हिलाया।

मैंने आश्चर्य से पूछा, 'रिपोर्ट देने के लिए कहा था न, दवा काम न आई ?'

लड़के ने जवाब दिया, 'ऐसी बात नहीं डाक्टर साहब ! आपकी दवा तो हमेशा रामबाण सिद्ध होती है। माँ ने सिर्फ दो दिन दवा खाई थी कि चलने फिरने लगीं। ऐसा रिजल्ट देखकर हम सब घबरा गये। सच पूछिए तो डाक्टर साहब हम उनके चलते परेशान हो गये थे। हमने दवा बन्द कर दी। दवा के अभाव में माँ ने फिर खाट पकड़ ली...अब आप ही बताइए, डाक्टर साहब ! कितने दिनों तक एक जिन्दा लाश को ढोया जा सकता है ? दवा बन्द होने से उनकी भूख-प्यास जाती रही और छठवें दिन उन्होंने प्राण त्याग दिए...ये श्राद्ध का कार्ड है, सर ! जरूर आइएगा।

मैं मन-ही-मन उस मृतात्मा को नमन करते हुए बुदबुदा उठा, 'यकीन करना माँ, मेरे इलाज में कहीं कोई त्रुटि नहीं थी...ईश्वर ने आपको इतनी ही उम्र बख्शी थी।'

□ माला वर्मा

वर्ग पहेली

कर्मवीर वर्ष 8 अंक 14 की वर्ग पहेली का एक भी सही उत्तर नहीं मिला। एक गलती वाली मात्र एक प्रवृष्टि मिली है, जिसे प्रथम पुरस्कार दिया जा रहा है। विजेता हैं श्री योगेश कुमार श्रीवास्तव।

(सम्प्रति मुख्य लेखा अधिकारी, पूर्वोत्तर रेलवे)

कहानी

काले कोट का सफेद दिन

रात के बारह बजे तक की सभी गाड़ियाँ आकर खुल चुकी थीं। बारह बजे के बाद की 'फ़ोर डाउन' और 'फिफ्टीवन अप' भी जा चुकी थी। गाड़ियों के आने-जाने तक ही स्टेशन पर कोलाहल रहता। गाड़ियों के खुलने के बाद माहौल में पुनः खामोशी तिर आती। जगह-जगह वैपर लाइट की तेज रोशनी के बावजूद मध्य रात्रि का असर छाया था। बिलकुल अलसाया हुआ टिकट कलेक्टर रामजीवन प्रसाद बारह बजे से सुबह आठ बजे की 'लास्ट नाइट' शिफ्ट में था। दो घण्टे में ही वे कुछ बेचैन से हो गए थे। कभी गेट के स्टूल पर बैठते तो कभी चुपके से 'ओवर ब्रिज' पर चढ़ जाते और वहीं से 'वाच' करते। कोई ताकझांक करता मिल जाय कि मामला बने। वैसे रामजीवन प्रसाद का दावा है—सौ यात्रियों के बीच भी 'डब्लू. टी.' को पहचान लेने का। लेकिन आज का समय इतना 'डल' जा रहा था कि अब तक एक भी 'केस' नहीं मिला। सात साल में ऐसा दिन कभी-कभार ही आया है।

अगली कुछ गाड़ियों के विलम्ब से चलने की घोषणा हुई। रामजीवन प्रसाद को मौका मिला। दो नम्बर प्लेटफार्म पर सोये-बैठे यात्रियों को उन्होंने चेक करना शुरू किया। इस छोर से उस छोर चले गए, लेकिन एक भी बिना टिकट यात्री नहीं मिला। हार-कर ये गेट के पास स्टूल पर बैठ गए।

रेल पुलिस के हवलदार मैनेजर सिंह 'ऑन ड्यूटी' होने के बावजूद लाठी लिए 'सिविल' में ही घूम रहे थे। अब तक कोई 'केस' मिला ही नहीं कि वे 'शेयर' लेने पहुँचते। संयोगवश ही ऐसा होता है कि 'बाबू' कोई केस पकड़े और उनसे नजर बचाकर 'डील' कर लें। इसलिए तो वे अक्सर पुल पर ही खड़े रहते हैं। जहाँ से तीनों गेट के साथ ही प्लेटफॉर्म पर दूर-दूर तक उनकी नजर रहती है। बाबू ने जैसे ही कोई केस पकड़ा, वह डण्डा घुमाते हुए पहुँच जाते हैं। कोई 'अप-टू-डेट' पैसेञ्जर रहा तो वे चुप रहते हैं 'बाबू' डील करने के बाद जो पैसा लेते हैं उसमें आधा उसे देते हैं। लेकिन जब कोई देहाती गंवार यात्री रहा तो दोनों मिलकर उसे हड़काते हैं। पुलिसिया रोब को देखकर ऐसे यात्री कुछ ज्यादा ही दे देते हैं। बाबू को भी हड़काने में सहूलियत होती है। लेकिन प्रायः ही केस 'डील' करते समय किसी सिपाही पर नजर पड़ते ही उनके चेहरे पर रंजिश फैल जाती है,साला डी.ओ.जी. डॉग, डॉग माने...उन्हें गुस्सा आता है—साला रिस्क लें हम, बिजिलेंस पकड़े हमको, और ये हराम का बाँटने पहुँच जायेंगे। साले मदद भी नहीं करेंगे जहाँ कोई मामला फँसा कि बस पीठ घुमा दी।

रामजीवन प्रसाद ने मैनेजर सिंह को ओवर ब्रिज पर देखा तो हाँक लगायी—का हो दीवान जी, का हाल है? आइए इधर ही। मैनेजर सिंह डण्डा घुमाते हुए पहुँच गए। का हो बड़ा बाबू आज तो एकदम 'डल' जा रहा है। बोहनी-उहनी हुआ कि नहीं?

'का बतायें दीवान जी? पता नहीं किसका मुँह देखकर चले थे।'

—'कोई गाड़ी की खबर है कि नहीं?'

—'हाँ, टू डाउन आ रही है। आज लेट थी न'

—'चलिए ई तो लछमिनिया गाड़ी है। कुछ न कुछ तो देगी ही। बिना टिकट न सही,बिना सुपरचार्ज के तो मिलेंगे ही साले। मैनेजर सिंह चलने की मुद्रा में हुए—'तो हम जा रहे हैं, तीन नम्बर प्लेटफॉर्म पर, टू डाउन तो तीन नम्बर पर ही आयेगी।'

—'अरे बैठिए दीवान जी, इस तरह का पैसेञ्जर तो इधर से ही पार करेगा।'—रामजीवन प्रसाद ने उसे रोक लिया।

टू डाउन तीन नम्बर प्लेटफॉर्म पर आकर लगी। स्टेशन पर थोड़ी देर के लिए कोलाहल हुआ जिसमें हॉकरों की आवाज ही ज्यादा मुखर थी। इक्के-दुक्के यात्री ही इस गेट से जा रहे थे।

एक देहाती से लगने वाले यात्री को रामजीवन

प्रसाद ने रोका—'अबे इसका सुपरचार्ज का टिकट कहाँ है।'

—'हम सब चारज दे दिए हैं।'

—'अबे उसकी रसीद कहाँ है ?'

—ऊ टिकट जो दिए...

—'अबे इसके अलावा...'

—'हमको तो खाली यही डिकट मिला।'

—'तो अब चार्ज दो, नहीं तो जेल जाओ।'

—'ई आप लोगों की ज्यादती है।' यात्री भी उड़ गया था।

मैनेजर सिंह ने उसके पुट्ठे पर हाथ रखा—'चल इधर आ, हम तुमको समझाते हैं, इस गाड़ी की 'शक्ल' देखता है इसमें चढ़ने के लिए अलग से टिकट लेना पड़ता है—सुपर फास्ट का।

—'हम भी तो 'इसपिरेस' का भाड़ा दिये हैं —यात्री अभी भी डटा था।

मैनेजर सिंह ने एक तमाचा जड़ दिया—'साले तुम मानोगे नहीं, तुम्हारा चालान ही करना पड़ेगा।' यात्री हार बैठा। गाल सहलाते हुए बोला—'गलती हो गयी साहेब।'

—'साले किसी भी गाड़ी में चढ़ जायेंगे। मेहरारू और महतारी में फर्क नहीं बुझाता है ?' मैनेजर सिंह ने फिर घुड़की दी—'चार्ज देते हो कि बड़ी हवेली पहुँचा दें।

यात्री गिड़गिड़ाया—'हमारे पास दसे ठो रुपया है बाबूजी।' उसने कमीज की जेब से दस का एक नोट निकाला। मैनेजर सिंह ने नोट झटक कर पास खींचा —'ठीक है अभी तलाशी ले लेते हैं, ज्यादा निकला तो पीठ तोड़ देंगे साले।' यात्री ने तुरन्त दस का एक और नोट निकाला, जिसे रामजीवन प्रसाद ने अपनी जेब में रख लिया। —चल फूट यहाँ से। यात्री मन मारे सीढ़ियाँ चढ़ने लगा और दूर तक घूर-घूर कर देखता रहा। रामजीवन प्रसाद और मैनेजर सिंह को अपने-अपने हिस्से का पैसा मिल गया था।

मैनेजर सिंह ने यूँ ही पूछ दिया—'अच्छा बड़ा बाबू, इसमें सही में कितना किराया होना चाहिए।'

—चार्ज तो इसमें मात्र बावन रुपया ही होना चाहिए।'

—सिर्फ बावन रुपये ?

—'हाँ, सिर्फ बावन रुपये'

—तब तो हमलोग झूठ बोलकर हड़काते हैं।

—जाने दीजिए सालों को। औकात पैसेन्जर की और चढ़ेंगे सुपरफास्ट में। देखिए दीवान जी, पैसा तो इन्हीं लोगों से वसूलना पड़ता है न। बड़े लोग बिना टिकट चलेंगे नहीं, छात्रों से, रंगदारों से मांगिए तो झंझट मोल लीजिए। क्या करें हमलोग भी,पीठ बचाकर ही काम करना पड़ता है, अरे हमलोगों का पोस्ट ही बदनाम है दीवान जी। नहीं तो कौन पैसा नहीं लेता है। हम दस लेते हैं तो कोई दस हजार—और कोई दस लाख लेता है।

—'हाँ ई तो ठीक कहते हैं बड़ा बाबू। हम दो पैसा लेते हैं, तो सब देखता है। लेकिन जो लाखों-लाख पचा लेता है,उसे देखने वाला कोई नहीं।' मैनेजर सिंह ने गुफ्तगू की मुद्रा में इधर-उधर देखा और बताने लगा—'हम ही लोगों के महकमे में देखिए न। जितने ऑफिसर हैं सबका बंधा है, बड़े-बड़े सेठ-साहूकार और तस्करों से। जितना गलत माल यहाँ से निकलता है सबका कान्टेक्ट सीधे साहब से है। हमलोग जानते हुए भी छू नहीं सकते। रामजीवन प्रसाद भी अपने अधिकारों की आमदनी का स्रोत बताने की मुद्रा में आये, लेकिन न जाने क्या सोचकर फलसफे में बात करने लगे—'वैसे बड़ा गलीज काम लगता है यह। लेकिन न लीजिए तब भी बदनाम है, जबकि लेता सब है। ऊपर के लोग तो और गिरे हैं। हम ही लोगों के जो साहब हैं दामले साहब, यहाँ आया था तो एक बीवी के अलावा सिर्फ एक होल्डाल और एक ब्रीफकेस था। लेकिन मात्र दो साल में क्या नहीं है उसके पास—फ्रिज, कूलर, टी.वी. से लेकर महंगा फर्नीचर तक। रोज सौ दो सौ की शराब चलती है। कहाँ से आता है यह सब ? आते-आते अपना स्ट्रिक्टनेस दिखाया, फिर शुरू हो गया चढ़ौआ। उसे कहने वाले कोई नहीं,लेकिन हमलोगों के पीछे पूरी सरकार।

तभी पाँच नम्बर पर कोई डाउन गाड़ी आयी। रामजीवन प्रसाद तेजी से सीढ़ियाँ उतरने लगे। पीछे-पीछे मैनेजर सिंह भी चल पड़े।

लेकिन गाड़ी में भीड़ बिल्कुल नहीं थी। दोनों

इस छोर से उस छोर तक चले गए। एक भी केस नहीं मिला। कहीं 'लगेज' भी नहीं उतरा। हारकर दोनों पुल पर चले आए और वहीं गपशप करते हवा खाने लगे। हालाँकि उनका मन बातचीत में नहीं लग रहा था। वे कुछ और ही सोच रहे थे।

तभी अचानक ही वे चौकन्ने हो गए। उनकी नजर तीन लड़कों पर पड़ी जो सहमे से गेट की तरफ देख रहे थे। दोनों आहिस्ते-आहिस्ते सीढ़ी से उतरने लगे। काला कोट देखते ही तीनों लड़के मुड़ गए। रामजीवन प्रसाद ने कड़क आवाज दी—'अबे रुक, कहाँ भागता है ?'

तीनों सहम कर रुक गए।

—अबे टिकट कहाँ है तुम लोगों का ?' तीनों में मंझले कद के लड़के ने जवाब दिया—'हमलोग गाड़ी से नहीं आये हैं।' मैनेजर सिंह ने हुंकार भरी—

'हू-उं...उं... गाड़ी से नहीं आये हैं, साले बाप की जागीर है, टहलने चले आये ?'

रामजीवन प्रसाद ने मैनेजर सिंह को आदेश दिया—ले चलिए दीवान जी'। और स्वयं ऑफिस की ओर बढ़ गया। ऑफिस पूरी तरह खाली था। ऑफिस क्या था, दो लम्बी मेज, दो गार्ड बाबू का बक्सा, जो यहाँ बैठने के काम आ रहा था। दो लम्बी बेंचें, एक आलमारी, एक कुर्सी। एक कोने में रद्द किए गए टिकटों का कूड़ा।

रामजीवन प्रसाद मेज पर ही पैर लटकाकर बैठ गए। तीनों लड़कों को सामने किया। मैनेजर सिंह भी डंडा लिए बगल में खड़े हो गए। रामजीवन प्रसाद ने कद में सबसे लम्बे लड़के से पूछा—'हाँ बोल बे, कहाँ से आ रहा है ?'

'हमलोग कहीं से नहीं आ रहे हैं सर—जवाब मंझले ने दिया।

सटाक। मैनेजर सिंह का एक भरपूर तमाचा मंझले की गाल पर लगा—'साले पूछा जा रहा है इससे, तू क्यों लबर-लबर कर रहा है।'

लड़का गाल सहलाने लगा, लेकिन रोया नहीं। लम्बे लड़के ने अब बिना देर किए ही बता दिया—बर्दमान से आ रहे हैं सर'

'तीनों बर्दमान से आ रहे हो ?'

'हाँ सर'

'बंगाली हो ?'

नहीं सर

तब...? क्या नाम है तुम्हारा ?

सलीम, मुसलमान हूँ सर।'

कहाँ जा रहे हो ?'

सर, हम दर्जी का काम जानते हैं, दिल्ली जा रहे हैं काम की तलाश में।

अबे, तुम किसलिए जा रहे हो ?—रामजीवन प्रसाद ने मंझले लड़के की गर्दन पर हाथ रखकर आगे खींचा। मैनेजर सिंह ने बाल पकड़कर पीछे की ओर झटका दिया।

'ई सबसे चालू है बड़ा बाबू'

रामजीवन प्रसाद ने पूछा—'तुम्हारा क्या नाम है बे ?'

'विनय कुमार दास'

'अच्छा तो आप किसलिए दिल्ली जा रहे हैं ?'

'हम भी सिलाई का काम जानते हैं'

'हूँ...उं...उं...अच्छा।'

तीसरे लड़के की गाल को चुटकी से खींचते हुए पूछा—बेटे, तुम किसलिए जा रहे हो ?' रामजीवन प्रसाद की नजर उसकी कमीज के नीचे की कमीज पर पड़ी—'अच्छा तो दो-दो कमीजें पहन रखे हो, दीवान जी साले लोग घर से भागे हैं।'

मैनेजर सिंह ने लड़के को अपनी ओर खींचा।

'अबे क्या नाम है तुम्हारा ?'

'ओम प्रकाश अग्रवाल'—लड़का थरथराया। 'ओ, मारवाड़ी हो। तभी तो साला इतना चिकना-चुपड़ा है तुम, किस काम की तलाश में जा रहे हो ? तेरे बाप ने तो बहुत कमा के रखा होगा बेटे।'

लड़के ने सिर झुका दिया।

'दीवान जी, सबकी तलाशी लीजिए तो' रामजीवन प्रसाद ने आदेश दिया। मैनेजर सिंह ने तलाशी शुरू की—लम्बे लड़के की जेब से दो रुपये और कुछ पैसे निकले। मंझले की जेब से बारह रुपये, सिगरेट और माचिस। मैनेजर सिंह ने रामजीवन प्रसाद की ओर देखा—बड़ा बाबू ई छोकरा पूरा चालू है। यही इस मारवाड़ी के बच्चे को भगा लाया है। उसने फिर एक तमाचा जड़ दिया—साले अभी से लौंडेबाजी...।'

रामजीवन प्रसाद ने छोटे लड़के को सामने किया—

—'अच्छा इसकी तलाशी लीजिए तो...।'

लड़का थरथराया। 'घबरा मत बेटा, तुमको कुछ नहीं होगा'—मैनेजर सिंह ने सांत्वना दी और तलाशी लेने लगा, छोटे लड़के की जेब से फिल्मी गाने की किताब और पत्रिकाओं से काटी हुई अभिनेत्रियों की अधनंगी तस्वीरें निकली।

'साला, ई तो पूरा फिल्मी दीवाना है'—कहते हुए मैनेजर सिंह ने भीतर की कमीज में हाथ डाला और कुछ जान लेने के अंदाज में गर्दन हिलायी। हाथ निकालते ही उनकी आँखों में चमक आ गयी—सोने की दो चूड़ियाँ।

रामजीवन प्रसाद ने उसके हाथ से झटक लिया।

—'ई तो सोने का लग रहा है, दीवान जी। 'किसका चुराया है बे ?'

'साला तीनों चोर-पाकेटमार लगता है। चालान भरिये बड़ा बाबू, बन्द कर दें साले सबको।' मैनेजर सिंह पर पुलिसिया रौब हावी हो रहा था।

छोटा लड़का रुआंसा हो गया—'चुराये नहीं हैं सर, दीदी का है।'

—'तुम लोग छूटना चाहते हो या बन्द होना ?'

'मैनेजर सिंह अब जल्दी इस केस को फाइनल कर लेना चाहता था। ऑफिस के बाहर से कुछ लोग झांकने लगे थे।

'छोड़ दीजिए सर'—दोनों बड़े लड़कों ने एक साथ कहा। छोटा लड़का रुआंसा होकर चूड़ी की ओर ही देख रहा था।

'ठीक है छोड़ देंगे'—मैनेजर सिंह ने क्षमादान की मुद्रा में गर्दन हिलायी। और रुपये वगैरह लौटा दिए। मंझले लड़के को एक हाथ से पकड़ा और दूसरे हाथ से छोटे को पकड़कर सामने किया। छोटे को आदेश दिया—'तुम इसे दो तमाचा मारो तो खींचकर। छोटे ने सिर झुका लिया।

'अबे तुम मारते हो या हम तुम पर चलायें।'

—'ई मेरा दोस्त है।' छोटे ने सिर झुका लिया।

'अबे तुम मारते हो या नहीं...? जल्दी मारो और एक दो तीन हो जाओ। एकदम गेट के बाहर।'

छोटा जल्दी-जल्दी दो हल्की चपत मंझले के गाल पर मारकर भागा। अब मैनेजर सिंह ने लम्बे लड़के को मंझले के सामने किया और उसे भी मारने को कहा मंझला समझ गया मारना ही पड़ेगा। दो हल्की चपत बड़े की गाल पर मार कर भागा। बड़ा दहशत में अब भी खड़ा था कि मैनेजर ने डण्डा उठाकर मारने का नाटक किया 'भाग...' बड़ा भी भागा।

मैनेजर सिंह अपनी इस अनोखी विधि पर बहुत प्रसन्न थे। लेकिन रामजीवन प्रसाद एकाएक खामोश हो गये। वे द्वन्द्व में फँस गये थे कहीं कोई बात न फैल जाय। उन्होंने मैनेजर सिंह से कहा ऐ दीवान जी, साले अब आखिर जायेंगे कैसे ? ऐसा कीजिए न, एक ठो चूड़ी दे दीजिए, कहीं बेच-बाच कर चला जायेगा मैनेजर सिंह ने रामजीवन प्रसाद के द्वन्द्व को भांप लिया। 'आप तो बेकार डरते हैं,बड़ा बाबू भाड़ा और पेनाल्टी जोड़िए तो कितना होता है, आखिर घर से भागा है तो कुछ तो सीखे। लाइये एक ठो हमको दीजिए।

मैनेजर सिंह के इस तर्क से रामजीवन प्रसाद की अपराध भावना थोड़ी कम हुई। उसने एक चूड़ी मैनेजर सिंह को दे दी। दोनों ऑफिस से बाहर निकले तो देखा तीनों लड़के पुल पर खड़े इधर ही देख रहे थे। नीलांचल एक्सप्रेस धड़धड़ाती हुई प्लेटफॉर्म पर प्रवेश कर रही थी। रामजीवन प्रसाद के दिमाग में हठात् यह विचार आया 'दीवान जी, बुलाइये तो तीनों को, बैठा दीजिए इसी गाड़ी में।'

मैनेजर सिंह ने तीनों लड़कों को आने का इशारा किया। पहले तो वे सहम गए फिर आश्वस्त होकर नीचे उतरे। रामजीवन प्रसाद ने लड़कों से पूछा—दिल्ली जाओगे या अपने घर ? दिल्ली जाना है तो चले जाओ इस गाड़ी से यह डायरेक्ट दिल्ली जाती है।

लड़के कुछ बोलते इससे पहले ही मैनेजर सिंह ने उन्हें गाड़ी के अन्दर ठेल दिया। दोनों आगे बढ़े। मैनेजर सिंह ने कहा—'चलिए बबाल टला, अब जाय साला या अपनी...।' एक बार चूड़ी निकालकर चुपके से देखा और फिर अपनी जेब में रख ली। उसकी मूंछों पर चमक आ गयी—'इतना अच्छा दिन तो कभी नहीं आया। कम से कम हजार रुपये की सॉलिड अर्निंग हो गयी।' उसने सलामी की स्टाइल में हाथ उठाया—'अच्छा चलें बड़ा बाबू।'

लेकिन रामजीवन प्रसाद का द्वन्द्व समाप्त नहीं हुआ था। एक अज्ञात भय और उन लड़कों के प्रति दया साथ-साथ आ रही थी।

गाड़ी अभी खड़ी थी। उन्होंने उस डिब्बे पर नजर गड़ायी जिसमें वे लड़के ठूंसे गये थे। गाड़ी में भीड़ थी। हठात् छोटे लड़के पर नजर पड़ी तो खिड़की की छड़ से मुँह सटाये उन्हीं की ओर देख रहा था। लड़के की आँखों ने उसे वेध-सा दिया। गाड़ी खुलने के लिए पीला सिग्नल हो चुका था। एकबारगी ही उसने निर्णय लिया और लगभग दौड़ते हुए उसके पास पहुँचा। गाड़ी खिसकने लगी थी। उसने जेब से चूड़ी निकाली और लड़के के हाथ में पकड़ा दी। कुछ कह पाता इससे पहले ही गाड़ी ने स्पीड पकड़ ली।

□ रामदेव सिंह

न क्षीयते न क्षरति इत्यक्षरम्

नारायण ! नारायण !!

लीजिए, आ गए ब्रह्मा के सर्वज्ञ पुत्र नारद ! गगन विहारी ! यत्र-तत्र-सर्वत्र कहीं भी, कभी भी आ धमकने वाले नारद ! आज यहाँ पर ? बात क्या है ?

बायें हाथ में वीणा और दाहिना हाथ माथे पर। लगता है, बहुत विचार-मग्न हैं नारद साहब। कौन-सी विपत्ति आई है इन पर ? क्या किसी ने चुगली खाई है, इनकी बड़े अफसरान के यहाँ ? यह काम तो इनका था।

पूछे कौन और फिर हँसी का पात्र बने कौन ? कभी-कभी अ-पात्र बने रहने में ही गौरव रहता है। परन्तु जब नारद जी आए हैं, तो बात तो कुछ-न-कुछ होगी ही। टेलीपैथी द्वारा बात ज्ञात करने की कोशिश की, तो पता चला कि नारद जी के सिर पर शंका का भूत सवार है।

वाह ! वाह !! सबके मन में अपनी बातों से शंका भर देने वाले के सिर पर शंका का भूत ! खैर, पूछना पड़ा—कैसी शंका, कितनी शंका ? समाधान चाहिए या ..... ।

हमारा सारा वाङ्मय ज्ञान-विज्ञान से अटूट भरा पड़ा है। गुरु बृहस्पति ने महामना इन्द्र को पढ़ाने के लिए एक हजार दिव्य वर्षों तक शब्दों का पारायण किया था, फिर भी पार न पा सके थे। नेति-नेति कह उठे। इन्द्र ने उन्हें सीखा और यह उनकी राजनीति थी कि उन्होंने देवताओं के ज्ञानार्थ अव्याकृत अर्थात् पद-वाक्य-संस्कार रहित वाणी का प्रयोग किया। देवताओं ने अनुनय-विनय की, तो इन्द्र ने उन्हें व्याकृत अर्थात् पद-वाक्य-संस्कार से युक्त किया।

नारद जी यह सब जानते थे। वे यह भी जानते थे कि मनुष्यों द्वारा व्यवहृत वाणी के निम्नलिखित चार भेद हैं—

परावाक् : वाणी और मन से अतीत केवल योगियों द्वारा निर्विकल्प समाधि में ही पराशक्ति रूप 'परावाक्' ज्ञानगम्य है।

पश्यन्ती : शब्द और अर्थ के विभाग न होने के कारण यह भी सन्मुग्ध ज्ञान रूप है। इसका साक्षात् निरूपण असम्भव है।

मध्यमावाणी : इसमें शब्द और अर्थ के विभाग होते हैं, फिर भी यह मानस ज्ञान है। यह सामान्य व्यक्तियों द्वारा अगम्य है।

वैखरीवाक् : शब्द रूप होने के कारण केवल यही सबको ज्ञात है।

फिर शंका कैसी ?

सर्वज्ञ नारद जी जानना चाहते थे कि इन सारे वाङ्मय का मूल रूप क्या है ? वर्ण या अक्षर की उत्पत्ति कैसे हुई ? वर्ण कहते किसे हैं ? ये सार्थक हैं या निरर्थक ? इनकी संख्या कितनी है और इनके क्या-क्या भेद हैं ? क्या इनका यथार्थ ज्ञान प्राप्त कर कोई देवत्व प्राप्त कर सकता है ? इतने सारे प्रश्न किसी भी प्रबुद्ध व्यक्ति के मस्तिष्क को झकझोरने को काफी हैं।

एक ओर सर्वज्ञ नारद जी, तो दूसरी ओर अनन्त सृष्टि का विस्तार ! उत्तर की खोज जारी थी, परन्तु विफलता हाथ लगी। उतरे नारद जी इस धराधाम पर। किसी ने बताया—मिथिला की पुण्यभूमि में स्थित 'कलाप ग्राम' चले जाइए। सो, हिमालय के शिखर से उतरे नारद जी और चल पड़े मिथिलांचल की ओर।

आकाश-मार्ग से नारद जी वहाँ की विद्वन्मण्डली के समक्ष जा पहुँचे। स्वागत है, अभिनन्दन है का शोर मच गया। परन्तु चिन्तातुर मलिनमुख नारद जी को देखकर उनलोगों को जिज्ञासा हुई और लीजिए—नारद जी ने झट से अपने प्रश्न-पत्र को उनके समक्ष रख दिया और कहा कि श्रीमान् ! आप मेरे इस प्रश्न-पत्र के सारे प्रश्नों के उत्तर बताएँ। दिनभर भटकते रहने से मतिभ्रम हो जाना स्वाभाविक है। उत्तर नहीं दूँगा, तो अगली कक्षा में प्रोन्नति असम्भव है।

जैसा कि प्रश्न-पत्र पर लिखित निर्देश था, कलाप ग्राम की विद्वन्मण्डली के विद्वान् उसे आद्योपान्त पढ़ गए। फिर मन ही मन बिहँसे। बोले – भगवन् ! इन प्रश्नों के उत्तर तो हमारे यहाँ का ज्ञानहीन बालक सुतनु भी दे सकता है। आप नाहक हमारा समय बर्बाद कर रहे हैं।

सर्वज्ञ नारद लजा गए। सहमे-से उठे और गलियों

में खो गए। थोड़ी देर बाद वे सुतनु के सामने पहुँचे और पूछ बैठे—

'मातृकां को विजानाति कतिधा कीदृशाक्षरम् ?'

वर्णमाला को कौन विशेष रूप से जानता है और वह कैसे अक्षरों वाली है ?

सुतनु गोलियाँ गिनता था तो क्या, फटाफट बोल उठा—

'ओंकार: प्रथमस्तस्य, चतुर्दश स्वरास्तथा।
वर्णाश्चैव त्रयस्त्रिंशदनुस्वारस्तथैव च ॥
विसर्जनीयश्च परो, जिह्वामूलीय एव च।
उपध्मानीय एवापि, द्विपञ्चाशदमी स्मृता ॥'

गिन लीजिए, पूरे बावन हैं, महाराज ! ऊँ प्रथम वर्ण है, चौदह स्वर हैं, तैंतीस व्यंजन हैं। फिर अनुस्वार, विसर्ग, जिह्वामूलीय और उपध्मानीय चार अयोगवाह अर्थात् न तो स्वर और न व्यंजन। कुल बावन हुए, महाराज ! आप इतना भी नहीं जानते, पंडित जी ?

और सुनिए—

"अकार: कथितो ब्रह्मा, उकारो विष्णुरुच्यते।
मकारश्च स्मृतो रुद्रस्त्रयश्चैते गुणा: स्मृता:।
अर्धमात्रा च या मूर्ध्नि, परम: स: सदाशिव:।"

प्रथमाक्षर ऊँ में, जो अ उ म से सम्बद्ध है, अ ब्रह्मा, उ विष्णु तथा म महेश्वर के द्योतक हैं। सतोगुण, रजोगुण तथा तमोगुण सूचक ऊँ तीन गुणों के वैषम्य भाव से समस्त चराचर की सृष्टि की पुष्टि करता है। ओंकार के मस्तक पर जो " ं " अनुस्वार स्वरूप अर्धमात्रा है, वह सर्वोत्कृष्ट भगवान सदाशिव का प्रतीक है।

इतना ही नहीं—

"औकारान्ता अकाराधा, मनवस्ते चतुर्दश।
स्वायम्भुवश्च स्वारोचिरौत्तमो रैवतस्तथा ॥
तामसश्चाक्षुषश्षष्ठस्तथा वैवस्वतोऽधुना।
सावर्णि ब्रह्मसावर्णी रुद्रसावर्णिरेव वा ॥
दक्षसावर्णिरेवापि धर्मसावर्णिरेव च।
रौच्यो भौत्यो तथैवापि मनवोऽमि चतुर्दश ॥
श्वेत: पाण्डुस्तथा रक्त: ताम्र: पीतश्च कापिल:।
कृष्ण: श्यामस्तथा धूम्र: सुपिशङ्ग: पिशङ्गक: ॥
त्रिवर्ण: शवलो वर्णे:, कर्बुरश्च इति क्रमात्।
वैवस्वत: ऋकारश्च, तात ! कृष्ण: प्रपठ्यते ॥"

अ से औ तक चौदह स्वर चौदह मनुस्वरूप हैं। अ (स्वायम्भुव), आ (स्वारोचिष), इ (औत्तम), ई (रैवत), उ (तामस), ऊ (चाक्षुष), ऋ (वैवस्वत), ॠ (सावर्णि), ऌ (ब्रह्मसावर्णि), ॡ (रुद्रसावर्णि), ए (दक्षसावर्णि), ऐ (धर्मसावर्णि), ओ (रौच्य) तथा औ (भौत्य) मनु। इन मनुओं के क्रमश: श्वेत, पाण्डु, ताम्र, पीत, कपिल, कृष्ण, श्याम, धूम्र, अधिक पिंगल, अल्प पिंगल, त्रिरंग, बहुरंग तथा कर्बूर (चितकाबर) रंग हैं, जिनका सीधा प्रभाव क्रमश: चौदह स्वरों पर पड़ता है। वर्तमान समय में वैवस्वत मनु हैं, जो ऋकार स्वरूप हैं और रंग अन्तर-वाह्य उभयथा काला है।

नारद जी अवाक्। ज्ञानहीन सुतनु भला ज्ञानहीन है !!

गोली को गोली से चनकाते सुतनु ने पूछा—

और भी सुनेंगे, महाराज ! इतनी उम्र हुई, इतना भी नहीं जानते। तो सुनिए—

"ककाराधा हकारान्ता:, त्रयस्त्रिशच्च देवता:।
ककाराधाष्ठकारान्ता, आदित्या द्वादशस्मृता: ॥
[धाता मित्रोऽर्यमा शक्रो, वरुणश्चांशुरेव च।
भगो विवस्वान् पूषा च, सविता दशमस्तथा ॥
एकादशस्तथा त्वष्टा, विष्णुर्द्वादश उच्यते।]
डकाराधा बकारान्ता, रुद्राश्चैकोदशैव ते।
[कपाली पिंगलो भीम विरूपाक्षो विलोहित:।
अजक: शासन: शास्ता: शम्भुश्चण्डो भवस्तथा ॥]
भकाराधा षकारान्ता, अष्टौ हि वसवो मता।
[ध्रुवो धोरश्च, सोमश्च, आपश्चैवानलोऽनिल:।
प्रत्यूषश्च प्रभासश्च, अष्टौ ते वसव: स्मृता: ॥]
सहौ चेत्यश्विनौ ख्यातौ, त्रयस्त्रिशदिति स्मृता:।"

हमारी वर्णमाला में क से ह तक तैंतीस व्यंजन हैं, जो तैंतीस कोटि देवता स्वरूप हैं। क से ठ तक बारह अक्षर बारह आदित्य—धाता, मित्र, अर्यमा, शक्र, वरुण, अंशु, भग, विवस्वान्, पूषा, सविता, त्वष्टा तथा विष्णु स्वरूप हैं। ड से ब तक ग्यारह अक्षर ग्यारह रुद्र—कपाली, पिंगल, भीम, विरूपाक्ष, विलोहित, अजक, शासन, शास्ता, शम्भु, चण्ड तथा भव स्वरूप हैं। भ से ष तक के आठ अक्षर आठ वसु—ध्रुव, घोर, सोम, आप, अनल, अनिल, प्रत्यूष और प्रभास स्वरूप हैं। स और ह दोनों अश्विनी कुमार हैं।

और भी सुनें महाराज !

"अनुस्वारो विसर्गश्च, जिह्वामूलीय एव च।
उपध्मानीय इत्येते, जरायुजास्तथाऽण्डजाः।
स्वेदजाश्चोद्भिज्जाश्च पितर्जीवा प्रकीर्त्तिताः ॥"

अनुस्वार, विसर्ग, जिह्वामूलीय तथा उपध्मानीय ये चार अक्षर क्रमशः जरायुज, अण्डज, स्वेदज तथा उद्भिज्ज नामक चार प्रकार के जीव बतलाए गए हैं।

भगवान् नारद की बोलती बन्द। नारायण-नारायण करना भी भूल गए। सुतनु की गोलियाँ टन् से जैसे उनके माथे पर लगती थीं और ज्ञान के द्वार-दर-द्वार खुलते जाते थे। परन्तु सुतनु ने एक कहानी कह दी। बोला—

महाराज ! आप सब अक्षरों को पढ़ लें। व्याकृत अर्थात् पद-वाक्य-संस्कार युक्त भाषा बोल भी लें, परन्तु इस कहानी को सुनकर ही अपने ज्ञान का मूल्यांकन करें। नारद जी दत्तचित्त से सुतनु की ओर ताकने लगे। सुतनु ने बतलाया—

पूर्वकाल में मिथिलानगरी में कौथुम नाम के एक प्रसिद्ध ब्राह्मण रहते थे। उन्होंने भूमण्डल पर विख्यात सम्पूर्ण विधाओं को पढ़ लिया था। वे इकत्तीस हजार वर्षों तक सादर स्वाध्याय में संलग्न रहे। अध्ययनकाल में एक क्षण भी उनका समय व्यर्थ नहीं गया। अध्ययनान्तर जब वे गृहस्थ हुए, तो कुछ समय बाद उनके एक पुत्र हुआ। उसका सम्पूर्ण व्यवहार जड़वत् था। उसने केवल मातृका (वर्णमाला) पढ़ी। मातृका ज्ञानान्तर वह किसी प्रकार की अन्य बातें याद नहीं करता था। इससे उसके पिता अत्यन्त खिन्न हुए और उसे और पढ़ने के लिए मिठाई का प्रलोभन देने लगे और कहा कि यदि तुम नहीं पढ़ोगे, तो मैं तुम्हारे दोनों कान उखाड़ दूँगा। पुत्र ने उत्तर दिया कि क्या मिठाई के लोभ से पढ़ा जाता है ? क्या लोभ की पूर्त्ति ही अध्ययन का उद्देश्य हैं ? अध्ययन तो उसे कहते हैं, जो परलोक में लाभदायक हो। जानने योग्य जितने विषय हैं, उनकी मूलरूपा मातृका तो मैंने जान ली। अब व्यर्थ किस लिए कण्ठ सुखाया जाय ?

पिता ने साग्रह पूछा—पुत्र ! बता तो सही, तूने इन मातृकाओं में किन-किन ज्ञातव्य अर्थों का ज्ञान प्राप्त कर लिया है ?

पुत्र ने कहा—पिता जी ! आपने इकत्तीस हजार वर्षों तक अनेक विधि-तर्कों के साथ अध्ययन करते हुए भी केवल भ्रम का ही साधन किया है। वस्तुस्थिति तो यह है कि ये मातृकायें ही समस्त विज्ञान का स्रोत है।

कहिए, बाबा जी महाराज ! कहीं आप भी तो भ्रम के शिकार नहीं हो गए हैं ?

नारद जी अवाक्। सिर हिलाते भी न बना।

सुनिए—

'अर्थवन्तो वर्णाः,
धातुप्रातिपदिकप्रत्ययनिपातानामेकवर्णानार्थदर्शनात्।'

धातु, प्रातिपदिक, प्रत्यय, निपात सबका प्रत्येक वर्ण अर्थवान् होता है। वेदों में भी अक्षरार्थों का निरूपण इस प्रकार किया गया है—

"ऋचो अक्षरे परमे व्योमन्
यस्मिन्देवा अधि विश्वे निषेदुः।
यस्तनः वेद किमृचा करिस्यति
य इत्तद्विदुस्त इमे समासते ॥"

ऋचायें अविनाशी शब्दमय अक्षर में आधृत हैं, जिनमें देव अर्थात् शब्द के अर्थ स्थित हैं। जो उस अक्षरार्थ को नहीं जानता, उसे ऋचाओं से क्या लाभ मिलेगा ? बिना अक्षरार्थ के वेद ज्ञान नहीं हो सकता। वाणी का विषय वर्ण ज्ञान है, जहाँ ब्रह्म स्वभावरूपेण अधिष्ठित हैं। महाभाष्य में भी कहा गया है—

"वर्णज्ञान वाग्विषयो यत्र च ब्रह्म वर्तते।
तदर्थमिष्टबुद्ध्यर्थं लघ्वर्थं चोपदिश्यते ॥"

'न क्षीयते न क्षरति इत्यक्षरम्' हे महाराज ! अब जाइए, ढेर बता दिया—गोलियों का खेल जारी रखते हुए सुतनु ने बताया और मुँह फेर लिया।

नारद जी नारायण-नारायण कह चलते बने।

□ डॉ० रमेश नीलकमल

"योग"—एक अनमोल खजाना

[इस "कर्मवीर" पत्रिका के गत अंकों में मैंने परमपूज्य स्वामी सत्यानन्द सरस्वती परमहंस जी द्वारा बतलाए गए हठयोग की कुछ प्रमुख क्रियाओं—नेति, धौति, शंख प्रक्षालन, कपालभाँति त्राटक, भ्रामरी एवं नाड़ी शोधन प्राणायाम का उल्लेख किया था। इस स्तम्भ में मैं योग की एक परम शक्तिशाली उज्जाई और भस्त्रिका प्राणायमों के बारे में परिचय कराने जा रहा हूँ। आशा है आप इनका अभ्यास कर लाभान्वित होंगे।]

—भोला प्र० भगत, भंडार

उज्जाई प्राणायाम

यह शरीर पर सूक्ष्म प्रभाव डालने वाला एक शक्तिशाली, परन्तु सरल प्राणायाम है। इसलिए यह ध्यान के अभ्यास के लिए अत्युत्तम क्रिया है। कंठ प्रदेश में जो मस्तिष्क के तरफ जाने वाली रक्त धमनी के पीछे ग्रीवा-साइनस है, उनपर इसका विशेष प्रभाव पड़ता है। जब रक्तचाप "उच्च" या "अल्प" हो जाता है तो इन साइनस के द्वारा इसकी सूचना मस्तिष्क तक पहुँचती है। मस्तिष्क इस संकेत को हृदय की ओर भेज देता है, जिससे हृदय की गति नियन्त्रित होकर सामान्य हो जाती है। इतना ही नहीं उज्जाई प्राणायाम के अभ्यास से इन साइनस पर दबाव पड़ता है, जिससे रक्तचाप कम हो जाता है। फलतः तनाव और विचार प्रक्रिया शान्त होने लगती है। अतः ध्यान के पूर्व इसका अभ्यास करना चाहिए।

विधि—ध्यान के किसी आसन, जैसे—सिद्धासन या सिद्धयोनि आसन या पद्मासन अथवा सुखासन में बैठ जाइये। शरीर स्थिर। आँखें बन्द। बन्द आँखों से अपने स्थिर शरीर का ध्यान करिये। अपने श्वाँस-प्रश्वांसों पर कुछ क्षण ध्यान कर शरीर को तनाव मुक्त करिये।

अब खेचरी मुद्रा लगाइये यानी जिह्वा को उलटकर मुँह में पीछे की ओर इस भाँति मोड़िये कि उसका अगला शिरा ऊपर तालु को गले के पास स्पर्श करें। यह मुद्रा प्राण-शक्ति के संचय एवं कुण्डलिनी-शक्ति को जाग्रत करती है। तालु के पीछे के रन्ध्र में अनेक दाब-बिन्दु तथा ग्रन्थियाँ हैं। इनका शारीरिक क्रियाओं पर अत्यधिक नियन्त्रण रहता है। मोड़ी हुई जिह्वा के कारण इनके रस-स्राव की क्रिया में वृद्धि होती है, जिससे शारीरिक स्वास्थ्य को लाभ पहुँचता है। अधिक लार की उत्पत्ति होती है, जिससे पाचन संस्थान के कार्यों में सहयोग मिलता है। यदि लार का स्वाद कड़वा प्रतीत होने लगे तो खेचरी मुद्रा का अभ्यास बन्द कर दीजिए। इससे हानि भी हो सकती है।

खेचरी मुद्रा लगाने के बाद गले में स्थित स्वर-यन्त्र को संकुचित करते हुए श्वसन क्रिया कीजिए। लेकिन श्वसन क्रिया गहरी और धीमी गति से होनी चाहिए। अत्यन्त धीमी आवाज गले से ही मानो कोई छोटा बच्चा कोमल खर्राटे ले रहा हो। लेकिन यह आवाज अन्दर हो। बाहर सुनाई न पड़े। नाक में नहीं, बल्कि सिर्फ गले में श्वसन का अनुभव हो।

इस अभ्यास को घंटों किया जा सकता है। रक्त-चाप से पीड़ित व्यक्तियों के लिए यह अत्यधिक लाभ-दायक है। अनिद्रा के रोगी को इसका अभ्यास बिना खेचरी मुद्रा लगाये करना चाहिए।

इस प्राणायाम को करते समय विशुद्धि चक्र जो गले के पास मेरुदण्ड के भीतर स्थित है, पर ध्यान किया जा सकता है। इस अवस्था में अजपाजप किया जा सकता है।

भस्त्रिका प्राणायाम

भस्त्रिका का अर्थ है "धौंकनी"। इस प्राणायाम में फेफड़े का उपयोग लुहार की धौंकनी की तरह होता है। इससे शरीर में अतिरिक्त ताप उत्पन्न होता है, जिससे शरीर के दोष दग्ध हो जाते हैं तथा प्राण-शक्ति सूक्ष्म और स्थूल रूप से शक्तिशाली होती है। इससे श्वाँस की रुकावट एवं मन की कुण्ठाएँ दूर होती है। इसका अभ्यास मन को अन्तर्मुखी बनाता है तथा एकाग्रता प्रदान करता है। भस्त्रिका के अभ्यास से दमा, क्षयरोग, खाँसी आदि दूर होती है। इससे पाचन अंगों की उत्तम मालिश होती है, जिससे शरीर के सभी अंग

स्वस्थ होते हैं। यह रक्त-संचार को सुचारु बनाता है, जिससे शरीर के अवयव, माँशपेशियाँ एवं नाड़ियाँ अधिक दक्षता से कार्य करती हैं। रक्त शुद्ध होने से चर्मरोग स्वतः ठीक हो जाता है। यह श्वसन क्रिया को प्राकृत बनाता है।

विधि :

प्रथम अवस्था—ध्यान के किसी भी आसन जैसे--पद्मासन, सिद्धासन या सुखासन में बैठकर हाथों को ज्ञान मुद्रा या चिन्मुद्रा में रखें। अनामिका को मोड़कर अंगूठे से दाबिए। शेष तीनों उँगलियाँ खुली और एक-दूसरे से अलग रहें। हाथों को तान कर सीधा करें और जंघाओं पर रखें। तलहत्थियाँ जमीन की ओर हों। इसे ज्ञान-मुद्रा कहते हैं। जब तलहत्थियाँ आकाश की ओर होती हैं, तो इसे चिन्मुद्रा कहा जाता है। पुरुषों के लिए ज्ञान मुद्रा एवं महिलाओं के लिए चिन्मुद्रा का विधान है।

आँखें बन्द करें और शरीर को पूर्णतः शिथिल करें। मेरुदण्ड बिल्कुल सीधा रहे। धीरे-धीरे अपने श्वसन की गति को दुगुना बढ़ा लें। इस विधि से पचास बार श्वाँस लें जबतक कि सिर हल्का न हो जाय।

अब एकबार गहरी श्वाँस लेकर अन्दर रोकें और जालंधर और मूल-बन्ध लगाएँ। श्वाँस को अन्दर रोककर सिर को आगे झुकाना तथा ठुड्डी को छाती से दबाना एवं दोनों कंधों को एक साथ ऊपर उठाकर सामने की ओर रखते हुए हथेलियों को घुटनों पर रखना, "जालन्धर बन्ध" कहलाता हैं। गुदा मार्ग का संकोच कर ऊपर की ओर खींचना तथा मूलाधार चक्र पर ध्यान लगाना "मूल-बन्ध" कहलाता है। इस अवस्था में तबतक श्वाँस रोकिए जबतक आराम से रह सकें। फिर कंधों को शिथिल कीजिए। भुजाओं को मोड़िए। सिर को ऊपर कीजिए और धीरे-धीरे श्वाँस लीजिए। बन्धों को मुक्त करने के बाद ही श्वाँस लेना चाहिए।

यह एक आवृत्ति हुई। प्रतिदिन एक-एक आवृत्ति बढ़ाते जायँ। जब बिना किसी कठिनाई के 10 आवृत्ति होने लगे तो दूसरी अवस्था का अभ्यास करें।

दूसरी अवस्था—पहली अवस्था में स्थिर बैठ जायँ। अपने दाहिने हाथ की अनामिका तथा मध्यमा उँगलियों को दोनों भौंहों के बीच सटाकर टिकाइए। अँगूठे को दाहिने नाक के छिद्र के निकट तथा चौथी उँगली को बायें नाक के छिद्र के पास रखिए। दाहिने नाक को बन्द कीजिए। बायीं नाक की उँगली को ढीला छोड़कर उससे सामान्य से दुगुनी गति से श्वसन क्रिया करें। बायाँ हाथ घुटने पर रहेगा। बायीं नासिका से बलपूर्वक एवं तेजी से श्वसन क्रिया 20 बार कीजिए। श्वाँस लेते समय उदर फूलना चाहिए और छोड़ते समय पिचकना चाहिए। छाती का उपयोग कदापि न करें।

पूरक और रेचक समान रूप से तीव्र एवं लयपूर्वक होना चाहिए। बीस बार तीव्र श्वसन पूरा करने के बाद दाहिने नाक को बन्द रखते हुए बायीं नाम से गहरी श्वाँस लीजिए। पेट और छाती दोनों को फैलाते हुए फेफड़े में अधिकतम वायु भर लीजिए। सुविधा पूर्वक जितनी देर सम्भव हो, श्वाँस को अन्दर में रोकिए। श्वाँस को रोकते हुए जालन्धर और मूल-बन्ध उपर्युक्त विधि से लगाइए। फिर बन्धों को मुक्त कर धीरे-धीरे बायीं नाक से रेचक कीजिए। ऐसी पाँच आवृत्तियाँ कीजिए और प्रतिदिन एक-एक आवृत्ति बढ़ाते जाइए। जब 10 आवृत्ति की क्षमता आ जाय तो तीसरी अवस्था का अभ्यास कीजिए।

तीसरी अवस्था—यह दूसरी अवस्था जैसी है। सिर्फ दाहिने नाक से तीव्र एवं लयपूर्वक श्वसन क्रिया करनी है। 20 बार बलपूर्वक श्वाँस लेने एवं छोड़ने के पश्चात् दाहिना नाक से धीरे-धीरे गहरी श्वाँस लीजिए। श्वाँस अन्दर रोकिए तथा जालन्धर और मूल-बन्ध लगाइए। बन्धों को मुक्त कर दायीं नाक से धीरे-धीरे श्वाँस छोड़िए। यह एक आवृत्ति हुई। ऐसी पाँच आवृत्तियाँ कीजिए और नित्य एक-एक बढ़ाते जाइए। दस आवृत्ति की क्षमता आ जाने के बाद चौथी अवस्था का अभ्यास कीजिए।

चौथी अवस्था—इस अवस्था में दोनों नासिकाओं से एक साथ तेजी से बलपूर्वक लयपूर्ण तरीके से बीस बार श्वाँस लीजिए और छोड़िए। तब दोनों नासिकाओं से धीरे-धीरे गहरी श्वाँस लीजिए। श्वाँस को अन्दर रोकिए। जालन्धर और मूल-बन्ध लगाइए। बन्धों को मुक्त कीजिए तथा दोनों नासिकाओं से एक साथ धीरे-धीरे श्वाँस छोड़िए। यह एक पूर्ण चक्र हुआ। धीरे-धीरे प्रतिदिन चक्रों की संख्या बढ़ाइए। बायीं से 21; दायीं से 21 तथा दोनों नासिकाओं से इक्कीस श्वसन कीजिए। ध्यान के लिए यह सर्वोत्तम प्राणायाम है।

सजगता—शारीरिक गतिविधियों, श्वसन प्रक्रिया और मानसिक गणना पर सजगता बनाये रखिए। □

राजभाषा के व्यापक प्रयोग-प्रसार के लिए समर्पित पूर्व राजभाषा अधिकारी देवनारायण साह जी का लम्बी बीमारी के बाद दिनांक : 25 मार्च, 1996 को निधन हो गया। कुशल एवं योग्य अधिकारी के साथ-साथ लोकप्रिय कवि के रूप में भी इनकी पहचान थी। "कर्मवीर" के सम्पादक के रूप में भी इन्होंने अपनी पहचान बनाई।

राजभाषा विभाग, रेल इंजन कारखाना, जमालपुर की ओर से इन्हें सादर श्रद्धांजलि देते हुए इनकी स्वरचित कविता "चार चित्र" उद्धृत की जाती है—

चार चित्र

1. जनमते हैं हम

सृष्टि के दो पहलू—जीवन व मृत्यु,
इस प्रक्रिया में छोड़ जाता है
हर कोई अपना पदचिह्न।
काल-सीमा में बँधे जीवन को जीकर
एक दिन मरते हैं हम।
किन्तु, एक नई उम्र और अरमां लेकर
फिर से जनमते हैं हम।

2. प्रेमपाश

हरे-भरे उपवन में गुलमोहर कचनार पलाश,
ऊपर वितान-सा फैला नीला आकाश,
निरख रहे कण-कण की अद्भुत कारीगरी,
खोज रहे कैसा है, कहाँ है वह संगतराश ?
कौन है जो डुबा रहा सारा रंगो-बू में चमन ?
साजन को बाँध रहा सजनी के प्रेमपाश।

3. गजरा

झूम जाता है सारा आलम,
जब किसी पर शबाब आता है।
सारी दुनिया रंगीन नजर आती है,
नयनों में भर जाता कजरा।
लम्बे घुँघराले बालों में,
लग जाता फूलों का गजरा।

4. नहीं अकेले

संग हमारे चाँद-चाँदनी,
आँख मिचौनी खेले।
पवन सुनाते लोरियाँ,
पंछी के लगते मेले।
हम हिलमिल कर जीने वाले
रहते नहीं अकेले।

☐ **स्व० देवनारायण साह**

आदमी

आदमी वह है—
जो अपना मुकद्दर खुद लिखे

आदमी वह है—
जो आकाश में महल बनाये और
उतार लाये धरती पर

आदमी वह है—
जो अपनी कल्प-सृष्टि को
संकल्प से
सत्य-सृष्टि बना दे।

☐ **अज्ञाताशीष**

श्याम दिवाकर की चार कविताएँ

1. कल्याणी ! तुम हो !

बीत जाएगा दिन
बीत जाएँगे मौसम
पर
नहीं बीतेंगी
हमारे प्यार की घड़ियाँ
तुम्हारे गेसुओं की महक
जो/
दुनिया के तमाम
नियाजों से कीमती है ।

सुबह/
जब किरणें
खोलती है
अलसाई पलकें
जागती हैं कलियाँ
गुनगुनाते हैं भौंरे
दूबों की फुनगी पर
पसर जाता है रूपहला इन्द्रजाल
धरती के कण-कण में
खिल उठता है
तेरे होंठों का गुलाब
कल्याणी !
तुम हो !
धरा सुरक्षित है ।

2. एकता

वृक्ष को
जगह दो
फैलने दो/हरियाली
जीवन सरस होगा ।

नदियों को
मत बाँधो
बहने दो अबाध
जीवन सहज होगा ।

बच्चों को
मिलने दो
टुकड़ों में मत बाँटो
जीवन सबल होगा ।

वृक्ष
नदी
बच्चों को
खिलने दो
लक्ष्य सघन
जीवन के
सार्थक हो जाएँगे ।

3. लौट आओ रामप्रसाद

रामप्रसाद
तुम तो ऐसे न थे ।
थोड़े-से स्वप्न
थोड़ी-सी हँसी
थोड़ी-सी बात
थोड़े-से काम/तो
हमेशा रहा करते
थे/तुम्हारी जेबों में
कहाँ गयीं जेबें ?
सावन की फुहार
और कोयल की कूक
को/जीवन की अनमोल
धरोहर/मानने वाले रामप्रसाद
तुमने
तिजोरियों का धंधा
क्यों शुरू किया ?
गाँव की पगडंडी
खेतों की मेंड़
अमरबेल की लताएँ
शहतूत के पेड़
तुम्हारे किस्सों में थे

तोता की रुखाई पर
मैना का पक्ष लेकर
कितनी बार रोये थे तुम
ढोला-मारू के कवित्त
में तो/बसते थे तुम्हारे प्राण
भौंरा गोंढ़िन के
कारनामों के रसिया रामप्रसाद
ऐसा क्या हुआ/कि
तुम्हारी दहलीज
बारूदों की गंध से
भर उठीं
याद है तुम्हें रामप्रसाद
तुम्हारे कंधों पर चढ़कर
हमने/की है परिक्रमा
पूरी पृथ्वी की
उन दिनों
तुम/छू लिया करते थे
सितारों को
आकाशगंगा की परियाँ
चूमती थी तुम्हारे हाथ
मेरे सपनों में
आज भी/आकाश से रामप्रसाद
तुम इतने बौने
क्योंकर हुए/कि
तमाम लोगों ने
रख दी है अपनी बन्दूकें
तुम्हारे कंधों पर।

जानते हो रामप्रसाद
जब राहों में
घनी हो जाएगी झाड़ियाँ;
रात उतर आएगी;
जंगल
कुछ और पसर जाएगा
चाहकर भी तब
नहीं लौट पाओगे तुम
अपने घर।

रोयेंगे बच्चे
बिलखेंगी वधुएँ
सुना सोयेगा चौपाल
राजा वृषभान की कथा
अधूरी रह जाएगी।

4. कुछ तो बोलो

हमलावरों की
ताकत/बढ़ती जाएगी
गर तुम रहोगे मौन
मेरे भाई/
कुछ तो बोलो
हो रहे जुल्मों के खिलाफ
अपना मुँह तो खोलो !

खींच लेगा
जिस दिन/रास्ते में कहीं-कोई
तुम्हारी बहन-बेटी का दुपट्टा
क्या करोगे तुम ?
सभ्य शहरी होने का
पूरा-पूरा सबूत देते हुए
बन्द कर लोगे/अपनी खिड़कियाँ
घरों के दरवाजे
समय के
पराजित योद्धाओं !
शुतुरमुर्ग की/सुरक्षित जीने की लालसा
कब पूरी होती है !

उधेड़ देगा
जिस दिन/तुम्हारे मासूम नौनिहालों की चमड़ी
लहू-लुहान कर देगा तुम्हें
तुम्हारे जख्मी सीने पर
उसके बूटों की
ठक-ठक/दूर तक सुनी जाएगी
चाटोगे उसकी जूतियाँ
सराहोगे अपने भाग्य
थोड़े-से सुख के लिए
अपने को गिरवीं

रख देने वाले पिताओं !
हार जाने के बाद भी
कीमती है/बहुत कीमती है
शेष लम्हों का सफर ।
तुम्हारी सेवा
तुम्हारा समर्पण
कुछ काम नहीं आएगा
तुम्हारा विश्वास
तुम्हारी आस्था
छलेंगे तुम्हें
राजनीति की तेज धार
काट देगी/तुम्हारी उँगलियाँ
कि तुम लिख न सको
पीड़ा के गीत
धर्म की तेजाबी आँधी
फोड़ देगी तुम्हारी आँखें
तमसो मा ज्योतिर्गमय का
आप्त वाक्य/झूठा पड़ जाएगा
रेगिस्तानी आश की
मरीचिका में भटकते युवाओं !
आक्रोश/नफरत/इंतकाम/
निरर्थक नहीं है शब्द ।
होठों की हँसी
आँखों का स्वप्न/छीन लेगा जिस दिन
क्या करोगे तुम ?
अंगोछे का गेहूँ
थाली का भात/उलट देगा जिस दिन
क्या करोगे तुम ?
क्या करोगे तुम/जिस दिन
चूस लेगा कोई
तुम्हारी धमनियों का
कतरा-कतरा खून
चुप रहोगे ?
चुप रहोगे तुम
मेरे भाई ! कुछ तो बोलो
हो रहे जुल्मों के खिलाफ
अपना मुँह तो खोलो ।

श्याम दिवाकर की कविताओं की

समीक्षा

श्री श्याम दिवाकर की कविताओं में जो एक सामान्य बात दिखती है, पर यों कहें कि एक सूत्र जो सारी कविताओं को बाँधे हुए हैं, वह यह है कि खुरदरे यथार्थ का अहसास, पर इस खुरदरेपन से खरोंच खाकर भी गजब की अगवांदिता । इतने कम शब्दों में कवि के फलसफे को समेटना अजीब-सा लगता है, पर जिन्दगी का फलसफा भी यही है । इतना छोटा-सा सच जो पूरी व्यापकता से पूरी जिन्दगी को समेटे हुए हैं । सच यूँ ही कड़वा होता है और यथार्थ सच है, तत्त्व हकीकत के बीच से निकलना तो है ही, चाहे घिसट कर, चाहे आत्मविश्वास से डग भरकर, पर दर्शनशास्त्र के तमाम अर्थों का निचोड़ दूसरा रास्ता ही सूझाता है ।

अब यही बात तनिक विस्तार से
"कल्याणी तुम हो" में
बीत जायेगा दिन
बीत जायेंगे मौसम

यथार्थ के कड़वेपन की याद दिलाती है । लेकिन "पर/नहीं बीतेगी हमारे प्यार की घड़ियाँ ।"

...से आस की डोर भी बंधनी शुरू होती है ।

"कल्याणी/तुम हो धरा सुरक्षित है" तक आकर एक पूर्ण मंचित रास्ता बन जाती है, जिसके सहारे आप समुद्र पार कर जायँ या आसमान तक भी पहुँच जायँ ।

"एकता" कविता में प्रकृति को प्राकृतिक तौर

पर फलने-फूलने की बात बड़े ही सुन्दर ढंग से कही गयी है। अलबत्ता एक बात खटकती है।

लक्ष्य सघन/जीवन के/सार्थक हो जायेंगे।

'लक्ष्य सार्थक हो जायेंगे यह बात कुछ जमती नहीं है। लक्ष्य प्राप्ति होती है और जीवन सार्थक होता है। माध्यम कितने भी अच्छे क्यों न हों, अन्त या लक्ष्य को पाया ही जा सकता है, अर्थ नहीं अच्छा किया जा सकता है।

लौट आओ रामप्रसाद में फूल से बन्दूक तक के सफर वाले विषय से साक्षात्कार होता है। यह समस्या आज समाज को जकड़ी हुई है। लाखों रामप्रसाद कोयल की कूक की मधुरता भूलकर बन्दूक की गोली की कर्कश आवाज सुनने के अभ्यस्त हो जाते हैं, पर जिस अतीत के फूलों की दुहाई देकर, हवाला देकर रामप्रसाद के लौटने की बात कही गयी है, उसी अतीत के काँटों की बात नहीं कहने से यह कविता स्वप्निल आरण्यवादिता से ज्यादा कुछ नहीं लगती है। काँटों की चुभन खा-खाकर यदि कोई बून्द उठाले तो इसमें आश्चर्य की बात क्या है। हर कोई ईसा मसीह तो नहीं हो सकता। आम आदमी जितना मजबूत है, उतना कमजोर भी तो है, कमजोरियों से विहीन वह कैसे हो सकता है। हाँ, मन-ही-मन हम कल्पना जरूर करते हैं कि वह ऐसा नहीं हो। जहर पीकर भी कड़वापन नहीं आने देना देवत्व है और हर कोई देवता नहीं हो सकता है।

चौथी कविता अपने दमदार विषय और वैसी ही दमदार अभिव्यक्ति से सहज ही आकर्षित करती है। जो हमारा वर्त्तमान है, वह अंधा भविष्य का एक पड़ाव भर है, यह बात कवि ने बहुत ही सशक्त ढंग से कही है। आज हमपर हमला नहीं हो रहा है, इसलिए परिवेश पर होते हुए हमले हमें प्रभावित नहीं करते हैं, यह एक शुतुरमुर्गी सोच है। परिवेश टूटेगा तो अगला निशाना हम ही होंगे।

"हार जाने के बाद भी
कीमती है/बहुत कीमती है
लम्हों का सफर।"

बरबस कर्मण्य वाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन। की शाश्वत कर्मयोगी भारतीय परम्परा की याद दिला जाता है।

☐ अनिमेष सिन्हा

गजल

सदा गाई जाय जो, तुम वही गजल हो।
मोहब्बत की दुनिया में तुम ही अमर हो॥

तेरी नजर के रहमो करम से,
मिली हमको राहत जहाँ के भरम से।
और सब है मिथ्या इक तुम ही असल हो।

सदा गाई जाय जो, तुम वही गजल हो।
मोहब्बत की दुनिया में तुम ही अमर हो॥

मिलन यह है कैसा समझ से परे है,
खुदा की नजर में हुजूर ही खरे हैं।
जिक्र तेरा हो जिसमें, हर बात वो सफल हो।

सदा गाई जाय जो, तुम वही गजल हो।
मोहब्बत की दुनिया में तुम ही अमर हो॥

जाया न हो इन लम्हों की जिन्दगी,
प्रेम की बस प्रेम से हुआ करें बंदगी।
तेरी हर बात पे, सदा ही अमल हो।

सदा गाई जाय जो, तुम वही गजल हो।
मोहब्बत की दुनिया में तुम ही अमर हो॥

नजर जिस ओर देखे तुमको ही देखे,
लग जाय मेरा जीवन अब तेरे ही लेखे।
इसी इल्तजा में तय यह सफर हो।

सदा गाई जाय जो, तुम वही गजल हो।
मोहब्बत की दुनिया में तुम ही अमर हो॥

☐ श्री टी० सी० नागले

शब्द एक परिभाषा अनेक

जो हर जाति सम्प्रदाय को मान्य हो
मैं खोजती हूँ धर्म की,
एक ऐसी परिभाषा ।
पर नहीं है मुझको आशा
जानती हूँ खोज मेरी
जायेगी व्यर्थ !
नहीं है आसान खोज पाना धर्म का,
एक अर्थ !
भिखारी से पूछा तो मुस्का के बोला
जो भरपेट मुझको खाना खिला दे,
वही मेरा भगवान वही मेरा दाता ।
नहीं धर्म से है कोई मुझको नाता ।
जो नेता से पूछा तो मुस्का के बोला
धर्म क्या है मुझको नहीं इससे मतलब
कि करने दो मुझको धर्म की राजनीति
बनाता हूँ हर साल मैं एक मंदिर
यही धर्म का रूप मैंने तो जाना ।
जो ज्ञानी से पूछा तो मुस्का के बोला
जो कर्त्तव्य अपना किये जाओ तुम
दुनिया में रहकर यही धर्म है वत्स !
गुरुजी से पूछा तो मुस्का के बोले
गुरुजी के चरणों में मस्तक नवाओ
धर्म का ज्ञान गुरु वाणी से पाओ ।
जो पंडित से पूछा तो मुस्का के बोले
प्रतिदिन जो मंदिर में शीश नवाओ
दे दान दक्षिणा तुम पुण्य कमाओ ।
जानती हूँ खोज मेरी
जायेगी व्यर्थ !
नहीं है आसान खोज पाना
धर्म का एक अर्थ ।
किन्तु समाधान जब तक
मिलेगा न हमको,
हम बोलते रहेंगे
भिन्न-भिन्न बोलियाँ !
धर्म के नाम पर
खेलते रहेंगे,
खून की होलियाँ !

☐ श्रीमती आभा प्रदीप कुमार

बस अब नहीं कभी

बस, अब न लाना अधरों पर
यह इंतजार का शब्द
सेमल के फूल-सा रेशा-रेशा
बिखर चुका है मेरे हाथों से
अब तुम्हारा दिया प्यार का शब्द,
ढलती शाम से ढल चुके हो
तुम मेरे जीवन की मुंडेर से
अब न कभी दोहराना उपहार का शब्द
तुम से मुझ तक बिछी है
काँटों से भरी एक पथरीली सड़क
देखा है उसपर पतझड़ को मैंने आते
बस, अब न कभी पुकारना बहार का शब्द
असंख्य समझौते किए हैं मैंने जिन्दगी से
अब यह आखिरी तुम करना
मेरी बंद बेबस डबडबाई पलकों से
फिर कभी.....
अब कभी न मांगना निहार का शब्द ।

☐ श्रीमती बबीता पोद्दार

अंकुर

तहें जमीं है उस मूर्ति पर
मिट्टी की
मूर्ति बड़ी शान्त मुद्रा में
मुस्कराती है उस लड़के पर
जो झाड़ता है उसे
मुस्कराहट बिखरने लगती है
उसके माथे की त्यौरियों के नीचे
छिपे हैं बीज
बीजों की तह में अंकुर
उसके भविष्य के ।

☐ चम्पा वैद

मैं और तुम

मैं,
और
तुम
शायद
पानी में
एक दूसरे के
प्रतिबिम्ब हैं

—एक दूसरे के
कितने पास
मानों
हाथ बढ़ाकर—
तुम्हारे
गालों को
सहला सकता हूँ मैं,
तुम्हें
बाहों में
भर सकता हूँ मैं

पर,
हकीकत में
बस तुम्हारी
आँखो में
झाँक सकता हूँ
मैं,
और
पढ़ सकता हूँ
एक अनकही मजबूरी

कभी
न मिलने की
सच
मैं
और
तुम
एक दूसरे के
कितने हैं पास

मैं
और
तुम
हो सकते हैं
नजदीक से,
नजदीकतर
नजदीकतम
पर
इसके बाद भी
जाने क्यों
दोनों के दरम्यानों
रहता है
एक फासला
एक सीमा
एक पतली-सी
पानी की लकीर
इस
लक्ष्मण रेखा को
लाँघकर
न,
तू
पानी से
हवा में
आ सकती है
न,
मैं
वायुमंडल छोड़कर
जलचर
बन सकता हूँ

हाँ
कभी
जब
भावनाओं का
ज्वार उमड़ता है
ज्वालामुखी का
उद्गार-सा होता है
तब
हाँ, तब
तुझमें
समा जाने हेतु
मैं
इस सीमा को
लाँघकर
जल में
छलांग लगा देता हूँ
और
तब
—तब
तू
और
तेरे साथ
मैं
एक
छलावे से
गायब
हो जाते हैं

और
—और
रह जाता है
जल में

एक हलचल
एक
बनता
बनता बिगड़ता
मैं
और
तुम,
— शायद
यह याद दिलाने को
मैं,
और
तुम,
हम
नहीं हो सकते
शायद
कभी नहीं
शायद
कहीं नहीं।

☐ अनिमेष कुमार सिन्हा

पीपल के काटे जाने के बाद

सूखता जा रहा था
अन्दर तक खोखला हो चुका था
छाया उसकी विरल हो रही थी
किसी कमजोर शाखा के गिरने से
कोई दुर्घटना घटने की आशंका बढ़ रही थी
इसीलिए बेच दिया गया
मेरे गाँव का सबसे वृद्ध पीपल
और अब, काटा जा रहा है उसे.

अपनी बलिष्ठ भुजाओं को फैलाकर वह
अबतक रोकता रहा हवाओं को
छानकर बिखेरता रहा सुगन्ध
उतरने नहीं दिया तीखी धूप को नीचे तक
और बना रहा अबतक
एक अर्चित मूक गवाह
गाँव की सभी छोटी-बड़ी, अच्छी-बुरी घटनाओं का.

कौतूहल भरे बच्चे, उदास बड़े-बुजुर्ग
सभी खड़े थे पीपल के इर्द-गिर्द
जब मोटे-मोटे रस्सों से बाँधी गई
उसकी सबसे मोटी शाखा
जिसपर बन्दर मचाया करते थे धमाचौकड़ी
जिसके सिरों पर कौवों ने बना रखे थे घोंसले.

और पड़ी उसपर जब कुल्हाड़े की पहली वार
नम आँखें पोछते चुपके से वहाँ से चल दिये
गाँव के सबसे पुराने..... रतन चाचा !

चलता रहा शाखाओं को काटे जाने का सिलसिला
सात दिनों तक जारी रही आड़े-कुल्हाड़े की हिंसा
कुरेदी जाती रही पीपल सम्बन्धी दबी-गड़ी बातें
जाहिर करते रहे सभी उसके साथ अपने-अपने सम्बन्ध.
रह-रहकर दिल में किसी टीस की तरह
उठती रही वहीं पर एक नया पीपल रोपे जाने की बात !

आज जबकि वह जड़ के पास से काटा जा रहा है
खत्म होने जा रही है गाँव की सबसे पुरानी कहानी
आज हवाएँ कुछ रुकी-रुकी-सी हैं
आस-पास की जमी सहमी-सहमी-सी हैं।

आज के बाद
पीपल के कोटर से बाहर निकलकर
रात में नहीं चीखेगी बूढ़ी जिलैइया
भयभीत नहीं कर पायेगी गर्भवती औरतों को
रंग-बिरंगे मौसमी पक्षियों के झुण्ड आयेंगे
मंडरायेंगे वहाँ ऊपर
उदास होकर कहीं और चले जायेंगे.

छांह में बैठकर नहीं पगुरायेंगी गायें
नहीं होगी हुज्जत बकरियों के बाँधे जाने पर.

आज के बाद वहाँ
न जमेगा ताश, न लगेगी गांजे की कश
न ही बैठेगी छोटी-मोटी कोई भी पंचायत
गर्मी से राहत पाने इकट्ठे नहीं होंगे लोग-बाग
बच्चे नहीं मचायेंगे हुड़दंग
औरतें नहीं कर पायेगी पूजा-पाठ.

सचमुच, बहुत कुछ बदल जायेगा
पीपल के काटे जाने के बाद !

☐ विजय कुमार गुप्त

गजल

आज का सूरज बड़ा बेदर्द है
इसलिए तो आज मौसम सर्द है।

देखिए यह दौर कैसा आ गया,
आबरू होने लगी बेपर्द है।

शोहदे भौंरे हुए हैं बाग के,
रंग कलियों का इसी से जर्द है।

हो रहा है चीर धरती का हरण
सो रहा जो चैन से नामर्द है।

आँख को महफूज रख 'अपराजिता',
सामने जो उड़ रहा वह गर्द है।

☐ सरिता अपराजिता

आओगे राम पुनः तुम

राम !
मर्यादा पुरुषोत्तम कहलाते हो
घर-घर में पूजे जाते हो
अन्यायी, अत्याचारी के नाशक
सत्य धर्म न्याय के प्रतिपालक
तेरे भक्तों की मर्यादा क्या है
देखो तो !
वे तो रावण से भी आगे हैं
सीता का अपहरण ही पर्याप्त नहीं है
वे तो बलात्कार भी करते हैं,
नारी के तन को नोंच-नोंच कर
उसके मन में छुरी भोंक कर
विषधर, साँपों से डसते हैं,
फिर भी मौन खड़ा क्यों तू है ?
मंदिर में तेरी मूरत है
फूलों से लदी-फदी है
पैसे चढ़ते हैं,
उत्कोच नहीं तो क्या है ?
वर्ना मर्यादा की रक्षा तो की होती
जागो !
अब मत सोओ हे राम !!
तेरी सीता फिर हर ली गयी है
आज एक नहीं कई रावण हैं
साथ नहीं कोई लक्ष्मण है,
तुम न जगे तो समझो
मर्यादा की मर्यादा भी टूटेगी
श्रद्धा, भक्ति और आदर के प्रतीक
मन्दिर की दीवारें भी टूटेंगी
आओगे राम पुनः तुम
मेरा विश्वास यही है
होगा रावण का अंत पुनः
मेरा विश्वास यही है !

☐ रामकृष्ण सहस्रबुद्धे भारती

चीखती खामोशियाँ

हर क्षण यहाँ
शोर हो रहा है मौन का
महसूस होता है जहान सारा
चुप होकर चिल्ला रहा है
हर कोई परेशान है, स्तब्ध है
जब कोई किसी को दे नहीं सकता
सांत्वना
तो फिर सारे लोग व्यस्त क्यों हैं।
खुद अपनी उलझन सुलझाने को
अपने अस्थिर दिमाग के
खामोश रुदन का हाहाकार
उनकी त्रासदी है
कहीं हसरतें मरती हैं तो कहीं अरमाने
कहीं अपने मरते हैं तो कहीं बेगाने
कहीं मानवता मरती है तो कहीं इंसान
हर ओर मौत का ताण्डव है
काल का नृत्य, मृत्यु-संगीत
ये सारी कलायें हो रही हैं
कहीं खामोश वादियों में
खामोशियों के आगोश में
पल रहा है भोर का इतिहास
हर चीख, चीख-चीखकर
चुप,
अवाक् !
खामोशियाँ चीखने लगी हैं !!

☐ ममता सिन्हा

गजल

रोशनी की तलाश में भटकता रहा।
अंधकार से सदा मैं लड़ता रहा॥
नहीं मिला ढूँढ़ने पर भी गुलाब।
काँटों से अपना दामन भरता रहा॥
हकीकत सदा हमें डराती रहीं।
ख्वाबों के सहारे पलता रहा॥
सोना बनकर दमकने की खातिर।
शोलों के बीच मैं जलता रहा॥
जिन्दगी को जीने की लालसा में।
मौत से क्यूँ सदा डरता रहा॥

☐ सिद्धेश्वर

कर्मवीर के प्रति

अस्थियाँ जलीं, शोणित बहा—
कितनों ने किया अपने को उत्सर्ग ।
तब निर्मित हुआ, अपना सुन्दर कारखाना परिसर ।
इसकी पृष्ठभूमि वेदनामयी अतीत की गाथा है,
विरासत से मिली नई पीढ़ी को
नियोजन की एक आशा है ।

सुना है—'कभी इसके शिल्पयों ने
लोहे को अद्भुत रूप दिया था
विश्व में थी इसकी अलबत्ता पहचान,
महा विश्व युद्ध में बारूद का इसने किया था निर्माण ।
हे कर्मवीर ! तुम्हारी उपलब्धियाँ हैं, बेमिसाल
वाष्प डीजल इंजन, क्रेन, टावर कार
ये सब तुम्हारी अमर कीर्तियाँ ।"

चिरस्मरणीय रहेगी—भारतीय रेल के पटल पर
—तुम्हारी स्मृतियाँ ।
प्रचण्ड ताप अविरल बारिश की बून्दें
घटाटोप निशा की कालिमा !
तुमने किया सबका हँसकर आलिंगन,
कर्मभूमि में ही छोड़ गये साहचर्य हमारा ।
वनिता-सुत को भी इस लौह तप्त गृह में छोड़ गये
—कैसे नमन करूँ तुम्हारा !

शब्द नहीं मिल पाते हैं, विह्वल मन,
बिलखती लेखनी रुक-रुक जाती है ।
हे कर्मवीर ! राष्ट्र के सच्चे सपूत
अश्रुपूरित नेत्र से श्रद्धा के दो
पुष्प तुम्हें समर्पित !

☐ विजय कुमार मण्डल

मतवारे ये नयन हमारे

झिलमिल-झिलमिल नभ के तारे
लगते मुझको प्यारे-प्यारे
चलो चलें हम झील किनारे
मतवारे ये नयन हमारे ।

नभ में मेरे दिल के फफोले
याद दिलाए ओठ रसीले
ढूँढ़ रहे हैं नयन कजरारे
मतवारे ये नयन हमारे ।

चन्द्रा-चन्द्रिल धवल-सी किरणें
समा रही थी नभ-जल-थल में
छमछम करती पी के द्वारे
मतवारे ये नयन हमारे ।

फिजा रसीली, विह्वल नैना
ढूँढ़ रहा था संबल अपना
चंचल लहरों में मनमारे
मतवारे ये नयन हमारे ।

पिया मिलन की आस लगाये
गीत प्रीति का अधर बसाये
पायल की रुनझुन रतनारे
मतवारे ये नयन हमारे ।

☐ पृथ्वीराज मण्डल

गजल

दुनिया बदल गई है, जमाने बदल गए,
तू क्या बदल गया कि फसाने बदल गए ।
गजल के पैराहन को अब अन्दाज नया दो,
हुस्नो-इश्क के सारे पैमाने बदल गए ।
दिलों में है नफरत, लबों पे तबस्सुम,
मोहब्बत के, चाहत के, सब माने बदल गए ।

हरेक शख्स अब इक नये अन्दाज से मिलता है,
उल्फत के, वफा के तराने बदल गए ।
वतन पे जो कभी जाँ निसार करते थे,
'नजर' अब वो सारे के सारे दीवाने बदल गए ।

☐ नजरुल इस्लाम खां

पराभूत

यह घर मकबरे जैसा खूबसूरत है
और खामोश/इतना कि/आप चाहें तो
इसे मनहूस कह सकते हैं.

इसमें एक जवान लड़की रहती है
जो कभी खिड़की नहीं खोलती
एक अधेड़ औरत है
जिसका पति युद्ध पर गया है
और जो नयी उमर के लड़के से फंसी है.

कुछ यादें हैं
कुछ पाप
कुछ कंकाल
जो लगातार आलमारियों के भीतर से
दस्तक दे रहे हैं.

इस घर के बाहर
एक तख्ती लगी है
अजनबियों को दूर रहने की ताकीद करती हुई
पूरे चाँद की रात
बन्द रहते हैं इस घर के खिड़की-दरवाजे,

गाँव के लोग
आपस में कुछ किंवदंतियां फुसफुसाते हैं
और रह-रहकर चौंकते हुए देखने जाते हैं
मकबरे के बुर्ज

तब भी छायाएँ इसके आँगन में
पागलों की तरह नाचती हैं
प्रेम और जीवन को रौंदती हुई
जो बहिष्कृत हो जाने के बावजूद
फिर-फिर घुस आते हैं
अनधिकृत.

उत्तेजनाएँ बराबर जूझती हैं
प्रतिबन्धों को परास्त करती हुईं
वंचनाएं घूमती हैं
विजय गर्व से सर उठाये
उनके सामने सभी विवश हैं
अपमानित.

लौटनेवालों के लिए
मृत्यु सुरक्षित रख ली गयी है
भागने की कोशिश करने वालों के लिए
खुदवा ली गयी हैं
पर्याप्त गहरी कब्रें
जो एक छटपटाती/बेचैन उम्र को
पनाह देंगी.

और जब रात गहरी होगी
सारी बत्तियाँ बुझाकर
वह जवान लड़की
दरवाजा हमेशा के लिए बन्द करते हुए
कंकालों के हवाले कर देगी
अपने आपको
इससे कम में वे तृप्त नहीं होंगे.

□ आशुतोष दुबे

चार छोटी कविताएँ

एक

इस कलियुगी यथार्थ में
सिद्धान्तों का बोझ उठाये
भाग्य की समीक्षा में
मानसिक संघर्ष करते-करते
मैं—
स्वप्नों की दर्द भरी गहरी खाई में
जा गिरा
और
संसार से सम्बन्धों की कड़ियाँ टूट गईं।

दो

शुष्क पत्तों की इच्छायें
जो पूर्ण न हो सकी
क्योंकि
उनका
उपसंहार अभी शेष है
विचारों के कुहासे
और संशययुक्त भावनाओं ने
जीवन की मान्यताओं के आगे
शाश्वत प्रश्न चिह्न
लगा दिये हैं
और हम
जन्म का प्रयोजन
भूल गये हैं।

तीन

शीतल बयार गुनगुनाने लगी
पंछी मधुरिम कलरव करने लगे
ज्योत्स्ना भी छिटक कर भू पर आ गई
जीवन के अमूल्य क्षण एक-एक कर बीत गये
पर तुम नहीं आये
तुम्हारी यादों ने मौन तोड़ा है
अधरों पे उगे सम्बोधन ने तुम्हें पुकारा है
पागल मन के
प्यासे चातक को
अब भी
तुम्हारी प्रतीक्षा है।

चार

"स्त्री"
देखने सुनने बोलने और लिखने में
बड़ा ही छोटा साधारण-सा शब्द है
जो
वस्त्र और जीवन की
अमिट 'क्रीज' बना सकती है
जिसके मात्र स्पर्श से
बहुत कुछ सम्भव है
वह चाहे तो दोनों का
अस्तित्व मिटा सकती है।

☐ राजेश कुमार हजेला

जिन्दगी के चार चित्र

(1)

जिन्दगी भावुक प्रणय के पाँव जैसी।
प्रीति-पलकों की सुहानी छाँव जैसी।
राह कान्हाँ की तके पलकें बिछाए,
जिन्दगी है गोपियों के गाँव जैसी।

(2)

आस्था की लहलहाती फसल जैसी।
कल्पनाओं के सुनहरे महल जैसी।
विश्व-आँगन में विहँसती, जिन्दगी तो—
ज्योतिधर्मी—रश्मिनिर्मित कमल जैसी।

(3)

आँसुओं द्वारा पिघलते पत्थरों-सी।
काट डाले गये पक्षी के परों-सी।
प्रकृति के आँसू — गरीबी की परीक्षा,
जिन्दगी बरसात में कच्चे घरों-सी।

(4)

श्वास के रथ पर विचरता सारथी है।
प्रणय-मन्दिर में प्रफुल्लित प्रार्थी है।
शिविर में संसार के, ये जिन्दगी तो—
कुछ दिनों के वास्ते शरणार्थी है।

☐ कमल किशोर 'भावुक'

सच है, यह सच है तुमने जो दान वह
हिन्दी के हित का अभिमान वह
जनता का जान-ताका ज्ञान वह
सच्चा कल्याण वह अथच है, यह सच है

—सूर्यकान्त त्रिपाठी 'निराला'

मुद्रक : नोवेल्टी प्रेस, मुंगेर।