

इंडियन
रेलवे
फाइनेंस
कॉर्पोरेशन
(भारत सरकार का उपक्रम)

भविष्य पथ पर

उड़ान

(छठा अंक)

आई.आर.एफ.सी. की हिंदी की छमाही ई-पत्रिका



इंडियन रेलवे फाइनेंस कॉर्पोरेशन लिमिटेड

यूजी फ्लोर, ईस्ट टावर, एनबीसीसी प्लेस, भीष्म पितामह
मार्ग, प्रगति विहार, लोधी रोड, नई दिल्ली – 110003



उड़ान

(छठा अंक)

आई.आर.एफ.सी. की हिंदी की छमाही ई-पत्रिका

अनुक्रमणिका

अंक – 6 छठा (अप्रैल, 2024 से सितंबर, 2024 छमाही)

वर्ष 2024

1. अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक की कलम से
2. संदेश
3. मानसिकता – लेख
4. वर्ष 2024-25 में आईआरएफसी में हिन्दी के प्रयोग-प्रसार के लिए विशेष प्रयास
5. वृथा कल्पना और श्याम दीवानी – कविता
6. वैश्विक तापमान और हमारी हरी दुनिया – कविता
7. आज के युग में महिलाओं की सफलता: एक प्रेरणादायक यात्रा – लेख
8. लाल चिरैया – कविता
9. प्यारे-प्यारे माता-पिता – कविता
10. अंतर्राष्ट्रीय बेटा दिवस – लेख
11. यात्रा संस्मरण – केरल – लेख
12. आईआरएफसी में 21 जून, 2024 को संपन्न अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की झलकियाँ
13. हिंदी कार्यशाला – 2024 (दिनांक: 21.06.2024) की झलकियाँ
14. आईआरएफसी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक (दिनांक: 28 जून, 2024)
15. आईआरएफसी की 37वीं वार्षिक आम बैठक (दिनांक: 29 अगस्त, 2024)
16. आईआरएफसी कार्यालय में गणेश चतुर्थी के अवसर पर गणेश जी का विसर्जन (दिनांक: 13.09.2024)
17. हिंदी दिवस समारोह – 2024 एवं चतुर्थ अखिल भारतीय राजभाषा सम्मेलन (14-15 सितंबर, 2024)
18. आईआरएफसी में हिंदी सप्ताह का शुभारंभ – 2024 (17.09.2024 से 20.09.2024)
19. आईआरएफसी में आयोजित हिंदी सुलेख प्रतियोगिता – 2024 (दिनांक: 17.09.2024)
20. आईआरएफसी में आयोजित हिंदी चित्र वर्णन प्रतियोगिता – 2024 (दिनांक: 18.09.2024)
21. आईआरएफसी में आयोजित हिंदी कविता पाठ प्रतियोगिता – 2024 (दिनांक: 19.09.2024)
22. हिंदी कार्यशाला – 2024 (दिनांक: 25.09.2024) की झलकियाँ
23. आईआरएफसी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक (दिनांक: 25 सितंबर, 2024)
24. आईआरएफसी में स्वच्छता अभियान 4.0 के तहत शपथ ग्रहण समारोह (दिनांक: 25 सितंबर, 2024)
25. आईआरएफसी में एक पेड़ माँ के नाम अभियान के अंतर्गत अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, निदेशक (वित्त) और अन्य उच्चाधिकारियों द्वारा पौधारोपण (दिनांक: 26 सितंबर, 2024)
26. राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त की जयंती के उपलक्ष्य में – लेख
27. योग बनाम जिम: कौन बेहतर है? – लेख
28. बुरी लत और सच्चा मित्र – कहानी
29. आयुर्वेद की 100 जानकारी

मुख्य संरक्षक

श्री मनोज कुमार दूबे
अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक

प्रधान संपादक

अजय स्वामी
महाप्रबंधक (वित्त)

संपादक

अजय कक्कड़
कनिष्ठ प्रबंधक (प्रशासन)

उप संपादक

पुष्पिंदर कौर
हिंदी परामर्शदाता

सहायक

रोहन श्रीवास्तव
हिंदी अनुवादक

अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक की कलम से



आईआरएफसी की हिंदी की छमाही ई-पत्रिका "उड़ान" का छठा अंक आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे अत्यंत प्रसन्नता हो रही है।

सर्वप्रथम मैं आप सबको "हिंदी दिवस" की हार्दिक शुभकामनाएं देता हूँ। राजभाषा हिंदी के प्रयोग-प्रसार के लिए अपना अधिकाधिक कार्य हिंदी में करना हमारा नैतिक कर्तव्य ही नहीं अपितु सांविधिक दायित्व भी है। आईआरएफसी अपनी व्यावसायिक एवं सांस्कृतिक गतिविधियों के साथ - साथ राजभाषा

हिंदी के उत्तरोत्तर प्रयोग-प्रसार के लिए भी पूरी निष्ठा से प्रयासरत है। हम राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय द्वारा जारी वार्षिक कार्यक्रम में निर्धारित लक्ष्यों का भी शत-प्रतिशत अनुपालन करने के लिए कृतसंकल्प हैं।

किसी भी कार्यालय में हिंदी पत्रिकाएं प्रकाशित करने का मुख्य उद्देश्य कार्मिकों की हिंदी के प्रति रुचि बढ़ाना तथा उनकी लेखन प्रतिभा को उजागर करना है। आईआरएफसी की इस छमाही ई-पत्रिका "उड़ान" में आईआरएफसी के कार्मिकों और उनके परिवारजनों द्वारा लिखित मौलिक रचनाओं को समाविष्ट किया गया है। इस प्रकार आईआरएफसी इस पत्रिका के माध्यम से अपने अधिकारियों/कर्मचारियों की रचनात्मक क्षमता को बढ़ाने के साथ-साथ उन्हें अपना अधिकाधिक कार्य हिंदी में करने के लिए प्रेरित और प्रोत्साहित भी कर रही है। इस ई-पत्रिका के माध्यम से हम राजभाषा हिंदी के प्रयोग-प्रसार को बढ़ाने के साथ-साथ कंपनी की व्यावसायिक, सांस्कृतिक, कल्याणकारी गतिविधियों तथा उपलब्धियों की भी जानकारी देने का प्रयास करते हैं।

यह अत्यंत प्रसन्नता की बात है कि आईआरएफसी के राजभाषा विभाग द्वारा छमाही ई-पत्रिका "उड़ान" का नियमित रूप से प्रकाशन किया जा रहा है। मैं इस ई-पत्रिका के संपादक मंडल तथा प्रकाशन से जुड़े कर्मियों को शुभकामनाएं देता हूँ तथा मैं इस ई-पत्रिका के उज्वल भविष्य की कामना करता हूँ।

मनोज डूबे

- श्री मनोज कुमार डूबे
अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक

संदेश

आईआरएफसी की हिंदी की ई-पत्रिका "उड़ान" का नवीन अंक अपने सुधी पाठकों को समर्पित करते हुए मुझे अपार प्रसन्नता हो रही है।

कंपनी अपने व्यावसायिक हितों तथा निगमित दायित्वों का ध्यान रखते हुए राजभाषा हिंदी के प्रति अपने संवैधानिक दायित्वों का निर्वाह करने के लिए भी प्रतिबद्ध है।

इस अंक में आईआरएफसी में संपन्न हिंदी सप्ताह - 2024 के अवसर पर आयोजित किए गए विभिन्न कार्यक्रमों और अन्य गतिविधियों जैसे सुलेख प्रतियोगिता, स्लोगन प्रतियोगिता, कविता प्रतियोगिता, पुरस्कार वितरण समारोह और हिंदी कार्यशाला आदि कार्यक्रमों की झलकियां भी दी गई हैं। किसी भी समाज के समृद्ध विकास के लिए स्त्री उसका आधार स्तंभ होती है। इस अंक में अंतर्राष्ट्रीय बेटी दिवस, अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस, स्वास्थ्य, यात्रा संस्मरण, राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त की जयंती के उपलक्ष्य में उनके जीवन परिचय के बारे में रोचक और ज्ञानवर्धक सामग्री के साथ आईआरएफसी के कार्मिकों तथा उनके परिवारजनों द्वारा लिखित कविताओं/रचनाओं को भी शामिल किया गया है। निश्चय ही इससे आईआरएफसी में हिंदी के प्रयोग-प्रसार को बढ़ावा मिलेगा।

मुझे आशा है कि "उड़ान" ई-पत्रिका का यह अंक आपको अवश्य पसंद आएगा। पत्रिका को और भी रोचक और ज्ञानवर्धक बनाने के लिए आपके बहुमूल्य सुझावों का स्वागत है।



(अजय स्वामी)

महाप्रबंधक (वित्त और मानव संसाधन एवं प्रशासन)

प्रसन्नता, खुशी, हर्ष सभी मन को अच्छे लगने वाले शब्द हैं, और इनका अनुभव भी एक सकारात्मक ऊर्जा का संचार हमारे हृदय में करता है। मन खुश तो हम भी खुश-खुश। यदि हम विचार करें तो पाएंगे कि वास्तव में प्रसन्नता या खुशी का एक निश्चित पैमाना नहीं है। क्या है खुशी? वास्तव में हमारी खुशी का पता हमारी मानसिकता में दिया है।

व्यक्ति की मानसिकता, उसके स्वभाव को ढालने का एक महत्वपूर्ण घटक है। इसे ऐसे भी कहा जा सकता है कि जिसकी जैसी मानसिकता उसका वैसा स्वभाव। मानसिकता ही वह तत्व है जो मानव की समाज और परिवार में भागीदारी सुनिश्चित करता है।

मनोवैज्ञानिकों ने एक मानसिकता त्रय बताया है:-

बहुतायत मानसिकता	विकास मानसिकता	तय मानसिकता
------------------	----------------	-------------

तय मानसिकता (Fixed Mindset) वाले लोग अपनी क्षमता को सीमित मानते हैं। उनका मानना है कि व्यक्ति की बौद्धिक क्षमता निश्चित होती है। वे चुनौतियों को स्वीकार करने से पीछे हट जाते हैं। उन्हें अपनी कम्फर्ट जोन से बाहर निकलना मुश्किल लगता है और वे नई चीजें सीखने से चूक जाते हैं।

मनोवैज्ञानिकों ने शोध से पता लगाया है कि हमारी बुद्धिमानी को (Intelligence) को विकसित किया जा सकता है।

कैरोल ड्वेक ने विकसित मानसिकता या ग्रोथ माइंडसेट की अवधारणा दी। उन्होंने कई अध्ययन किए जिसमें सामने आया कि चुनौतियों का डटकर मुकाबला करने वाले बच्चों का मानना था कि वे और बेहतर कर सकते हैं। इस माइंडसेट का सीखने पर बहुत असर पड़ता है। विकास मानसिकता वाले परीक्षा में अच्छे अंक लाते हैं और जीवन की चुनौतियों से घबराते नहीं। उनके भाव व विचार अधिक स्थिर होते हैं। वे साहसी होते हैं और मुश्किल विषयों को या विषम परिस्थितियों को चुनौती मानकर ज्यादा मेहनत करते हैं। ग्रोथ माइंडसेट वाले नई चुनौतियां लेना और नई चीजें सीखना एंजाय करते हैं।

बच्चों को और अभिभावकों को समझना होगा कि कम्फर्ट जोन से बाहर आने पर ही कुछ सीखा जा सकता है।

नया सीखने के लिए, नया अनुभव लेना होता है। यदि फेल हो गए या कुछ गलती हो गई तो उस गलती से हमें कुछ सीखने का मौका मिलेगा और नया सीखने से ही आत्मविश्वास बढ़ेगा।

अच्छा रिजल्ट लाना या सफल होने पर फोकस करना भी जरूरी है परन्तु सफल होना ही सब कुछ नहीं होता, सफल होने की कोशिश करना और कोशिश पर ध्यान देना ज्यादा जरूरी है। यदि सिर्फ परिणाम के बारे में ही सोचेंगे तो सीखने की और काम करने की कोशिश, दोनों ही प्रभावित होंगी। हां यदि कोशिश पर ध्यान देंगे तो परिणाम कुछ भी हो, आंतरिक खुशी और आत्मिक सन्तुष्टि अवश्य प्राप्त होगी।

तय मानसिकता एक बन्धन	<ul style="list-style-type: none">• मुझसे तो गलती हो गई।• मैं नहीं कर सकता।• यह कार्य अच्छे से नहीं हुआ।• मेरी क्षमता नहीं है।• यह बहुत मुश्किल है।
विकास मानसिकता स्वतंत्रता है।	<ul style="list-style-type: none">• गलतियों से मैं सीखता हूं।• मैं अपना प्रयास करूंगा।• क्या यह मेरा सर्वश्रेष्ठ कार्य है।• मैं अन्य तरीका अपनाता हूं।• मैं प्रैक्टिस से बेहतर करूंगा।

- सुश्री राखी गोयल
पत्नी श्री सुनील कुमाल गोयल
(समूह महाप्रबंधक (वित्त)
और मुख्य वित्त अधिकारी)

वर्ष 2024-25 में आईआरएफसी में हिन्दी के प्रयोग-प्रसार के लिए विशेष प्रयास किए जा रहे हैं जो इस प्रकार हैं:-

1. आईआरएफसी में गृह मंत्रालय (राजभाषा विभाग) के निर्देशानुसार प्रत्येक तिमाही में राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठकों का नियमित रूप से आयोजन किया जाता है।
2. आईआरएफसी के अधिकारियों/कर्मचारियों को हिंदी में कार्य करने के लिए प्रेरित करने और उन्हें हिंदी-अंग्रेजी शब्दों/वाक्यांशों की जानकारी देने के लिए हिंदी कार्यशालाओं का प्रत्येक तिमाही में नियमित रूप से आयोजन किया जाता है।
3. आईआरएफसी में गृह मंत्रालय (राजभाषा विभाग) के निर्देशानुसार 17.09.2024 से 20.09.2024 तक हिंदी सप्ताह/पखवाड़ा का आयोजन किया गया जिसमें विभिन्न कार्यक्रम तथा प्रतियोगिताएं जैसे हिंदी सुलेख प्रतियोगिता, हिंदी चित्र वर्णन प्रतियोगिता, हिंदी स्लोगन प्रतियोगिता तथा हिंदी कविता पाठ प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं तथा प्रतिभागियों को प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय पुरस्कार से सम्मानित किया गया।
4. गृह मंत्रालय की व्यक्तिगत नकद पुरस्कार योजना के अंतर्गत पिछले 3 वर्षों में 4 कर्मचारियों को इस योजना के तहत अपना अधिकाधिक कार्य हिंदी में करने के लिए 3000-3000 रु. के नकद पुरस्कार से सम्मानित किया गया।
5. सितंबर 2021 से आईआरएफसी की हिंदी की छमाही ई-पत्रिका "उड़ान" का प्रकाशन शुरू किया गया जिसमें आईआरएफसी के कर्मिकों और उनके परिवारजनों की मौलिक रचनाओं, कंपनी की उपलब्धियों तथा अन्य उपयोगी जानकारी को समाहित किया गया है। अभी तक "उड़ान" पत्रिका के 5 अंकों का प्रकाशन किया जा चुका है। छठा अंक भी तैयार कर लिया गया है।
6. गृह मंत्रालय और रेल मंत्रालय द्वारा अपेक्षित तिमाही/छमाही रिपोर्ट तैयार करके भिजवाना।
7. उच्चाधिकारियों द्वारा दिए जाने वाले हिंदी भाषण तैयार करना।
8. रेलवे संबंधी स्थायी समिति के अध्ययन दौरे के दौरान आईआरएफसी द्वारा उपलब्ध करवाए जाने वाले तात्कालिक दस्तावेजों का तुरंत द्विभाषीकरण करना।
9. आईआरएफसी की लगभग 300 पृष्ठ की वार्षिक रिपोर्ट का द्विभाषीकरण।
10. नराकास के अधीनस्थ कार्यालयों द्वारा आयोजित विभिन्न प्रशिक्षण कार्यक्रमों में कर्मचारियों को नामित करना।
11. आईआरएफसी के दैनिक उपयोग में आने वाले मानक नेमी पत्रों फॉर्मों तथा करारों के हिंदी अनुवाद करवा कर टैम्पलेट रूप में उपलब्ध करवाया गया है ताकि नेमी पत्र द्विभाषी रूप में जारी किए जा सकें।
12. आईआरएफसी को नराकास द्वारा वर्ष 2021-22 के लिए शील्ड सम्मान पुरस्कार और 2022-23 के लिए संयुक्त हिंदी सम्मेलन के आयोजन तथा गृह-पत्रिका "उड़ान" के प्रकाशन के लिए "शील्ड पुरस्कार सम्मान" से सम्मानित किया गया है। इस प्रकार आईआरएफसी को नराकास से लगातार 2 वर्षों से शील्ड पुरस्कार सम्मान से सम्मानित किया जा रहा है।

कविता

वृथा कल्पना

वृथा कल्पना से आंदोलित/ग्रस्त हृदय को
समझाऊँ कैसे....

हवा के झोंकों से बिखर जायेगा बसेरा
घर बनाया तिनको से बचाऊँ कैसे

मन था उन्मुक्त गगन का पंछी,
पंख पसारे उड़ता था....

अहलादित मयूर सा नर्तन करता था....
तूने कैसे बांधा प्रेम प्रसंग में ये व्यथा बताऊँ
कैसे....

आशादित सकुचित नयन अधरों पर लिए
मधुरिम मुस्कान
यौवन उसका मेरी कल्पना का आधार.....
हृदय में उठ रहे उन्माद को
जग को दिखाऊँ कैसे....

आशा के घर से सिंचित कल्पना का शिखर.....
आकुल अभिलाषाओं से अलंकृत मेरा मन जैसे
मरुथल में बसंत
अन्तस में उठ रही पीड़ा को दर्शाऊँ कैसे....
वृथा कल्पना से आन्दित हृदय को समझाऊँ
कैसे....

- श्री देवाशिष राउत
उप महाप्रबंधक (वित्त)

कविता

श्याम दीवानी

एक रंग में मुझको रंग दे, जो हो तेरे मन का
न हो गोरा न हो काला, हो बस तेरे रंग का

श्वेत-श्याम सी चूनर ओढे जग-मग प्यारी
गुप-चुप करे ठिठोली मुझ संग सखियां सारी
कोई कहे मुझे राधा प्यारी
कोई कहे बरसाने वाली.

मैं बोली मैं हुई श्याम की
मैं हूँ श्यामा प्यारी

डाँट-झपट मोहे मैया रोके
कहे बाबा से करूँ शिकायत
लोक-लाज तज हुई बावरी
बनवारे की हुई साँवरी
कान्हाँ की हुई मैं दीवानी.....

- श्री देवाशिष राउत
उप महाप्रबंधक (वित्त)

धरती पर बढ़ता गर्मी का सवाल,
हर कोना लूट रहा, जलवायु का हाल।
पेड़-पौधें हैं, तो ताजगी की बात,
हरित परिवेश में मिलेगी, राहत ही राहत।

नदियां सूख रही हैं, हवा भी है गंदी,
ग्लोबल वार्मिंग का असर हर जगह मंदी।
चाहिए हमें एक हरा सपना 2056,
धरती का रंग हो हरियाली से सजा।

हरित ऊर्जा का अपनाएं मार्ग,
प्लास्टिक की हो छुट्टी, ये हो लक्ष्य।
सौर और पवन की शक्ति हो स्वीकार,
हरित संसार का हो जीवन-आदर।

सूरज की तपिश को बढ़ने से बचाएं,
हरे पेड़ों की छांव में शांति पाएं।
जलवायु का बिगड़ना भी है गहरा संकट,
सभी मिलकर करें हरी दुनिया का संकल्प।

पृथ्वी को दें बचाने का संकल्प,
स्वच्छ हवा और नीला आसमान, यही है वचन।
धरती की सुंदरता को बचाना है हमें,
हरित भविष्य की ओर कदम बढ़ाना है हमें।

- श्री अमन जैन
सहायक प्रबंधक (वित्त)

आज के युग में महिलाओं ने सभी क्षेत्रों में उल्लेखनीय सफलता प्राप्त की है। बदलती सामाजिक धारणाएं, शिक्षा के अवसर और उनकी उपलब्धियां हमें यह विश्वास दिलाती है कि कोई भी बाधा उन्हें उनके लक्ष्यों की ओर बढ़ने से नहीं रोक सकती।

शिक्षा और करियर में सफलता

पारंपरिक सोच की सीमाओं को पार करते हुए, महिलाओं ने शिक्षा और करियर में अद्वितीय सफलता प्राप्त की है। आज की महिला न केवल उच्च शिक्षा ग्रहण कर रही है बल्कि उसने विभिन्न पेशेवर क्षेत्रों में भी उत्कृष्टता प्राप्त की है। शिक्षा की ऊंचाइयों को छूने के साथ-साथ, महिलाएं नेतृत्व के पदों पर भी अपनी छाप छोड़ रही हैं। आज अनेक प्रमुख भूमिकाओं में महिलाओं की बढ़ती संख्या यह दर्शाती है कि वे किसी भी चुनौती का सामना कर सकती हैं और सफलता की ऊंचाइयों तक पहुंच सकती हैं।

उद्यमिता और व्यापार में प्रगति

उद्यमिता के क्षेत्र में भी महिलाओं ने अपनी क्षमता साबित की है। उनकी सोच, परिश्रम और नवाचार ने व्यापार जगत में एक नई दिशा दी है। छोटे पैमाने पर शुरू करके बड़ी कंपनियां खड़ी करने की कहानियां यह दर्शाती हैं कि महिलाओं की सृजनात्मकता और व्यावसायिक समझ से उनके सपनों को साकार किया जा सकता है।

सामाजिक परिवर्तन और राजनीति

महिलाओं ने समाज के विभिन्न क्षेत्रों में भी महत्वपूर्ण परिवर्तन लाए हैं। सामाजिक मुद्दों पर अपनी आवाज उठाने वाली महिलाओं ने न केवल सामाजिक जागरूकता बढ़ाई है बल्कि नीति निर्धारण में भी सक्रिय भूमिका निभाई है।

खेल और सांस्कृतिक क्षेत्र में प्रेरणा

इन क्षेत्रों में भी महिलाओं ने अपना नाम चमकाया है। सानिया मिर्जा, पी.वी. सिंधु और मीराबाई चानू जैसी खेलकूद की दिग्गजों ने वैश्विक मंच पर भारत का मान बढ़ाया है। इनके संघर्ष और समर्पण ने यह प्रमाणित किया है कि महिलाओं की ताकत और आत्मविश्वास उन्हें किसी भी क्षेत्र में सफलता दिला सकते हैं। इसी तरह सिनेमा और कला की दुनिया में भी महिलाएं अपनी कला और क्रिएटिविटी के माध्यम से दर्शकों को प्रभावित कर रही हैं।

निष्कर्ष

आज के युग में महिलाएं हर क्षेत्र में शानदार सफलता प्राप्त कर रही हैं। उनकी मेहनत, लगन और आत्मविश्वास ने यह साबित किया है कि वे किसी भी चुनौती का सामना कर सकती हैं और सपनों को पूरा कर सकती हैं। समाज में महिलाओं की सफलता न केवल उनकी व्यक्तिगत उपलब्धि है, बल्कि यह पूरे समाज की प्रगति का प्रतीक भी है। उनके द्वारा किए गए प्रयास और उनके द्वारा प्राप्त की गई सफलताएं हमें प्रेरित करती हैं कि हम भी अपने सपनों को पूरा करने के लिए कठोर मेहनत करें और कभी हार न मानें। महिलाओं की यह प्रेरणादायक यात्रा निश्चित रूप से आने वाली पीढ़ियों के लिए एक मिसाल बनेगी।

- सुश्री साक्षी सैनी
सहायक प्रबंधक (वित्त)

भाषा की सरलता, सहजता और शालीनता अभिव्यक्ति को सार्थकता प्रदान करती है। हिंदी ने इन पहलुओं को खूबसूरती से समाहित किया है।

- प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी

लाल रंग के आसमान पर लाल चिरैया देखी है,
ऊँचे पेड़ पर जिसका घोंसला वो गौरैया देखी है।

एक शाम थी एक भोर थी दोनों मिलकर बैठे थे,
तू जाये तो मैं आऊँगी आपस में वो कहते थे,
कभी ना देखी पहले वो अद्भुत गलबईया देखी है,
लाल रंग के आसमान पर लाल चिरैया देखी है।

लाल रंग की उजलाहट प्रत्येक दिशा में छायी थी,
मैं अजय, अमर, अद्भुत अम्बर हूँ कहने को वो आयी थी,
अंधेरे में गर्म प्रकाश की नरम बिछैया देखी है,
लाल रंग के आसमान पर लाल चिरैया देखी है।

धीरे-धीरे ढल रही लाली, लाल लाल उजियारा सी,
आज अलग सी बात है इसमें, कुछ मनभावन प्यारी सी,
चटक रोशनी में चलती ठंडी पुरवईया देखी है।
लाल रंग के आसमान पर लाल चिरैया देखी है,
ऊँचे पेड़ पर जिसका घोंसला वो गौरैया देखी है।

- सुश्री सरिता
पत्नी श्री दिलीप कुमार
वरिष्ठ सहायक (वित्त)

राष्ट्र की एकता को यदि बनाकर रखा जा सकता है
तो उसका माध्यम हिंदी ही हो सकती है।

- सूब्रह्मण्यम भारती

प्यारे-प्यारे माता-पिता,
उनके जैसा ना फरिश्ता कोई।

प्यार मिला उनसे इतना,
जिसका कोई जवाब नहीं।

ऐसा लगता जैसे मेरे,
भगवान आस-पास है कोई।

प्यारे-प्यारे माता-पिता,
उनके जैसा ना फरिश्ता कोई।

सारा दुख-दर्द वो हर लेते,
करते ना सवाल कोई।

उनके रहते ना कोई चिन्ता,
सारे गम भुला मैं देता।

उनको देते जो भगवान का दर्जा,
घर से जाती ना उनके खुशियां।

सर पर हाथ जब फेरते मेरे,
मिल गए हो जैसे सुखों के ढेरे।

प्यारे-प्यारे माता-पिता,
उनके जैसा ना फरिश्ता कोई।

भरी तिजोरी करू मैं क्या,
साथ ना हो जब माता-पिता।

दुखों को पास ना आने देते,
जब दो लब प्यार के बोलते।
पास में मेरे बैठते जब वे,
मिलते मुझे खुशियों के खजाने।

आंखें नम हो जाती उनकी,
दर्द में मुझको जब वो देखते।

प्यारे-प्यारे माता-पिता,
उनके जैसा ना फरिश्ता कोई।

घर से दूर अगर जाते कभी वो,
तो घर में हो जाती भरपूर्ण उदासी।

मन ना लगता एक पल भी मेरा,
जब वो रहते मुझसे दूर।

जिसने ना देखा भगवान कभी,
मां-बाप को जानले एक बार सभी।

भगवान नजर आयेगा उनमें,
लालसा रहेगी कभी ना कोई।

प्यारे-प्यारे माता-पिता,
उनके जैसा ना फरिश्ता कोई।

- श्री अंशुल वर्मा
सहायक (वित्त)

पूरे विश्व में वर्ष 2007 से प्रतिवर्ष सितंबर माह में अंतर्राष्ट्रीय बेटी दिवस मनाया जाता है। बेटियों के लिए हर देश में एक दिन समर्पित किया गया है। हर देश में डॉटर्स/बेटी दिवस अलग-अलग दिन मनाया जाता है। भारत में यह दिवस 22 सितंबर, 2024 को मनाया गया था। इस दिन का उद्देश्य बेटी, बेटियों, बालिकाओं के मुद्दे पर विचार करके उनकी भलाई की ओर सक्रिय कदम बढ़ाना और जिस समाज में बेटी/स्त्री या महिलाओं को पुरुष से कमतर माना जाता है, उस समाज में बदलाव लाया जाए।

वर्तमान समय में भी रूढ़िवादी विचारधारा के चलते आज भी कई जगहों पर बाल विवाह, कन्या भ्रूण हत्या जैसे कृत्य सरेआम किए जाते हैं। उन्हें कोख में ही मार दिया जाता है, अतः ऐसी छोटी सोच से बेटियों को बचाने और उन्हें सम्मान दिलाने के लिए तथा लोगों को जागरूक करने के लिए कि बेटियों/लड़कियों को भी लड़कों की तरह समान अधिकार और अवसर मिलने चाहिए और इसी सोच के साथ देश व दुनिया में हर साल सितंबर में अंतर्राष्ट्रीय बेटी दिवस मनाया जाता है।

यह दिन हमें यह अहसास करवाता है कि एक सुदृढ़ समाज के निर्माण में बेटियां भी उतनी ही मूल्यवान और आवश्यक हैं जितने कि बेटे। उन्हें भी बेटों के समान उचित शिक्षा, प्यार और आत्मनिर्भर बनने के अवसर दिए जाने चाहिए। हमें समाज में लिंग के आधार पर भेदभावपूर्ण रवैया रखने वाली मानसिकता को बदलना होगा। बेटियां ही उन्नत समाज और सुखद पारिवारिक जीवन का आधार होती हैं। यह भी सत्य है कि अभी भी हमारे समाज में बेटियों के साथ भेदभाव किया जाता है। बचपन से माता पिता के घर को संवारने और खुशियों से भर देने वाली बेटी आज भी ससुराल तथा पुरुष प्रधान समाज में अपना सम्मानपूर्वक स्थान पाने के लिए संघर्षरत है। दहेज प्रथा के नाम पर अभी भी बेटियों के साथ अन्यायपूर्ण व्यवहार हो रहा है। पढी लिखी और अच्छे पद पर कार्यरत बेटी को भी ससुराल में वह मान-सम्मान प्राप्त नहीं होता जो उसी घर में बेटे को दिया जाता है। मकान को घर बनाने और खुशियां भर देने वाली बेटी अभी भी अपनी खुशियों से महरूम है।

भले ही आधुनिक कहे जाने वाले समाज में काफी बदलाव हुए हैं। घर की चारदीवारी से निकलकर बेटियां उच्च शिक्षा प्राप्त करके डॉक्टर, इंजीनियर, सांइटिस्ट, पायलट बन गई हैं परंतु पुरुष प्रधान समाज में आज भी वह अपनी सुरक्षा को लेकर चिंतित है। शादी के बाद ससुराल में पूर्ण समर्पित होकर वह जीवन में आए इस बदलाव को स्वीकार करती हैं और एक अच्छी पत्नी, बहु, माँ, भाभी बनकर निष्ठापूर्वक अपने कर्तव्यों का वहन करती हैं। इसके बावजूद भी वह भेदभाव, यौन उत्पीड़न, घरेलू हिंसा का शिकार होती रहती है। परिवार की इज्जत की खातिर अपना सर्वस्व न्यौछावर कर देती हैं परंतु फिर भी उन्हें वह सम्मान नहीं मिल पाता जिसकी वह अधिकारी है क्यों कि पुरुष प्रधान समाज में पुरुष वर्चस्व अवधारणा की जड़ें इतनी गहरी हैं कि अभी भी उन्हें कोई बदलाव स्वीकार्य नहीं है।

केंद्र सरकार और राज्य सरकारों ने बेटियों के उज्वल भविष्य के लिए कई योजनाएं भी बनाई हैं। इनमें से कुछ योजनाएं इस प्रकार हैं:

1. **बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ** – बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ केंद्र सरकार की योजना है जो पूरे देश में लागू है। इस योजना का शुभारंभ माननीय प्रधानमंत्री जी नरेंद्र मोदी ने 22 जनवरी, 2015 को हरियाणा के पानीपत में किया था। इस योजना का मुख्य उद्देश्य लैंगिक भेदभाव को समाप्त करना है। लैंगिक भेदभाव के कारण बेटियों को गर्भ में ही मार दिया जाता है। इस तरह से इस सामाजिक कुरीतियों से बेटी को आजाद कराते हुए उन्हें बेटों के बराबर शिक्षा प्रदान कराना ही प्रमुख उद्देश्य है। इस योजना की शुरुआत ऐसे जिलों से की गई थी जहाँ पर बेटों की तुलना में बेटियों की संख्या काफी कम थी।

2. **सुकन्या समृद्धि योजना** – सुकन्या समृद्धि योजना भारत सरकार द्वारा चलाई जा रही एक विशेष प्रकार की बचत योजना है। इस योजना का लाभ एक परिवार की अधिकतम दो बेटियां ले सकती है। इस योजना के तहत बेटी का सुकन्या समृद्धि योजना के तहत खाता खुलवाना होता है जिसमें सालाना 250 रु. से लेकर 1.50 लाख रूपये तक जमा किया जा सकता है। इस योजना का लाभ 10 वर्ष तक की सभी बेटियां ले सकती है। सुकन्या समृद्धि योजना के तहत खाते में 15 वर्षों तक मासिक योगदान करने की आवश्यकता होती है। इस योजना के तहत योगदान की रकम बहुत ही कम रखी गई है। इस खाते में मासिक न्यूनतम 21 रु से लेकर 12500 रु. तक जमा किया जा सकता है।

3. **बालिका समृद्धि योजना** - बालिका समृद्धि योजना केंद्र सरकार की एक छात्रवृत्ति योजना है जो गरीबी रेखा के नीचे जीवन यापन करने वाली युवा लड़कियों और उनके माताओं को सहायता प्रदान करती है। इस योजना का प्रमुख उद्देश्य गरीब परिवार की बेटी की समाज में आर्थिक स्थिति को ऊपर उठाना है। साथ ही लड़कियों के विवाह की आयु को आगे बढ़ाते हुए स्कूल कालेजों में दाखिला को बढ़ावा देना है।

4. सीबीएसई उड़ान योजना - सीबीएसई उड़ान योजना केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड द्वारा मानव संसाधन विकास मंत्रालय, भारत सरकार के सहयोग से चलाई जाती है। इस योजना का फोकस पूरे भारत में प्रतिष्ठित इंजीनियरिंग और तकनीकी कालेजों में लड़कियों के एडमिशन को बढ़ावा देना है।

5. भाग्य लक्ष्मी योजना - यूपी सरकार द्वारा भाग्य लक्ष्मी योजना का संचालन किया जा रहा है। इस योजना के तहत बेटी के जन्म पर 5100 रु. की तात्कालिक सहायता राशि दी जाती है। साथ ही बेटी के बड़े होने पर समय - समय पर अन्य किस्तों का भुगतान होता है। इस योजना के तहत बेटी के 21 वर्ष की आयु पूर्ण होने पर माता - पिता को कुल 200000 (दो लाख) रु. की आर्थिक सहायता प्रदान की जाती है। समाज में आज भी बेटियों के लिए नकारात्मक सोच रखी जाती है , जिस कारण से आज भी समाज में भ्रूण हत्या जैसे गंभीर अपराध हो रहे है। इन्ही सब सोच को दूर करने के उद्देश्य से यूपी सरकार के द्वारा इस योजना का क्रियान्वयन किया जा रहा है।

6. मुख्य मंत्री कन्या विवाह योजना - बेटी के द्वारा 18 वर्ष की आयु पूर्ण कर लेने पर राज्य सरकार द्वारा बेटी के विवाह हेतु 50000 रु. की सहायता राशि दी जाती है। इस योजना का लाभ छत्तीसगढ़ राज्य की कोई भी बेटी जो विवाह के योग्य हो वह उठा सकती है। इस योजना को सामूहिक विवाह भी कहा जाता है। इस योजना के तहत एक साथ एक ही मंडप पर सैकड़ों बेटियों का सामाजिक रीति रिवाज से विवाह कराया जाता है। इस योजना के तहत मिलने वाले 50000 रु. की सहायता राशि का खर्च विभाग द्वारा विवाह सामग्री एवं अन्य उपहार हेतु खर्च किया जाता है।

इसके अतिरिक्त कुछ अन्य योजनाएं भी हैं जैसे कि लाडली योजना और कन्या कोष योजना, मुख्य मंत्री राजश्री योजना, आंगनबाड़ी लाभार्थी योजना, भाग्य श्री योजना, और माजी कन्या भाग्य श्री योजना आदि जो बेटियों के कल्याण के लिए बनाई गई हैं।

यह हम सबका कर्तव्य है कि हम समाज की लैंगिक भेदभाव की कुंठित मानसिकता को दूर करके बेटी को एक स्वस्थ, शिक्षित तथा सुदृढ़ समाज दें। जहां वह सुरक्षित और सम्मानित महसूस कर सके तथा अपने सपनों की उड़ान को नई उचाईयां दे सके। यह भी सत्य है कि बेटा मिला भाग्य से तो बेटी मिली सौभाग्य से।

आइए, एक सुंदर, शिक्षित तथा स्वस्थ समाज के निर्माण में भागीदार बनें तथा अपनी बेटी को वह सब खुशियां दें जिसकी वह अधिकारी है।

- श्री अजय कक्कड़
कनिष्ठ प्रबंधक (प्रशासन)

भारत के दक्षिण पश्चिम छोर पर यह प्रदेश बहुत ही सुन्दर और हरा भरा है। पिछले वर्ष मुझे सपरिवार इस प्रदेश की यात्रा करने का अवसर मिला। ये यात्रा मेरी अति सुखद और यादगार यात्रा रही।

कोची ऐरनाकुलम सटे हुए दो शहर, केरल के बड़े शहर हैं, ये तटीय शहर हैं। कोची हवाई अड्डे पर उतर कर हम मुन्नार की ओर चल दिये। 4-5 घंटे ये पहाड़ की यात्रा बड़ी सुखद लगी। नीलगिरि पर्वत की चढ़ाई पर सड़क के दोनों ओर के दृश्य अति मनोहारी हैं। निचले पहाड़ों पर अधिकतर चीड़ के बड़े बड़े वृक्ष और केले के पेड़ों के झुंड नज़र आते हैं। कुछ ऊँचाई पर पंहुचकर लगभग 2500 फुट के बाद ढलानों पर चाय के बाग़ान शुरू हो जाते हैं। चाय बाग़ान ऐसे लगते हैं मानो दूर दूर तक प्रकृति ने हरी हरी मेज़े लगा रक्खी हों और पाइन के पेड़ छतरी बने खड़े हों। चाय के ये बाग़ान बहुत सुन्दर दृश्य प्रस्तुत करते हैं बीच में ही कहीं चाय की फैक्ट्री भी दिखाई देती हैं। मुन्नार के पास एक चाय का म्यूज़ियम है जहाँ मुन्नार के चाय के इतिहास, चाय के प्रकार, चाय के लाभ और चाय की पत्तियों के प्रौसैसिंग की पूरी जानकारी दी जाती है। यहाँ से हमने विभिन्न प्रकार की चाय खरीदी।

यहाँ से कुछ दूरी पर मैट्टपट्टम डैम और रैसरवायर भी देखे जहाँ नौकाविहार का आनन्द लिया जा सकता है। मुन्नार शहर लगभग 6000 फीट की ऊँचाई पर स्थित है, यह चाय बाग़ानों का मुख्य केन्द्र है। यहाँ मौसम हमेशा सुहावना बना रहता है। पर्यटकों के आने से इस छोटे से शहर में छोटे बड़े बहुत से होटल व रैस्टोरेंट बन गये हैं। पर्यटकों के आने से स्थानीय लोगों को रोज़गार के अवसर मिले हैं। यहाँ से कुछ दूर रोज़ गार्डन हैं इस मौसम में गुलाब तो कम थे पर अन्य पुष्पों लताओं की बेशुमार किस्में बड़े करीने से पहाड़ी ढलानों पर उगाई गई थी। हज़ारों गमलों में विभिन्न प्रकार के क्रौटन और फूल लगे थे। इन सुन्दर दृश्यों का शब्दों में वर्णन करना कठिन है।

रास्ते भर प्राकृतिक सौंदर्य का आनन्द लेते हुए हम ऐलैप्पी पंहुच गये। ऐलैप्पी से ही गर्मी की शुरुआत हो गई थी। तापमान लगभग 30 डिग्री सै. के आसपास था। यहाँ हाउसबोट में हमें लगभग 24 घंटे रहना था। हाउसबोट का डैक बहुत सुन्दर था। रसोई भी आधुनिक उपकरणों से सज्जित साफ सुथरी थी। अगले एक दिन केवल इसी रसोई में पका भोजन हमें उपलब्ध था। हमने 2 कमरों वाली हाउसबोट ली थी।

हाउस बोट के डैक पर बैठकर हम केरल की विशेषता बैकवाटर में भ्रमण करने का आनन्द लेते रहे और बाहर के दृष्य देखकर मंत्रमुग्ध होते रहे। बोट में खाते पीते बातें करते तस्वीरें खींचते समय तेज़ी से बीत गया। हाउसबोट चलती रही ऐलैप्पी शहर के दर्शन करते रहे। यहाँ भी मोटरबोट से स्थानीय यातायात होता है क्योंकि बैकवाटर की बहुत सी धारायें हैं जो सड़क का काम देती हैं। छोटी छोटी नावों से भी लोग इधर से उधर आते जाते रहते हैं। हाउसबोट को रात में कहीं दूर ले जाकर लंगर डाल दिया जाता है। हाउसबोट में रहकर पर्यटक बहुत आनन्दित होते हैं। कई हाउसबोट दोमज़िली भी होती हैं। बैकवाटर के तटों से छोटे छोटे घर, झोंपड़े, नारियल और केले के पेड़ों के झुंड दिखते रहते हैं। आगे जाकर बैकवाटर का फैलाव बहुत बढ़ जाता है और चारों तरफ पानी ही पानी दिखाई देता है। हाउसबोट का ये मनोरम अनुभव बहुत ही अनूठा था।

ऐलैप्पी से हमें कोवलम जाना था। कोवलम तक के रास्ते में, तटीय मैदान में नारियल, रबड़ और केले के सघन जंगल सड़क के दोनों ओर दिखते रहे। उत्तर भारत के लोगों के लिये इतनी हरियाली देखना, बिना धूल का सफर भी एक अनोखा अनुभव होता है। त्रिवेन्द्रम या तिरुवनन्तपुरम एक बड़ा शहर है, केरल की राजधानी है। यहाँ आधुनिक और पुरानी बहुत सुन्दर इमारतें दिखी, पहली बार केरल में बहुमंज़िला रिहायशी और कार्यालयों के ऊँचे ऊँचे कुछ टॉवर दिखे। कोची हवाई अड्डे से हम सीधे मुन्नार चले गये थे इसलिये पहली बार केरल के किसी बड़े शहर से गुज़रे। केरल से कुछ ही दूर कोवलम बीच पर हमारे रहने का प्रबन्ध एक रेसोर्ट में था। यह रेसोर्ट समुद्र के बहुत पास था। कमरे की बाल्कनी से स्विमिंग पूल दिखता था, विदेशी सैलानी मस्ती कर रहे थे। कभी कुछ नौजवान साथी वाटर वॉली बॉल जैसा कुछ खेल रहे थे। स्विमिंग पूल भी नारियल के पेड़ों से घिरा हुआ था। शाम के समय बीच पर लहरों के साथ समय गुज़ारा। यहाँ की रेत बहुत साफ है और उसमें काली रेत भी आती है। काली रेत इस बीच को एक अलग पहचान देती है। यहाँ बीच पर खाने पीने के कोई स्टॉल न होने के कारण सफाई बनी रहती है। आस पास कुछ रेस्टोरेंट और हस्तशिल्प के सामान की दुकानें हैं।

केरल की भाषा मलयालम है। थोड़ी बहुत हिन्दी अंग्रेज़ी से काम चल जाता है। ये लोग मृदुभाषी व ईमानदार हैं। पर्यटकों की मदद करने के लिये तत्पर रहते हैं और इसी के साथ हमारी यात्रा यहीं समाप्त हुई।

- श्रीमती प्रीति रानी
सहायक (प्रशासन)

आईआरएफसी में 21 जून, 2024 को संपन्न अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की झलकियाँ



हिंदी कार्यशाला – 2024 (दिनांक: 21.06.2024) की झलकियाँ



आईआरएफसी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक (दिनांक: 28 जून, 2024)



आईआरएफसी की 37वीं वार्षिक आम बैठक (दिनांक: 29 अगस्त, 2024)



आईआरएफसी कार्यालय में गणेश चतुर्थी के अवसर पर गणेश जी का विसर्जन (दिनांक: 13.09.2024)



हिंदी दिवस समारोह – 2024 एवं चतुर्थ अखिल भारतीय राजभाषा सम्मेलन (14-15 सितंबर, 2024)



आईआरएफसी में हिंदी सप्ताह का शुभारंभ – 2024
(17.09.2024 से 20.09.2024)



आईआरएफसी में आयोजित हिंदी सुलेख प्रतियोगिता – 2024
(दिनांक: 17.09.2024)



आईआरएफसी में आयोजित हिंदी चित्र वर्णन प्रतियोगिता – 2024 (दिनांक: 18.09.2024)



**आईआरएफसी में आयोजित हिंदी कविता पाठ प्रतियोगिता –
2024 (दिनांक: 19.09.2024)**



हिंदी कार्यशाला – 2024 (दिनांक: 25.09.2024) की झलकियाँ



आईआरएफसी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक (दिनांक: 25 सितंबर, 2024)



आईआरएफसी में स्वच्छता अभियान 4.0 के तहत शपथ ग्रहण समारोह (दिनांक: 25 सितंबर, 2024)



आईआरएफसी में एक पेड़ माँ के नाम अभियान के अंतर्गत अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, निदेशक (वित्त) और अन्य उच्चाधिकारियों द्वारा पौधारोपण (दिनांक: 26 सितंबर, 2024)



“राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त”

आधुनिक हिंदी काव्य के निर्माता राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त का जन्म 03 अगस्त, 1866 में चिरगांव, झांसी, उत्तर प्रदेश में हुआ था। इनके पिता का नाम सेठ रामचरण दास और माता का नाम काशी बाई था। हिंदी साहित्य के इतिहास में वह खड़ी बोली के प्रथम महत्वपूर्ण कवि थे। उन्होंने अपनी कविता के माध्यम से खड़ी बोली को एक काव्य भाषा के रूप में स्थापित करने का अथक प्रयास किया।

उनके काव्य में राष्ट्रीय चेतना, धार्मिक भावना और मानवीय उत्थान प्रतिबिंबित होते हैं। उनकी कृतियों में देश का अतीत, वर्तमान और भविष्य बोलता है। वह मानववादी, नैतिक और सांस्कृतिक काव्यधारा के विशिष्ट कवि थे। मैथिलीशरण गुप्त की रचनाओं में उनका राष्ट्रप्रेम परिलक्षित होता है। गुप्त जी की रचनाओं ने देश के नौजवानों को स्वतंत्रता संग्राम में शामिल होने के लिए प्रेरित किया:

“जो भरा नहीं है भावों से जिसमें बहती रसधार नहीं
वह हृदय नहीं है पत्थर है जिसमें स्वदेश का प्यार नहीं।”

उनकी कृति भारत भारती (1912) भारत के स्वतंत्रता संग्राम के समय में काफी प्रभावशाली सिद्ध हुई। यह उन दिनों राष्ट्रीय स्वतंत्रता संग्राम का घोषणा पत्र बन गई थी। इसलिए महात्मा गांधी ने उन्हें राष्ट्रकवि की पदवी दी थी। उनकी रचनाओं में नारी के त्याग, संघर्ष और शोषण का भी बहुत हृदयस्पर्शी वर्णन किया गया है।

“अबला जीवन हाय तेरी यही कहानी
आंचल में है दूध और आंखों में पानी”

उनकी जयंती 03 अगस्त को हर वर्ष कवि दिवस के रूप में मनाया जाता है। उन्हें साहित्य जगत में ‘ददा’ नाम से भी संबोधित किया जाता था। 1948 में आगरा विश्वविद्यालय से डी.लिट. की उपाधि से भी सम्मानित किया गया। सन 1953 में भारत सरकार ने उन्हें “पद्म भूषण” से सम्मानित किया। तत्कालीन राष्ट्रपति डॉ. राजेंद्र प्रसाद ने सन 1962 में इन्हें अभिनंदन ग्रंथ भेंट किया तथा यह हिंदू विश्वविद्यालय से डी.लिट. की उपाधि से सम्मानित किए गए।

उनकी कुछ प्रमुख रचनाएं इस प्रकार हैं: साकेत, यशोधरा, भारत-भारती, पंचवटी, नहुष, जयद्रथ वध, झंकार, त्रिपथगा, कुणाल गीत, द्वापर, काबा और कर्बला आदि।

12 दिसंबर, 1964 को दिल का दौरा पड़ने से हिंदी साहित्य का जगमगाता तारा अस्त हो गया।

जीवन का उद्देश्य समझाती उनकी बेहद लोकप्रिय कविता के कुछ अंश इस प्रकार हैं:

“नर हो, न निराश करो मन को”

नर हो, न निराश करो मन को
कुछ काम करो, कुछ काम करो
जग में रह कर कुछ नाम करो
यह जन्म हुआ किस अर्थ अहो
समझो जिसमें यह व्यर्थ न हो
कुछ तो उपयुक्त करो तन को
नर हो, न निराश करो मन को
सँभलो कि सुयोग न जाए चला
कब व्यर्थ हुआ सदुपाय भला
समझो जग को न निरा सपना
पथ आप प्रशस्त करो अपना
अखिलेश्वर है अवलंबन को
नर हो, न निराश करो मन को

- पुष्पिंदर कौर
हिंदी परामर्शदाता
पूर्व उप निदेशक/रेलवे बोर्ड

योग बनाम जिम: कौन बेहतर है?

स्वास्थ्य और फिटनेस के प्रति जागरूकता बढ़ने के साथ लोग अपनी जीवन शैली में शारीरिक गतिविधियों को शामिल करने के लिए प्रेरित हो रहे हैं।

इसमें सबसे लोकप्रिय विकल्प योग और जिम है। दोनों ही फिटनेस के अलग-अलग दृष्टिकोण प्रदान करते हैं और उनके अपने अलग-अलग लाभ हैं।

❖ योग के फायदे:

1. **मानसिक शांति और तनावमुक्ति:** योग सिर्फ शारीरिक व्यायाम नहीं है; यह मानसिक शांति और ध्यान केंद्रित करने में भी मदद करता है। योगासन, प्राणायाम और ध्यान के माध्यम से मन की शांति प्राप्त होती है और तनाव कम होता है।
2. **लचीलापन और संतुलन:** योग शरीर के लचीलेपन को बढ़ाता है और मांसपेशियों को सुंतलित करता है। इससे जोड़ों की गतिशीलता बढ़ती है और चोट लगने की संभावना कम होती है।
3. **आयुर्वेदिक दृष्टिकोण:** योग प्राकृतिक तरीके से शरीर और मन को स्वस्थ रखने की कोशिश करता है। इसमें किसी भी प्रकार की मशीनों या कृत्रिम सप्लीमेंट्स की आवश्यकता नहीं होती।

❖ जिम के फायदे:

1. **मांसपेशियों का विकास:** जिम में वेट ट्रेनिंग और कार्डियों वर्कआउट्स के माध्यम से मांसपेशियों को मजबूत और विकसित किया जा सकता है।
2. **वजन घटाने में सहायक:** जिम के उच्च तीव्रता वाले वर्कआउट्स तेजी से वजन घटाने में मदद करते हैं। यह कैलोरी बर्न करने का एक प्रभावी तरीका है।
3. **कार्डियोवस्कुलर स्वास्थ्य:** जिम में किए जाने वाले कार्डियों वर्कआउट्स जैसे ट्रेडमिल, साइकिलिंग और रोइंग हार्ट हेल्थ के लिए फायदेमंद होते हैं। ये वर्कआउट्स हृदय की क्षमता को बढ़ाते हैं।

निष्कर्ष: योग और जिम दोनों ही फिटनेस के बेहतरीन तरीके हैं। आपके व्यक्तिगत लक्ष्य और प्राथमिकताएं निर्धारित करेंगी कि कौन सा तरीका आपके लिए बेहतर है।

चाहें आप योग चुनें या जिम, सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि आप नियमित रूप से शारीरिक गतिविधियां करें और स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं।

- लोकेश नाहटा
परामर्शदाता (सीएस)

बुरी लत और सच्चा मित्र

एक गांव में रोहित और मोहित नाम के दो मित्र रहते थे। उनकी दोस्ती बहुत गहरी थी दोनों बहुत समझदार थे। अध्यापक भी उनसे बहुत प्यार करते थे। एक दिन रोहित ने देखा कि मोहित कुछ लड़कों के साथ कक्षा से बाहर घूम रहा था। रोहित ने बोला मोहित तुम इस समय यहां क्या कर रहे हो? मोहित ने बोला की रोहित देखो यह मेरे नए दोस्त गगन और रमन है और बोला गगन यह है मेरा परम मित्र रोहित। फिर रोहित बोला चलो अब कक्षा में चलते हैं। दोनों कक्षा की ओर जाने लगे तभी रोहित बोला कि यह दोनों बहुत खराब हैं पढ़ते लिखते नहीं हैं सारा दिन घूमते हैं और सब से लड़ाई झगड़ा करते हैं। मोहित बोला लेकिन यह अब सुधर गए हैं। रोहित और मोहित कक्षा में भी उन दोनों के बारे में बात कर रहे थे। यह देखकर अध्यापक ने पूछा क्या हुआ तो रोहित ने उन्हें सारी बात बता दी अध्यापक बोले मोहित जिस प्रकार कुत्ते की पूंछ कभी सीधी नहीं हो सकती ठीक उसी प्रकार गगन और रमन भी कभी सुधर नहीं सकते लेकिन मोहित ने किसी की कोई बात नहीं मानी और उन दोनों के साथ बहुत रहने लगा और पढ़ाई पर जरा सा भी ध्यान नहीं दे रहा था। यह देखकर रोहित बहुत परेशान था परंतु क्या करता मोहित तो उसकी कोई बात ना मानता था।

एक दिन जब वह विद्यालय के लिए आ रहे थे तो रोहित ने मोहित से कहा कि इस बार नौवी की परीक्षा में पूरी किताब आने वाली है। कल अध्यापक ने बताया था और छमाही परीक्षा में आधी किताब आएगी लेकिन मोहित ने उसकी बातों को अनसुना कर दिया और अपने उन नए दोस्तों के पास चला गया। कक्षा में बस्ता रखते ही घुमने के लिए चला गया और बहुत देर बाद आता है तो अपने बस्ते में कुछ रखता है। वह कुछ नशीले पदार्थ रख रहा था जैसे ही वह फिर से अपने उन नए दोस्तों के पास जाता है। तुरंत ही रोहित उसके बैग में जाकर देखता है तो सच में उसके बैग में बीड़ी और ड्रग्स जैसे नशीले पदार्थ रखे थे। यह देखकर उसने फिर से मोहित को समझाने की कोशिश की परंतु मोहित ने फिर से उसकी बातें टाल दी और उसे भला बुरा कह कर चला गया रोहित को बहुत बुरा लगा उसने अपने अध्यापक को सारी बात बताई तो अध्यापक ने कहा कि तुम चिंता मत करो बस जैसा मैं कहूं वैसा करो। रोहित बोला जी जरूर अध्यापक ने कहा कुछ महीने बाद छमाही परीक्षा होने वाली है तो मैं प्रधानाचार्य जी से बात करके कुछ योजना बनाता हूं तुम्हें भी मेरा साथ देना होगा रोहित बोला जी बिल्कुल तो फिर जैसा मैं कहूं वैसा करो रोहित बोला ठीक है फिर रोहित घर चला गया और अगले दिन कक्षा में जाते ही बोला मुझे सूचना मिली है कि छमाही परीक्षा अगले महीने में ही होगी तो सभी तैयारी शुरू कर दें यहां केवल हमारे विद्यालय में ही होगा। फिर अध्यापक ने भी आकर यही बताया और कहा यह नौवी कक्षा के लिए बहुत महत्वपूर्ण है।

है। सभी छात्र परेशान थे परंतु मोहित को तो मानो सब कुछ आता हो हमेशा घूमता रहता, नशा करता और सब से लड़ता रहता कुछ दिन बाद परीक्षा का दिन आ गया सभी छात्र परीक्षा शुरू कर चुके थे परंतु मोहित इधर-उधर देख रहा था फिर परिणाम का दिन आ गया रोहित मोहित के पास गया और देखा कि मोहित रो रहा था। यह देखकर रोहित की भी आंखें भर आई वह मोहित के पास गया और बोला मोहित रो क्यों रहे हो तब मोहित रोते हुए बोला रोहित मैं फेल हो गया। मेरे माता-पिता को यह पता चलेगा तो वह मुझे बहुत मारेंगे। मुझे तो लगता है कि वह मुझे दोबारा पढ़ने भी नहीं देंगे। रोहित बोला अब रोने से कुछ नहीं होगा अब तुम अपने उन दोस्तों के पास जाओ और नशा करो मैं कुछ नहीं कर सकता अब जो किया है वह भरो अब वह और भी तेजी से रोने लगा और बोला मुझे माफ कर दो रोहित मैं उन लोगों की बातों में आकर तुमसे बुरे तरीके से बात किया और तुमसे दोस्ती भी तोड़ दी। मुझे माफ कर दो फिर अध्यापक और प्रधानाचार्य जी भी आ गए। मोहित बहुत डर गया लेकिन यह क्या वह तो आकर हंसने लगे। मोहित ने कहा आप हंस क्यों रहे हो फिर रोहित ने कहा मोहित तुम्हें सही रास्ते पर लाने के लिए परीक्षा से पहले परीक्षा ली ताकि तुम्हें समझ आए कि तुम कितने गलत रास्ते पर चल रहे थे और तुम्हारा इससे कितना नुकसान हो रहा था। मोहित बोला मतलब यह छमाही परीक्षा नहीं है फिर तीनों लोग साथ बोले हां यह छमाही परीक्षा नहीं है।

यह सुनकर मोहित बहुत खुश हुआ रोहित बोला देखो मोहित इसलिए कहते हैं बुरी संगत और बुरी लत दोनों ही विनाशकारी होती है अब वादा करो कि तुम नशीले पदार्थ को हाथ नहीं लगाओगे और अच्छे से पढ़ोगे और अच्छे बच्चों से दोस्ती करोगे तो हम सब पढ़ने में तुम्हारी मदद करेंगे। मोहित बोला हां जरूर मैं वादा करता हूं रोहित मुझे माफ कर दो। तुम्हीं हो मेरे सच्चे मित्र धन्यवाद मुझे सही रास्ते पर लाने के लिए।

- सुश्री प्रिया पान्डेय
पुत्री श्री श्रवण पान्डेय
कॉन्ट्रैक्ट कर्मचारी

आयुर्वेद की 100 जानकारी जिसका ज्ञान सबको होना चाहिए

1. योग, भोग और रोग ये तीन अवस्थाएं हैं।
2. लकवा - सोडियम की कमी के कारण होता है।
3. हाई वी पी में - स्नान व सोने से पूर्व एक गिलास जल का सेवन करें तथा स्नान करते समय थोड़ा सा नमक पानी में डालकर स्नान करें।
4. लो बी पी - सेंधा नमक डालकर पानी पीयें।
5. कूबड़ निकलना- फास्फोरस की कमी।
6. कफ - फास्फोरस की कमी से कफ बिगड़ता है, फास्फोरस की पूर्ति हेतु आर्सेनिक की उपस्थिति जरूरी है। गुड व शहद खाएं।
7. दमा, अस्थमा - सल्फर की कमी।
8. सिजेरियन आपरेशन - आयरन, कैल्शियम की कमी।
9. सभी क्षारीय वस्तुएं दिन डूबने के बाद खायें।
10. अम्लीय वस्तुएं व फल दिन डूबने से पहले खायें।
11. जम्भाई- शरीर में आक्सीजन की कमी।
12. जुकाम - जो प्रातः काल जूस पीते हैं वो उस में काला नमक व अदरक डालकर पियें।
13. ताम्बे का पानी - प्रातः खड़े होकर नंगे पाँव पानी ना पियें।
14. किडनी - भूलकर भी खड़े होकर गिलास का पानी ना पिये।
15. गिलास एक रेखीय होता है तथा इसका सर्फेसटेन्स अधिक होता है। गिलास अंग्रेजो (पुर्तगाल) की सभ्यता से आयी है अतः लोटे का पानी पियें, लोटे का कम सर्फेसटेन्स होता है।
16. अस्थमा , मधुमेह , कैंसर से गहरे रंग की वनस्पतियाँ बचाती हैं।
17. वास्तु के अनुसार जिस घर में जितना खुला स्थान होगा उस घर के लोगों का दिमाग व हृदय भी उतना ही खुला होगा।
18. परम्परायें वहीं विकसित होंगीं जहाँ जलवायु के अनुसार व्यवस्थायें विकसित होंगीं।

19. पथरी - अर्जुन की छाल से पथरी की समस्यायें ना के बराबर है।
20. RO का पानी कभी ना पियें यह गुणवत्ता को स्थिर नहीं रखता। कुएँ का पानी पियें। बारिश का पानी सबसे अच्छा, पानी की सफाई के लिए सहिजन की फली सबसे बेहतर है।
21. सोकर उठते समय हमेशा दायीं करवट से उठें या जिधर का स्वर चल रहा हो उधर करवट लेकर उठें।
22. पेट के बल सोने से हर्निया, प्रोस्टेट, एपेंडिक्स की समस्या आती है।
23. भोजन के लिए पूर्व दिशा , पढाई के लिए उत्तर दिशा बेहतर है।
24. HDL बढ़ने से मोटापा कम होगा LDL व VLDL कम होगा।
25. गैस की समस्या होने पर भोजन में अजवाइन मिलाना शुरू कर दें।
26. चीनी के अन्दर सल्फर होता है जो कि पटाखों में प्रयोग होता है, यह शरीर में जाने के बाद बाहर नहीं निकलता है। चीनी खाने से पित्त बढ़ता है।
27. शुक्रोज हजम नहीं होता है फ्रेक्टोज हजम होता है और भगवान् की हर मीठी चीज में फ्रेक्टोज है।
28. वात के असर में नींद कम आती है।
29. कफ के प्रभाव में व्यक्ति प्रेम अधिक करता है।
30. कफ के असर में पढाई कम होती है।
31. पित्त के असर में पढाई अधिक होती है।
32. आँखों के रोग - कैटेक्टस, मोतियाबिन्द, ग्लूकोमा, आँखों का लाल होना आदि ज्यादातर रोग कफ के कारण होता है।
33. शाम को वात-नाशक चीजें खानी चाहिए।
34. प्रातः 4 बजे जाग जाना चाहिए।
35. सोते समय रक्त दबाव सामान्य या सामान्य से कम होता है।
36. व्यायाम - वात रोगियों के लिए मालिश के बाद व्यायाम, पित्त वालों को व्यायाम के बाद मालिश करनी चाहिए। कफ के लोगों को स्नान के बाद मालिश करनी चाहिए।
37. भारत की जलवायु वात प्रकृति की है, दौड़ की बजाय सूर्य नमस्कार करना चाहिए।
38. जो माताएं घरेलू कार्य करती हैं उनके लिए व्यायाम जरूरी नहीं।
39. निद्रा से पित्त शांत होता है, मालिश से वायु शांति होती है, उल्टी से कफ शांत होता है तथा उपवास (लंघन) से बुखार शांत होता है।

40. भारी वस्तुयें शरीर का रक्तदाब बढ़ाती है , क्योंकि उनका गुरुत्व अधिक होता है ।
41. दुनियां के महान वैज्ञानिक का स्कूली शिक्षा का सफ़र अच्छा नहीं रहा, चाहे वह 8 वीं फेल न्यूटन हों या 9 वीं फेल आइस्टीन हों।
42. माँस खाने वालों के शरीर से अम्ल-स्राव करने वाली ग्रंथियाँ प्रभावित होती हैं।
43. तेल हमेशा गाढ़ा खाना चाहिए सिर्फ लकड़ी वाली घाणी का, दूध हमेशा पतला पीना चाहिए।
44. छिलके वाली दाल-सब्जियों से कोलेस्ट्रॉल हमेशा घटता है।
45. कोलेस्ट्रॉल की बढ़ी हुई स्थिति में इन्सुलिन खून में नहीं जा पाता है। ब्लड शुगर का सम्बन्ध ग्लूकोस के साथ नहीं अपितु कोलेस्ट्रॉल के साथ है।
46. मिर्गी दौरे में अमोनिया या चूने की गंध सूँघानी चाहिए।
47. सिरदर्द में एक चुटकी नौसादर व अदरक का रस रोगी को सुंघायें।
48. भोजन के पहले मीठा खाने से बाद में खट्टा खाने से शुगर नहीं होता है।
49. भोजन के आधे घंटे पहले सलाद खाएं उसके बाद भोजन करें।
50. अवसाद में आयरन, कैल्शियम, फास्फोरस की कमी हो जाती है। फास्फोरस गुड़ और अमरुद में अधिक है।
51. पीले केले में आयरन कम और कैल्शियम अधिक होता है। हरे केले में कैल्शियम थोड़ा कम लेकिन फास्फोरस ज्यादा होता है तथा लाल केले में कैल्शियम कम आयरन ज्यादा होता है।
52. हर हरी चीज में भरपूर फास्फोरस होती है, वही हरी चीज पकने के बाद पीली हो जाती है जिसमे कैल्शियम अधिक होता है।
53. छोटे केले में बड़े केले से ज्यादा कैल्शियम होता है।
54. रसौली की गलाने वाली सारी दवाएँ चूने से बनती हैं।
55. हेपेटाइटिस A से E तक के लिए चूना बेहतर है।
56. एंटी टिटनेस के लिए हाईपेरियम 200 की दो-दो बूंद 10-10 मिनट पर तीन बार दें।
57. ऐसी चोट जिसमे खून जम गया हो उसके लिए नैट्रमसल्फ दो-दो बूंद 10-10 मिनट पर तीन बार दें । बच्चों को एक बूंद पानी में डालकर दें।
58. मोटे लोगों में कैल्शियम की कमी होती है अतः त्रिफला दें। त्रिकूट (सोंठ+कालीमिर्च+ मघा पीपली) भी दे सकते हैं।

59. अस्थमा में नारियल दें। नारियल फल होते हुए भी क्षारीय है। दालचीनी + गुड + नारियल दें।
60. चूना बालों को मजबूत करता है तथा आँखों की रोशनी बढ़ाता है।
61. दूध का सर्फेसटेंसेज कम होने से त्वचा का कचरा बाहर निकाल देता है।
62. गाय की घी सबसे अधिक पित्तनाशक फिर कफ व वायुनाशक है।
63. जिस भोजन में सूर्य का प्रकाश व हवा का स्पर्श ना हो उसे नहीं खाना चाहिए।
64. गौ-मूत्र अर्क आँखों में ना डालें।
65. गाय के दूध में घी मिलाकर देने से कफ की संभावना कम होती है लेकिन चीनी मिलाकर देने से कफ बढ़ता है।
66. मासिक के दौरान वायु बढ़ जाता है, दर्द की स्थिति में गर्म पानी में देशी घी दो चम्मच डालकर पियें।
67. रात में आलू खाने से वजन बढ़ता है।
68. भोजन के बाद बज्रासन में बैठने से वात नियंत्रित होता है।
69. भोजन के बाद कंघी करें कंघी करते समय आपके बालों में कंघी के दांत चुभने चाहिए। बाल जल्दी सफ़ेद नहीं होगा।
70. अजवाइन अपान वायु को बढ़ा देता है जिससे पेट की समस्यायें कम होती है।
71. अगर पेट में मल बंध गया है तो अदरक का रस या सोंठ का प्रयोग करें।
72. कब्ज होने की अवस्था में सुबह पानी पीकर कुछ देर एडियों के बल चलना चाहिए।
73. रास्ता चलने, श्रम कार्य के बाद थकने पर या धातु गर्म होने पर दार्यीं करवट लेटना चाहिए।
74. जो दिन मे दार्यीं करवट लेता है तथा रात्रि में बायीं करवट लेता है उसे थकान व शारीरिक पीडा कम होती है।
75. बिना कैल्शियम की उपस्थिति के कोई भी विटामिन व पोषक तत्व पूर्ण कार्य नहीं करते है।
76. स्वस्थ व्यक्ति सिर्फ 5 मिनट शौच में लगाता है।
77. भोजन करते समय डकार आपके भोजन को पूर्ण और हाजमे को संतुष्टि का संकेत है।
78. सुबह के नाश्ते में फल , दोपहर को दही व रात्रि को दूध का सेवन करना चाहिए।
79. रात्रि को कभी भी अधिक प्रोटीन वाली वस्तुयें नहीं खानी चाहिए। जैसे - दाल, पनीर, राजमा, लोबिया आदि।
80. शौच और भोजन के समय मुंह बंद रखें, भोजन के समय टी वी ना देखें।

81. मासिक चक्र के दौरान स्त्री को ठंडे पानी से स्नान, व आग से दूर रहना चाहिए।
82. जो बीमारी जितनी देर से आती है, वह उतनी देर से जाती भी है।
83. जो बीमारी अंदर से आती है, उसका समाधान भी अंदर से ही होना चाहिए।
84. एलोपैथी ने एक ही चीज दी है, दर्द से राहत। आज एलोपैथी की दवाओं के कारण ही लोगों की किडनी, लीवर, आंतें, हृदय खराब हो रहे हैं। एलोपैथी एक बीमारी खत्म करती है तो दस बीमारी देकर भी जाती है।
85. खाने की वस्तु में कभी भी ऊपर से नमक नहीं डालना चाहिए, ब्लड-प्रेसर बढ़ता है।
86. रंगों द्वारा चिकित्सा करने के लिए इंद्रधनुष को समझ लें, पहले जामुनी, फिर नीला अंत में लाल रंग।
87. छोटे बच्चों को सबसे अधिक सोना चाहिए, क्योंकि उनमें वह कफ प्रवृत्ति होती है, स्त्री को भी पुरुष से अधिक विश्राम करना चाहिए।
88. जो सूर्य निकलने के बाद उठते हैं, उन्हें पेट की भयंकर बीमारियां होती है, क्योंकि बड़ी आँत मल को चूसने लगती है।
89. बिना शरीर की गंदगी निकाले स्वास्थ्य शरीर की कल्पना निरर्थक है, मल-मूत्र से 5%, कार्बन डाई ऑक्साइड छोड़ने से 22 %, तथा पसीना निकलने लगभग 70 % शरीर से विजातीय तत्व निकलते हैं।
90. चिंता, क्रोध, ईर्ष्या करने से गलत हार्मोन्स का निर्माण होता है जिससे कब्ज, बवासीर, अजीर्ण, अपच, रक्तचाप, थायरॉयड की समस्या उत्पन्न होती है।
91. गर्मियों में बेल, गुलकंद, तरबूजा, खरबूजा व सर्दियों में सफ़ेद मूसली, सोंठ का प्रयोग करें।
92. प्रसव के बाद माँ का पीला दूध बच्चे की प्रतिरोधक क्षमता को 10 गुना बढ़ा देता है। बच्चों को टीके लगाने की आवश्यकता नहीं होती है।
93. रात को सोते समय सर्दियों में देशी मधु लगाकर सोयें त्वचा में निखार आएगा।
94. दुनिया में कोई चीज व्यर्थ नहीं , हमें उपयोग करना आना चाहिए।
95. जो अपने दुखों को दूर करके दूसरों के भी दुःखों को दूर करता है, वही मोक्ष का अधिकारी है।
96. सोने से आधे घंटे पूर्व जल का सेवन करने से वायु नियंत्रित होती है, लकवा, हार्ट-अटैक का खतरा कम होता है।

97. स्नान से पूर्व और भोजन के बाद पेशाब जाने से रक्तचाप नियंत्रित होता है।
98. तेज धूप में चलने के बाद, शारीरिक श्रम करने के बाद, शौच से आने के तुरंत बाद जल का सेवन निषिद्ध है।
99. त्रिफला अमृत है जिससे वात, पित्त, कफ तीनों शांत होते हैं। इसके अतिरिक्त भोजन के बाद पान व चूना।
100. इस विश्व की सबसे मँहगी दवा लार है, जो प्रकृति ने तुम्हें अनमोल दी है, इसे ना थूके।

- साभार

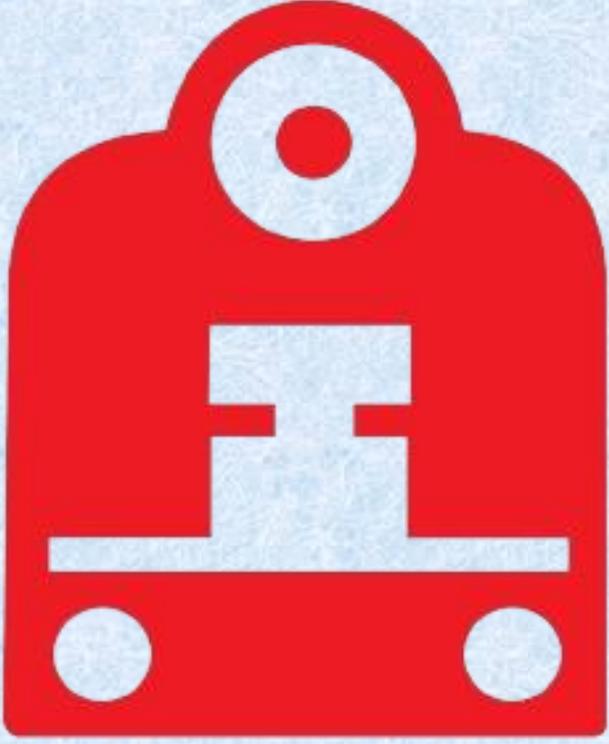
हिंदी वह भाषा है जो विभिन्न मातृभाषाओं रूपी फूलों को पिरोकर भारत माता के लिए सुंदर हार का सृजन करेगी।

- डॉ. जाकिर हुसैन

कोटि-कोटि कंठों की भाषा, जन गण की मुखरित अभिलाषा।
हिंदी है, पहचान हमारी, हिंदी हम सब की परिभाषा।

अनमोल वचन

1. देश के सबसे बड़े भू-भाग में बोली जाने वाली हिंदी ही राष्ट्रभाषा पद की अधिकारिणी है।
- नेताजी सूभाष चंद्र बोस
2. हिंदी उन सभी गुणों से अलंकृत है जिनके बल पर वह विश्व की साहित्यिक भाषाओं की अगली श्रेणी में सभासीन हो सकती है।
- मैथिलीशरण गुप्त
3. आप जिस तरह बोलते हैं, बात चीत करते हैं, उसी तरह लिखा भी कीजिए, भाषा बनावटी नहीं होनी चाहिए।
- महावीर प्रसाद द्विवेदी
4. हिंदी के जानदार भाषा है, वह जितनी बढ़ेगी उतना ही लाभ होगा।
- पंडित जवाहरलाल नेहरू
5. सरलता, बोध-गम्यता और शैली की दृष्टि से विश्व की भाषाओं में हिंदी महानतम स्थान रखती है।
- डॉ. अमरनाथ झा
6. हिंदी हिमालय से लेकर कन्याकुमारी तक व्यवहार में आने वाली भाषा है।
- राहुल सांकृत्यायन
7. जब तक आपके पास राष्ट्रभाषा नहीं, आपका कोई राष्ट्र भी नहीं।
- मुंशी प्रेमचंद
8. हमारी राष्ट्रभाषा की गंगा में देशी और विदेशी सभी शब्द मिलकर एक हो जाएंगे।
- डॉ. राजेन्द्र प्रसाद



इंडियन
रेलवे

फाइनेंस

कॉरपोरेशन

(भारत सरकार का उपक्रम)

भविष्य पथ पर