



व्याणी

वर्ष : 33 अंक 124-125 (संयुक्तंक)
जनवरी - जून 2020



इण्डियन ओवरसीज़ बैंक की
तिमाही गृह पत्रिका



गतिविधियाँ



श्री पार्थ प्रतिम सेनगुप्ता ने दिनांक 24.07.2020 को हमारे बैंक के एमडी व सीईओ के रूप में पदभार ग्रहण कर लिया है। उन्होंने हमारे मुम्बई क्षेत्रीय कार्यालय में अपनी नई जिम्मेदारी ग्रहण की। हमारे नए एमडी व सीईओ महोदय का आइओबी परिवार में हार्दिक स्वागत है।

संस्थापक दिवस के अवसर पर हमारे बैंक के संस्थापक श्री एम सीटी एम. चिदम्बरम चेट्टियार की प्रतिमा पर माल्यार्पण किया हमारे एमडी व सीईओ महोदय श्री कर्नम शेखर ने। साथ में हैं कार्यपालक निदेशक द्वय श्री के स्वामीनाथन एवं श्री अजय कुमार श्रीवास्तव।



इसी अवसर पर संस्थापक के छायाचित्र पर पुष्पमाला आच्छादित करते हुए हमारे एमडी व सीईओ श्री कर्नम शेखर महोदय।



दृश अंक में



वाणी

वर्ष: 33 अंक 124-125 (संयुक्तांक) जनवरी - जून 2020

इण्डियन ओवरसीज़ बैंक की तिमाही गृह पत्रिका

सदेश

कार्यपालक निदेशक का संदेश	3
महा प्रबंधक का संदेश	4

संपादकीय

भाषा का प्रयोग ही भाषा की सेवा	5
--------------------------------	---

विशेष आलेख

गौरव- गाथा वाणी की	6
--------------------------	---

बैंकिंग व अन्य लेख

डिजिटल बैंकिंग में साइबर क्राइम से बचने....	9
योग – एक स्वस्थ जीवन शैली	14
नई सरकारी योजनाओं के अमल में सरकारी....	23
बैंकों में बढ़ती धोखाधड़ियाँ : रोकथाम के उपाय	42

कविता

वजूद मेरा पहचान मेरी	13
ईर्ष्या	19
बेवक्त	19

छंदधनुष

महर्षि स्वामी दयानंद सरस्वती - 2	20
----------------------------------	----

फीटी फीचर

बधाई हो !	25
संस्थापक दिवस के अवसर पर....	26

नज़र कानूनी

क्या पत्नी मांग सकती है पति के बैंक	33
--	----

प्रदक्षिणा

बारह ज्योतिर्लिंगों में से एक – भीमाशंकर	36
--	----

साहित्य का सफरनामा

निडर और निर्भीक शायर – डॉ. राहत इंदौरी	38
--	----

स्वास्थ्य संपदा

कोरोना वायरस : बचाव कैसे करें	45
-------------------------------	----

परिक्रमा

नयनाभिराम शहर शिमला	49
---------------------	----

विविधा

प्रतिस्पंदन	8
प्रेरक प्रसंग	28
ज्ञान के मोती	31
हँसी की फुलझड़ियाँ	32
काव्य कुँज	47
वर्ग पहेली – XVI	48



'वाणी' पत्रिका बैंक के ऑनलाइन
यानि इंटरनेट पर भी उपलब्ध है

125 वां
अंक

वाणी

वर्ष : 33 अंक 124-125 (संयुतांक)
जनवरी - जून 2020



इण्डियन ओवरसीज़ बैंक की
तिमाही गृह पत्रिका



मुख्य संरक्षक
कर्नम शेखर
एमडी व सीईओ



संरक्षक
अजय कुमार श्रीवास्तव
कार्यपालक निदेशक



परामर्शदाता
भुलन चन्द्र शर्मा
महा प्रबंधक



संपादक
सुरेश कुलकर्णी
सहायक महा प्रबंधक



अंक संपादक
व प्रकाशक
अलीम खान
वरिष्ठ प्रबंधक



तुम वहन कर सको जन-मन में मेरे विचार !
वाणी मेरी चाहिए तुम्हें क्या अलंकार ?

सम्पादन सहयोग
नेहा रंजन
सहायक प्रबंधक
केन्द्रीय कार्यालय



सम्पादन सहयोग
नगेंद्र कुमार सिंह
सहायक प्रबंधक
केन्द्रीय कार्यालय



सम्पादन सहयोग
शुभम दीक्षित
सहायक प्रबंधक
केन्द्रीय कार्यालय



मुद्रक

कृष्णराज प्रिंटर्स
36 देवराजन स्ट्रीट, रॉयपेट्टा
चेन्नै 600 014, तमिलनाडु
दूरभाष : 044-28481125

वाणी में प्रकाशित रचनाओं
में व्यक्त विचार लेखकों के
अपने निजी हैं।
बैंक का इनसे सहमत
होना ज़रूरी नहीं है।

पत्र व्यवहार का पता

इण्डियन ओवरसीज़ बैंक,
राजभाषा विभाग,
केन्द्रीय कार्यालय, 763 अण्णा साली,
चेन्नै 600 002
दूरभाष : 044-28519572
फ़ैक्स : 044-28551618
ई-मेल : official@jobnet.co.in

केवल आन्तर्द्विक वितरण हेतु

कार्यपालक निदेशक का संदेश

प्रिय साथियो,

हाल ही के नतीजों ने एक बार फिर से साबित कर दिया है कि लगन, मेहनत, प्रतिबद्धता, संयम एवं समर्पण के साथ की गई कोशिशें कभी नाकाम नहीं होतीं। मार्च 2020 के परिणामों से सिद्ध हो चुका है कि हम आइओबियन्स का कोई सानी नहीं है। हमने फिर से वह कर दिखाया है जो दूसरों के लिए एक सपना ही हो सकता है। कहा भी गया है कि -

**“लहरों से डर कर नौका पार नहीं होती,
कोशिश करने वालों की हार नहीं होती”**



लेकिन हमारी कोशिशें यहीं नहीं रुकनी चाहिए, बल्कि इन कोशिशों को और भी तेज़ करने की ज़रूरत है। वह इस लिए कि हमने नए वित्तीय वर्ष का एक पड़ाव (प्रथम तिमाही) पूरा कर लिया है और तीन पड़ाव पार करने और बाकी हैं। ये समय ठहरने और रुक कर सोचने का समय नहीं है। इस स्पर्धात्मक दौर में हमें बाज़ार में बने रहने के लिए अपनी रफ़्तार को बनाए रखना होगा। अपने प्रयासों के चलते हम पिछली तिमाही के दौरान फिसलनों को काफी हद तक रोकने में सफल रहे हैं, लेकिन इस तिमाही में और आने वाली तिमाही में स्थितियाँ आसान नहीं होंगी, क्योंकि इन आगामी निर्णायक तिमाहियों में हमें खातों को फिसलने से बचाने के साथ-साथ पुराने एनपीए की वसूली को भी लक्ष्यित करना होगा। हमें ये बात अपने ज़ेहन में बिठानी होगी कि प्रयासों में ज़रा सी भी शिथिलता या किर्कतव्यमूढता हमें अपने लक्ष्य से भटका सकती है। हमें पूरे दम-खम के साथ आगे बढ़ना है, जैसा कि हम अब तक करते आए हैं। कहा भी है - “जब राह हो कठोर, तो कठोर ही पाए ठौर”। लक्ष्य के साथ-साथ हमें भविष्यगत कुछ महत्वपूर्ण पहलुओं पर भी ध्यान देना है - जैसे कासा में बढ़ोत्तरी, एमएसएमई पोर्टफोलियो में वृद्धि, रिटेल ऋणों में संवर्धन, नई तकनीक में उन्नयन, डिजिटलाइजेशन में उत्थान, नई जमाओं का संग्रहण आदि के अलावा हमें अपने ग्राहक दायरे को बढ़ाना होगा।

हमें इस वर्ष में पिछले वर्ष की गलतियों से सीखते हुए नया खाका तैयार करना होगा, जो कि आने वाले दिनों में हमारे बैंक की दिशा और दशा तय करेगा। आप सभी जानते ही हैं कि ऋण जितने बड़े होंगे जोखिम भी उतना ही ज्यादा होगा। हमें अपने बैंक के जोखिम-स्तर को कम करना होगा। इसके लिए हमें अपना ध्यान खुदरा ऋणों, आवास ऋणों एवं एमएसएमई ऋणों की ओर केन्द्रित करना होगा ताकि जोखिम के स्तर को बढ़ाए बिना हम अपने अग्रिम पोर्टफोलियो को बढ़ा सकें। ऐसे में विद्यमान आवास ऋण एवं एमएसएमई उधारकर्ताओं को हमारे पैरा बैंकिंग उत्पादों का विपणन सोने पर सुहागा हो सकता है, आवश्यकता है तो बस इन संभावनाओं को हकीकत में परिवर्तित करने की।

निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए हमें रणनीतिगत तरीके से अपने लक्ष्यों और क्षमताओं का मूल्यांकन करना होगा। पहले दिन से ही संतुलित रूप से अपने लक्ष्यों की प्राप्ति की ओर प्रयास हमने शुरू किए थे जो आगे भी जारी रखने होंगे और ये सब केवल उत्कृष्ट एवं उत्तम ग्राहक सेवा के द्वारा ही संभव है। हमें अपनी ग्राहक सेवा को वैश्विक स्तर पर लाना होगा और बैंक को एक अच्छा कॉर्पोरेट बनाना होगा। इसके लिए हमें उतना ही प्रयत्न करना होगा, जितना कि बैंक के कारोबार के लिए करते हैं। हमें ऐसी ग्राहक सेवा देनी होगी, जिससे हम दूसरों के लिए मिसाल बन सकें। हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि अच्छे विपणन की शुरुआत मुस्कान के साथ होती है और इन सब के साथ ही हमें ग्राहकों के लिए शाखा परिसर को साफ-सुथरा तथा परिशुद्ध रखना बहुत ज़रूरी है ताकि ग्राहकों को एक अनुकूल माहौल मुहैया करवाया जा सके। जाने-माने बिज़नेस मैन और बर्कशायर हैथवे के अध्यक्ष और सीईओ 'वारेन बफेट' की पंक्ति के साथ अपनी बात को समाप्त करूँगा,

“किसी भी व्यवसाय में मुनाफा केवल उन ग्राहकों से आता है जो दोबारा आते हैं”

शुभकामनाओं सहित...

अजय कुमार श्रीवास्तव
कार्यपालक निदेशक





महा प्रबन्धक का संदेश

प्रिय साथियो

वाणी के माध्यम से मेरा ये आपसे पहला संवाद है, यह मेरे लिए अत्यंत गर्व का विषय है। मुझे इस बात की बेहद प्रसन्नता है कि वाणी का 125वां अंक प्रकाशित हो रहा है जिसके लिए प्रकाशन टीम, लेखक और हमारे सभी पाठक बधाई के पात्र हैं।



ऊर्जा एवं स्फूर्ति से भरपूर जनवरी और फरवरी माह हमेशा ही अपना एक विशेष महत्व रखते हैं। एक ओर 10 जनवरी को विश्व हिन्दी दिवस नव वर्ष के उल्लास में घुल-मिल जाता है तो वहीं दूसरी ओर ठीक एक महीने बाद 10 फरवरी को बैंक का स्थापना दिवस हमें अपने बैंक के मूल, उसके सिद्धांतों से जुड़ाव का अवसर भी प्रदान करवाता है। स्थापना किसी भी संस्थान के जन्म की, गठन की, सृजन की, नींव रखे जाने की वर्ष गाँठ है। जब हम किसी संस्थान की स्थापना की बात करते हैं तो ये चंद लोगों को जोड़ने, ईंट-गारे-सीमेंट से किसी इमारत खड़ा करने से कहीं बढ़ कर होती है। ये संस्थान की स्थापना से जुड़े आदर्शों, मूल्यों, नीतियों और उसके दृष्टिकोण के बारे में हैं। वास्तव में स्थापना दिवस खुद को संस्थान की नींव से जुड़ी इन कसौटियों पर कसने का दिवस है, स्वमूल्यांकन का दिवस है, लीक से विचलन में थिरता लाने का दिवस है और अपनी उपलब्धियों पर गौरवान्वित होने का दिवस है। इसी क्रम में हमारे बैंक की पहचान को चार दीवारी से बाहर जन समूह के बीच तक ले जाने के लिए हमारे राजभाषा परिवार द्वारा एक छोटी सी पहल की गई, जिसके तहत हमारे बैंक के स्थापना दिवस पर कई विद्यालयों में अनेकानेक बच्चों के लिए हिन्दी प्रतियोगिताओं का आयोजन तथा पुरस्कार वितरण किया गया, जिसके लिए मैं समस्त राजभाषा परिवार को बधाई देने चाहूँगा।

जैसा कि आप सभी जानते ही हैं कि वैश्विक महामारी कोविड 19 के चलते न केवल भारत अपितु सम्पूर्ण विश्व की अर्थव्यवस्था की गति मंद पड़ चुकी है। ऐसे चुनौती पूर्ण समय में माननीय प्रधानमंत्री जी का "आत्मनिर्भर भारत" का आह्वाहन एक अवसर की तरह है। हम छोटे और मझोले व्यापारियों, नए उद्यमियों को ऋण सुविधा प्रदान कर न केवल अपने बैंक के एमएसएमई पोर्टफोलियो का बढ़ा सकते हैं बल्कि राष्ट्र के विकास पथ के पथिक भी बन सकते हैं। एक वित्तीय संस्था होने की ज़िम्मेदारी निभा सकते हैं। साथियों आप जानते ही हैं कि हम सब अपने बैंक के कल्याण के लिए पूरी तरह से प्रतिबद्ध हैं। हमारे पास एक बेहतरीन टीम है और यदि हम मिलकर काम करें, तो ऐसी कोई चुनौती नहीं है, जिससे हम पार न हो सकें।

आप सभी अवगत हैं कि एक लंबे समय के बाद हमने स्वर्णिम प्रभात देखा है। लगातार 18 तिमाहियों के बाद हमने सफलता का स्वाद चखा है। मार्च 2020 को समाप्त तिमाही के लिए बैंक ने रु. 143.80 करोड़ का शुद्ध लाभ अर्जित किया है। ये समय विजय का समय है, उल्लास का समय है, लेकिन हमें अपनी मुट्टियाँ बांधे रखनी हैं, अपने कदमों की रफ्तार बनाए रखनी है। एक बार तट पर आ कर प्रयास छोड़ देना, हमें वापस लहरों में धकेल सकता है। ये वो समय है जब क्षितिज में सूर्य उगा भर ही है और हमें अपनी दृष्टि अपने लक्ष्य पर गड़ाए रखनी है, जोकि बड़े अंकों के साथ लाभार्जन पाना एवं अपने बैंक को पीसीए से बाहर लाना है। साथियों सभी को अपना-अपना योगदान लगातार देना है। ऋणों की वसूली एवं निगरानी पर पूर्ण ध्यान बनाए रखना है। सूक्ष्म, लघु तथा मझोले उद्योगों, कृषि क्षेत्र तथा रिटेल क्षेत्र में गुणवत्तात्मक उधार राशि में वृद्धि कर अधिकाधिक लाभार्जन बनाए रखना है। उच्चतम स्तर की ग्राहक सेवा तथा संतुष्टि प्रत्येक स्थिति में बनाए बनाए रखना है ताकि पुनः अपने बैंक को शीर्ष के बैंकों के बीच खड़ा कर सकें। मुझे आशा ही नहीं पूर्ण विश्वास है कि "एक जुट हो कर हम कर सकते हैं और हम करेंगे"।

शुभकामनाओं सहित,

भुवन चन्द्र शर्मा
महा प्रबन्धक





भाषा का प्रयोग ही भाषा की सेवा

आप पाठकों की प्रतिक्रियाओं और सुझावों से लबरेज मैं एक बार फिर अपनी पत्रिका के माध्यम से आप सभी के रूबरू हूँ। जैसा कि आपको विदित है कि बीती तिमाही हमारे लिए कई मायनों में खास थी, एक ओर जहाँ हमारे प्यारे बैंक ने 10 फरवरी को अपनी स्थापना के 83 वर्ष पूर्ण कर लिए तो वहीं दूसरी ओर इससे ठीक एक महीने पहले 10 जनवरी को हमने विश्व हिन्दी दिवस भी मनाया। मगर इस शोर-शराबे के बीच दबे पाँव एक और महत्वपूर्ण तिथि आई और गई हो गई। वो जितनी ही निःशब्दता ओढ़े आई उतनी ही नीरवता लपेटे हुए गुज़र गई। दरअसल मैं बात कर रहा हूँ सभी के चिंतन के निरपेक्ष पर धकेली हुई मातृभाषा की जो राष्ट्रभाषा और राजभाषा के शोर में कहीं न कहीं उपेक्षित सी रह जाती है। अगर क्षेत्रीय भाषाओं/ बोलियों की बात करें तो 2001 की जनगणना के आंकड़ों के अनुसार केवल भारतवर्ष में ही 122 प्रमुख भाषाएँ एवं 1599 अन्य भाषाएँ तथा बोलियों प्रचलित थीं। इन में से कितनी लुप्त हुई या अब प्रचलन में नहीं हैं यह खोज का विषय हो सकता है लेकिन जो बची हैं उनका संरक्षण अपने आप में एक चुनौतीपूर्ण कार्य है। भाषा केवल सम्प्रेषण का माध्यम भर ही नहीं होती, भाषा के समानान्तर एक संस्कृति फलती-फूलती है। ऐसे में क्षेत्रीय भाषाओं का विलोपन एक सम्पूर्ण संस्कृति का विलोपन है, जिसके संरक्षित और संवर्धित किया जाना चाहिए। भाषाओं के विलोपन की गंभीरता का अनुमान इसी बात से लगाया जा सकता है कि यूनेस्को के अनुसार अंडमान द्वीप की 'जारवा भाषा' को बोलने वालों की संख्या घट कर 'शून्य' हो गई है। क्षेत्रीय भाषाओं के विलोपन का मुख्य कारण उस माध्यम में शिक्षा का अभाव भी है, और ये अभाव ही आगे जा कर मातृभाषा के प्रयोग के लिए मानसिक-हीनता और संकोच को जन्म देता है। इस संदर्भ में डॉ राजेंद्र प्रसाद ने उचित ही कहा था "जिस देश को अपनी भाषा और साहित्य के गौरव का अनुभव नहीं है, वह उन्नत नहीं हो सकता"। लेकिन हाल ही के वर्षों में लोगों ने इस विषय की गंभीरता को समझते हुए इस क्षेत्र में कार्य आरंभ किया है और इसी क्रम में लोगों के बीच उनकी मातृभाषा के प्रति जुड़ाव को पोषित करने के उद्देश्य से हर वर्ष 21 फरवरी को अंतर्राष्ट्रीय मातृभाषा दिवस के रूप में मनाया जाता है।



अगर हम अंतर-राष्ट्रीय मातृभाषा दिवस की भूमिका की बात करें तो 21 फरवरी सन 1952 के दिन ढाका विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों और कुछ सामाजिक कार्यकर्ताओं ने अपनी मातृभाषा का अस्तित्व बनाए रखने, बांग्ला को आधिकारिक दर्जा देने एवं पाकिस्तान की भाषाई नीतियों के खिलाफ एक आंदोलन की शुरुआत की थी। ये विरोध प्रदर्शन जल्द ही नरसंहार में बदल गया जब तत्कालीन पाकिस्तान सरकार ने पुलिस को भीड़ पर गोलियाँ चलाने का आदेश दे दिया। इस घटना में 16 लोगों की मृत्यु हो बावजूद भी जब विरोध प्रदर्शन नहीं रुका तो अंत में तत्कालीन पाकिस्तान सरकार को बांग्ला भाषा का आधिकारिक दर्जा देना पड़ा। भाषाई आंदोलन में शहीद हुए युवाओं को श्रद्धांजलि स्वरूप यूनेस्को ने नवंबर 1999 में हुई जनरल कान्फ्रेंस में पहली बार 21 फरवरी 2000 को अंतर अंतर्राष्ट्रीय मातृभाषा दिवस के रूप में मनाने की घोषणा की थी और तब से ही 21 फरवरी विश्व भर में अंतर्राष्ट्रीय मातृभाषा दिवस के रूप में मनाया जा रहा है। इस वर्ष 20वें अंतर्राष्ट्रीय मातृभाषा दिवस की थीम "Indigenous languages matter for development, peacebuilding, and reconciliation (विकास, शांति एवं संधि में देशज भाषाओं के मायने)" थी। यूनेस्को के अनुसार विश्वभर में 6000 से अधिक भाषाएँ बोली जाती हैं जिनके संरक्षण और संवर्धन की आवश्यकता है। आइए हम सभी अपनी मातृभाषा को भी अन्य भाषाओं के समान सम्मान दें और अपनी बोलचाल में उनका प्रयोग करें। भाषा का प्रयोग ही भाषा की सेवा है। इस संदेश के लिखने तक हमारे बैंक के वित्तीय नतीजे आ चुके हैं और ये सकारात्मक नतीजे हममें नई ऊर्जा, नई उमंग, नई प्रेरणा, नए उत्साह एवं नए जोश का संचार करते हैं। हमें अब एक आधार मिला चुका है और इस आधार पर पूरी सुदृढता से कदम रखते हुए हमें अपने अभियान को और भी तेज़ करना है। यह हम सब के संयुक्त प्रयासों और चेष्टाओं से ही संभव है। हमने वह कर दिखाया है जो दूसरों के लिए दिवास्वप्न मात्र है। स्वतः ही सभी आइओबियन्स के प्रति उद्गार प्रकट हो रहे हैं। कृपया इन्हें स्वीकार कर अनुग्रहीत करें।

शुभकामनाओं सहित,


सुरेश कुलकर्णी

सहायक महा प्रबन्धक





गौरव- गाथा वाणी की



प्रिय सुधी पाठकों,

हमें वाणी का 125वां अंक आपके हाथों में सौंपते हुए असीम हर्षानुभूति हो रही है। हमारी स्वनामसिद्ध पत्रिका अपने पदार्पण से ही हमारे बैंक की वाणी रही है, जिसमें समय के साथ प्रौढ़ता और परिपक्वता ही आयी है। मार्च 1989 में अपनी यात्रा की शुरुआत से लेकर वाणी के 125 वें अंक तक का सफ़र महज़ रूटीन प्रकाशन का कार्य नहीं रहा है बल्कि ये एक क्रमिक विकास यात्रा रही है जिसने अपने मार्ग में कई मील के पत्थर स्थापित किए हैं। यद्यपि आज के समय में ज्ञान के अनंतानन्त स्रोत, उपाय तथा प्रविधियाँ जगत में सर्वत्र सहज रूप से व सुलभतः प्राप्य हैं तथापि इस दिशा में पत्रिकाओं की महत्ता, उपादेयता असंदिग्ध व निर्विवादित है; ज्ञान के समन्वित, समेकित, संकलित स्वरूप की निरंतर प्रवाहिका, प्रवेशिका की आधारस्तम्भ हमारी “वाणी” मील के पत्थर की सिद्धता को प्रमाणित करती है। वाणी की भाषा एवं इसके कलेवर को कई कुशल भाषा शिल्पियों ने अपने सम्पादन के दौर में साधा और तराशा है। आज हमारी पत्रिका के 125वें अंक के प्रकाशन में उन सभी नामों का परिचय देते हुए उनके प्रति अपनी कृतज्ञता व्यक्त करना चाहते हैं जो वाणी के विकास की इस यात्रा के साथी और साक्षी रहे हैं।

एक ओर जहां मार्च 1989 से 1996 तक डॉ सीता कुंचितपादम, 1996 से 2000 तक श्री राज नारायण, 2000 तक से 2003 तक डॉ ऋषि मुनि द्विवेदी, 2003 से 2011 तक डॉ शेख अब्दुल कादर और 2011 से अब तक श्री सुरेश कुलकर्णी जैसे सिद्धहस्तों ने वाणी के सम्पादन की बागडोर संभाली और उसे आकार दिया तो वहीं दूसरी ओर 1994 से 1996 तक श्रीमती एस टी अरुणा कुमारी, 1996 से 2000 तक श्री गो मृत्युंजय मकरभूषणम, 2000 से 2002 तक श्री अलीम खान, 2002 से 2004 तक श्री प्रेम कुमार, 2004 से 2007 तक श्रीमती रूबी सहाय, 2007 से 2009 तक श्रीमती आर अणिमा, 2009 से 2010 तक श्री सुरेश कुलकर्णी एवं 2010 से अभी तक पुनः श्री अलीम खान ने वाणी के अंक सम्पादन का सारा भार अपने कंधों पर ले रखा है और आज भी पत्रिका को नित नए क्षितिज पर ले जाने के लिए प्रयासरत हैं।

आज जब वाणी अपने गौरवपूर्ण इतिहास के साथ एक नए पड़ाव पर आ पहुंची है तो ये समय है एक क्षण के लिए ठहरने का, चिंतन का, सिंहावलोकन का और बैंक के उन सभी स्टाफ सदस्यों के प्रति अपना आभार, कृतज्ञता और उद्गार प्रकट करने का जो अपनी प्रतिक्रियाओं, लेखों, सुझावों के माध्यम से वाणी की इस सुदीर्घ यात्रा के सहचर रहे हैं। हर अंक के प्रकाशन में कितनी सारी कहानियाँ और स्मृतियाँ जुड़ी हुई हैं जो मिल कर एक अनकहा इतिहास रचती हैं। वाणी के हर अंक से गुजरना मानो उसी इतिहास से गुज़रने जैसा है। आज हम इस मंच के माध्यम से उन सभी के प्रति धन्यवाद, आभार और कृतज्ञता अर्पित करते हैं जो प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप इस पत्रिका के विकास क्रम में भागीदार रहे हैं। वाणी न केवल राजभाषा विभाग, उसके सम्पादन मण्डल व बैंक का प्रतिनिधित्व करती है, बल्कि पूरे बैंकिंग जगत, सारे स्टाफ सदस्यों के विचारों एवं पाठकों के मंतव्यों का भी प्रतिरूप एवं प्रतिमान





है। आप सभी की प्रतिक्रियाएँ, प्रोत्साहन तथा बहुमूल्य सुझाव सदैव ही हमारा मनोबल ऊंचा करते हैं, साथ ही श्रेष्ठतम देने के लिए आवश्यक ईंधन का भी कार्य करते हैं जिसके लिए हम आप सभी के आभारी हैं। यहाँ हमारे कार्यपालकों और वरिष्ठ अधिकारियों का मार्गदर्शन, प्रबोधन व निरंतर सहयोग भी उल्लेखनीय है, क्योंकि इसके बिना वाणी शायद ही आज इस शिखर को छू सकती। अतएव इस अवसर पर हम वाणी की ओर से सभी को हार्दिक धन्यवाद देते हैं एवं उनकी अपनी-अपनी भूमिका के प्रति साधुवाद प्रकट करते हैं।

लेखक की चमत्कृतियुक्त स्वरचना सरस, सहज, सुगम, सुबोध भाषा शैली तथा आभूषित पदावली का सुसंयोजन मात्र ही सुप्रसिद्धता के सोपान क्रम में उत्तरोत्तर उच्चता प्रदान नहीं करती अपितु वह पाठक के मन का अनुरंजन, आह्लादन तथा सूक्ष्मातिसूक्ष्म रूप से मनःपटल पर रचना के मर्मत्व का प्रभाव किस मात्रा तक चिन्हित कर पाती है, यह अपरिहार्य है। ऐसे में अपने पाठकों का अभाराभिव्यक्ति के बिना आगे बढ़ जाना न तो न्यायसंगत है एवं न ही तर्कसंगत और जब दायित्वों का बोध शब्दशून्यता के पथ पर धकेल दे तो कृतज्ञता से उच्छ्रयता के लिए किसी सुविज्ञ के शब्दों का आश्रय लेने में कैसा संकोच? अतः हम महाकवि कालिदास के पद के साथ अपने सभी पाठकों का सहृदयता के साथ आभार व्यक्त करते हैं।



आपरितोषाद् विदुषां न साधु मन्ये प्रयोगविज्ञानम् ।

बलवदपि शिक्षितानामात्मन्यप्रत्ययं चेतः ॥

- अभिज्ञानशाकुंतलम् – 01/02



(अर्थ – भलीभाँति शिक्षित व्यक्तियों का चित्त भी अपने प्रयोगों की शिक्षा लेकर अविश्वस्त ही रहता है, जबतक उस पर विद्वज्जन परितोष व्यक्त न कर दें।)

हम प्रयास करते हैं और जब उन प्रयासों की परिणति पुरस्कार के रूप में होती है तो हृदय पुलकित हो उठता है। इस सफ़र के दौरान ऐसे ही कई पड़ाव भी आए जब हमें अपने प्रयासों का ऐच्छिक फल भी मिला। अगर हमारे शतकीय अंक, जिसे हमने नवंबर 2014 में प्रकाशित किया था, के बाद की बात करें तो वर्ष 2013-14 के लिए, 2014-15 के लिए, 2015-16 के लिए एवं 2016-17 के लिए हमें भारतीय रिजर्व बैंक से, 2014-15 के लिए, 2016-17 के लिए एवं 2017-18 के लिए भारत सरकार से और वर्ष 2016, 2017, 2018 एवं 2019 के लिए एबीसीआई मुंबई से पुरस्कारों की प्राप्ति हुई जिसके लिए आप सभी सुधी पाठक बधाई तथा धन्यवाद के पात्र हैं।

आप सभी के सहयोग एवं सहकार से वाणी की यह अगम्य यात्रा आगे भी निर्बाध एवं निरंतर जारी रहे यही हम सब की ईश्वर से प्रार्थना एवं अर्चना है।



- सम्पादकीय टीम



इण्डियन ओवरसीज़ बैंक की पत्रिका "वाणी" का 123वाँ अंक प्राप्त हुआ। धन्यवाद। इस अंक में राजभाषा पर फोकस किया गया है जिसमें देश की भाषा, संस्कृति, सामाजिक परम्पराओं का समावेश है। आदरणीय अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक महोदय और कार्यपालक निदेशक महोदय तथा महाप्रबन्धक के संदेशों से यही प्रेरणा लेनी चाहिए कि हमें समय के साथ चलना चाहिए बल्कि हो सके तो समय से भी तेज चलना चाहिए। पत्रिका में राजभाषा कार्यान्वयन संबंधी फोटोचित्र, ज्ञानवर्धक लेखों, प्रेरक प्रसंगों के साथ-साथ बैंकिंग, तकनीक, साहित्य, धर्म, दर्शनीय स्थान के वृत्तान्त आदि ने पत्रिका को अत्यंत रुचिपूर्ण एवं संग्रहणीय बनाया है। इस बहु उपयोगी "वाणी" गृह पत्रिका के प्रत्येक अंक का हमें आतुरता से इंतजार रहता है। हमारी ओर से संपादक मंडल को हार्दिक बधाई। मुझे पूरी आशा है इस पत्रिका के उत्तरोत्तर प्रकाशन से राजभाषा हिन्दी के प्रगामी प्रयोग को सशक्त समर्थन प्राप्त होता रहेगा। आगामी अंकों को अधिक उपयोगी और ज्ञानवर्धक बनाने के लिए मैं कामना करता हूँ।

ए.एम. बनर्जी, मुख्य क्षेत्रीय प्रबन्धक
आइओबी, क्षेत्रीय कार्यालय, अहमदाबाद

वाणी हमेशा से ही मेरी प्रिय पत्रिकाओं में से एक रही है। मैं नियमित रूप से "वाणी" पढ़ता हूँ। हमेशा की भांति इस बार भी पत्रिका की भाषा बहुत ही प्रभावशाली है। प्रत्येक अंक बहुत उम्दा और बेहतरीन होता है। पत्रिका की सभी रचनाएँ काफी उत्कृष्ट हैं। इतनी अच्छी पत्रिका निकालने के लिए समस्त संपादन मंडल को बधाई और आगामी अंक के लिए हार्दिक शुभकामनाएँ देता हूँ।

अनिल कुमार चौधरी
मुख्य प्रबंधक, आइओबी, क्षेत्रीय कार्यालय, पटना

हर बार की तरह 'वाणी' के कलेवर और उसकी लेखन सामग्री ने मन प्रफुल्लित कर दिया। पत्रिका के जरिए अपने बैंक में हो रही हिन्दी गतिविधियों का पता चला। हिन्दी विभाग को नराकास के पुरस्कारों और विश्व हिन्दी दिवस के आयोजन के लिए बहुत-बहुत बधाई। फोटोग्राफ के जरिए बैंक में उत्तर से लेकर दक्षिण तक की सभी गतिविधियाँ समेटना काबिले तारीफ़ है। वाणी में दिए कार्यपालकों के संदेश हमारा उत्साहवर्द्धन करने और हमारा मार्ग प्रशस्त करने में मददगार साबित होते हैं।

आवास क्षेत्र में धोखाधड़ी से बचने के उपाय और एनपीए में कमी लाने के नवीनतम उपाय पर आलेख बेहद उपयोगी हैं। स्वामी दयानंद सरस्वती के जीवन से जुड़े अध्याय हमारे लिए प्रेरणादायक हैं। राँची में बैठे-बैठे केरल के प्रसिद्ध पद्मनाभस्वामी के दर्शन और पिंक सिटी जयपुर की सैर, 'वाणी' से ही मुमकिन है। कृष्णा सोबती को स्कूल में पढ़ा तो था लेकिन इस अंक के जरिए उनके बारे में भी जानने को मिला। नागरिकता संशोधन कानून में बेहद विस्तार से मुद्दे पर रोशनी डाली गई है। स्वास्थ्य सम्बन्धी घरेलू नुस्खे तो काफी उपयोगी और आत्मसात करने लायक हैं। हँसी की फुलझड़ियाँ अंत में मन को बेहद हल्का कर देती हैं। कुल मिलाकर पत्रिका जीवन के विभिन्न रंगों और आयामों को खुद में समेटे हुए है। संपादक मंडल को इस सुन्दर पत्रिका के लिए बहुत-बहुत बधाई।

संजय कुमार सिंह
वरिष्ठ क्षेत्रीय प्रबन्धक, आइओबी, क्षेत्रीय कार्यालय, राँची

अपने पिछले सभी अंकों की भांति, वाणी का 123वाँ अंक भी अपने मानक के अनुरूप बैंकिंग, ज्ञान और मनोरंजन का सहज मेल पिरोये अपने संपादक मंडल की मेहनत की औचित्यता को बखूबी साबित करता है और अपने पाठकों को एक पत्रिका के रूप में महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान करता है। पत्रिका में " मौजूद साहित्य का सफरनामा " के तहत अंधेरो में सूरजमुखी खिलाने वाली" मेरा पसंदीदा लेख है। पत्रिका में तस्वीरों का चयन भी अर्थ पूर्णता के साथ किया गया है। स्वास्थ्य खंड ने जहाँ जानकारी बढ़ाई है, वहीं हँसी की फुलझड़ियों ने हमें हँसाया भी है। आशा करता हूँ कि पत्रिका 'वाणी' आगे भी अपने पाठकों के ज्ञान में इसी तरह से संवर्धन करती रहेगी। उत्कृष्ट पत्रिका के लिए संपादक मंडल को बधाई एवं शुभकामनाएँ।

एस श्रीधरन
मुख्य क्षेत्रीय प्रबंधक
आइओबी, क्षेत्रीय कार्यालय, वेल्लूर

"वाणी" का अक्टूबर-दिसम्बर 2019 का 123वाँ अंक प्राप्त हुआ, एतदर्थ धन्यवाद। पत्रिका निःसंदेश काफी उत्कृष्ट कोटि की एवं ज्ञानवर्धक है। पत्रिका का रंग-रूप, साज- सज्जा, कलेवर एवं रंगों का चयन बहुत ही बारीकी से किया गया है जो कि पत्रिका को आकर्षक एवं लुभावक बनाते हैं। पत्रिका में निहित उच्च कार्यपालकों का संदेश, आलेख एवं कविता अत्यंत ही रोचक एवं उत्सुकतावर्द्धक हैं। सभी आलेख अपने आप में अलग महत्व रखते नई-सूचनाओं का भण्डार है। पत्रिका समस्त विषयों को छू कर आगे बढ़ती हुई सतत रूप से उत्कृष्टता के सोपानों को छूती है। पत्रिका के कुशल संपादन हेतु समस्त सदस्यों को बधाई। अगले अंक का बेसब्री से इंतजार करते हुए शुभकामनाओं के साथ.....!

ऋषि सिंह
वरिष्ठ क्षेत्रीय प्रबंधक
आइओबी, क्षेत्रीय कार्यालय, वाराणसी



डिजिटल बैंकिंग में साइबर क्राइम से बचने के उपाय

द्रोहित शिवहरे, क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

देश की अर्थव्यवस्था का आधारस्तम्भ बना हुआ बैंकिंग उद्योग अपने ग्राहकों की सुरक्षा के लिए हमेशा से ही प्रतिबद्ध रहा है। भारत सरकार की बहुआयामी योजना “प्रधानमंत्री जन धन योजना” के तहत बैंकों ने अपने विस्तार के साथ साथ करोड़ों लोगों को वित्तीय व्यवस्था की मुख्यधारा के साथ जोड़ा एवं विमुद्रीकरण नीति को भी सफल एवं सुचारु रूप से क्रियान्वित करने में अपना अति महत्वपूर्ण योगदान दिया। फलस्वरूप बैंकों के अपने ग्राहकों के प्रति उत्तरदायित्व में उत्तरोत्तर वृद्धि हुई है।

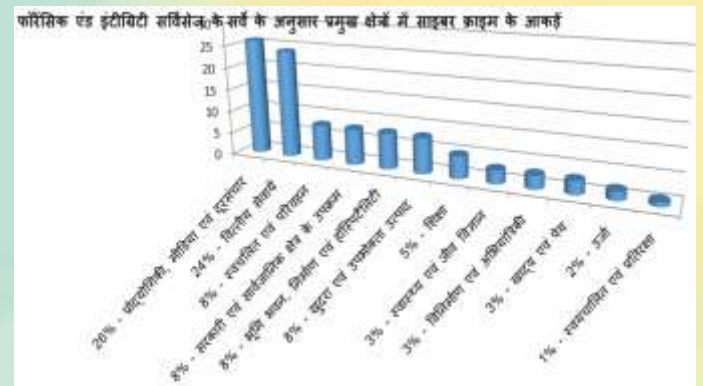
आज समाज के हर वर्ग के लोग बैंकिंग व्यवस्था से जुड़े हुए हैं, और किसी न किसी रूप में बैंकिंग सेवाओं का लाभ उठा रहे हैं। बड़े-बड़े उद्योगपतियों, व्यापारियों से लेकर छोटे-मझोले उपक्रमी एवं सामान्य बचत धारक और विभिन्न सरकारी योजनाओं के तहत अनुदान राशि प्राप्त करने वाले हितग्राही भी बैंकिंग व्यवस्था से जुड़े हुए हैं, इन सभी के हितों का ख्याल रखना बैंको की सर्वप्रथम जिम्मेदारी है।

नोटबंदी के बाद से बैंकों में रुपया जमा करने वाले लोगों की संख्या एकाएक बढ़ी, जिसके कारण डिजिटल पेमेंट की तरफ लोगों का ध्यान केन्द्रित होने से डिजिटल बैंकिंग सेवाओं का उपभोग करने वाले ग्राहकों की संख्या में भी काफी इजाफा हुआ। डिजिटल बैंकिंग से आशय बिना बैंक जाए घर बैठे बैंकिंग सुविधाओं का लाभ उठाना है। ऑनलाइन बैंकिंग, इंटरनेट बैंकिंग, मोबाइल बैंकिंग आदि डिजिटल बैंकिंग के उदाहरण एवं सुविधा तंत्र है। इन सुविधा तंत्रों के द्वारा घर बैठे अपने बैंक खाते का बैलेन्स, पैसों का हस्तांतरण, सावधि जमाओं, ऋण से संबन्धित जानकारीयां, बिल पेमेंट आदि जैसी तमाम बैंकिंग सुविधाओं का लाभ डिजिटल बैंकिंग के माध्यम से उठाया जा सकता है। डिजिटल बैंकिंग अति सुविधाजनक होने के साथ-साथ अति संवेदनशील भी है अतः इसका उपयोग करते समय किसी भी प्रकार की लापरवाही भारी आर्थिक नुकसान का कारण बन सकती है।

किसी ने सही कहा है कि “माया महाठगिनी”, यहां माया का अर्थ “पैसों” से है, जहां पैसों का लेन-देन अधिक होता है, वहां ठग प्रमुख रूप से सक्रिय रहते हैं एवं धोखाधड़ी होने की संभावना वहां अधिक बनी रहती है। यही कारण है कि बैंक की सुरक्षा व्यवस्था अधिक मजबूत एवं सुदृढ़ रहती है परंतु इन सब के बाद भी डिजिटल बैंकिंग

में साइबर क्राइम के मामले थमने का नाम नहीं ले रहे हैं। मुख्यतः इसका कारण है कि डिजिटल बैंकिंग सुविधा लेने के बाद लोगों द्वारा किए गए किसी भी प्रकार के सौदों (ट्रांजेक्शन) पर बैंक का नियंत्रण सीमित हो जाता है, और डिजिटल बैंकिंग की इसी संवेदनशीलता को भँपते हुए समाज में ठग बड़े स्तर पर सक्रिय हैं, इनके द्वारा दिन-प्रतिदिन नए-नए तरीकों को अपनाकर समाज में लोगों को ठगी का शिकार बनाया जा रहा है।

नीचे दिए गए चार्ट में फॉरेंसिक एंड इंटीग्रिटी सर्विसेस के द्वारा किये गए सर्वे के अनुसार प्रमुख क्षेत्रों में हुए साइबर क्राइम के आंकड़ों को दर्शाया गया है। जिन पर नजर डालने से यह ज्ञात होता है कि सबसे ज्यादा साइबर क्राइम प्रौद्योगिकी, मीडिया एवं संचार तथा वित्तीय सेवाओं के क्षेत्र में हुआ है। और ये दोनों ही क्षेत्र डिजिटल बैंकिंग में होने वाले साइबर क्राइम से प्रत्यक्ष एवं परोक्ष रूप से संबंधित है। डिजिटल बैंकिंग में होने वाले साइबर क्राइम प्रमुखतः ई-मेल के



जरिये स्पैम भेजकर, नकली वेबसाइट बना गोपनीय जानकारी लेकर, लालची विज्ञापन भेजकर, हैकर्स द्वारा सोशल मीडिया के जरिये वाइरस लिंक भेजकर, फोन के जरिये नकली बैंक अधिकारी बनकर, आदि तरीकों से की जा रही है। इन ठगों से अपने ग्राहकों के हितों की सुरक्षा के लिए बैंक द्वारा समय-समय पर पर्याप्त कदम उठाए जाते हैं, परंतु, इन सब के बाद भी कुछ ठग नए-नए तरीके ईजाद कर लोगों के बैंक खातों में संधं लगाकर ठगी कर जाते हैं।

बैंकों द्वारा डिजिटल बैंकिंग में साइबर क्राइम से बचने के उपाय अपने ग्राहकों को सुझाए जाते हैं, परंतु ग्राहकों द्वारा उन उपायों का अनुपालन न करने एवं लापरवाही के कारण उसका खामियाजा उन्हें



भुगतान पड़ जाता है। जिस तरह घर से जाते समय हम यह सुनिश्चित करते हैं कि घर के सभी खिड़की-दरवाजे एवं ताले बंद हैं ताकि चोरी न हो सके, ठीक उसी प्रकार लोगों द्वारा बरती गई छोटी-छोटी सावधानियाँ उन्हें बड़े नुकसान से बचा सकती है।

लोगों एवं बैंकों द्वारा अपने-अपने स्तर पर निम्नलिखित सावधानियों एवं उपायों को अपनाया जाता है तो डिजिटल बैंकिंग में होने वाले साइबर क्राइम को काफी हद तक समाप्त किया जा सकता है।

लोगों द्वारा किए जा सकने वाले मुख्य उपाय एवं सावधानियाँ :

ऑनलाइन स्टोर्स पर रजिस्टर होने का सही तरीका अपनाएं - अपने ईमेल अकाउंट या सोशल मीडिया अकाउंट की मदद से ऑनलाइन स्टोर्स में लॉग इन करने से बचें एवं इसकी जगह एक नए यूजर के रूप में रजिस्टर करने का रास्ता अपनाएं। इससे आपके गूगल अकाउंट या सोशल मीडिया अकाउंट तक किसी की पहुंच से बचा जा सकता है। इस एक्सेस के बिना ऑनलाइन स्टोर या स्टोर के इंटरफेस में घुसने वाला कोई भी हैकर आपके डेटा को एक्सेस नहीं कर पाएगा। बैंकों द्वारा आपकी अधिकांश बैंकिंग और अन्य वित्तीय क्रियाकलापों की जानकारी आपके ईमेल अकाउंट पर भेजी जाती है जबकि आपके सोशल मीडिया अकाउंट में भी कुछ संवेदनशील जानकारी रह सकती है। इसलिए, इस एक्सेस को समाप्त कर देने से आपकी गोपनीय जानकारी किसी के साथ साझा होने से बच सकती है एवं उसके गलत इस्तेमाल को रोका जा सकता है।

सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के जोखिम से सावधान -

आए दिन हैकर्स सोशल मीडिया पर उपलब्ध निजी जानकारी को प्राप्त करने के प्रयास करते हैं, राष्ट्रिय अपराध रिकॉर्ड ब्यूरो के अनुसार साइबर क्राइम के कुल मामलों के लगभग 32% मामलों का कारण हैकर्स है। इसलिए बेहतर यह होगा कि आप न तो अपनी संवेदनशील जानकारी सोशल मीडिया पर रखें और न ही ऐसी किसी लिंक पर जाएं जो आपको आकर्षक लाभ देने का वादा करते हों। संभवतः यह फिशिंग हो जो आपको धोखा देने की प्रक्रिया की शुरुआत भी हो सकती है।



होटलों एवं रैस्टोरेंट में बिल का भुगतान करते समय सावधानी बरतें -

रैस्टोरेंट में बिल का भुगतान डेबिट या क्रेडिट कार्ड के माध्यम से करते समय अपने डेबिट या क्रेडिट कार्ड को वैटर के हवाले न कर खुद बिल काउंटर पर जाकर करें, या पीओएस मशीन को अपने पास मंगाकर सामने भुगतान करें। इससे आपके डेबिट-क्रेडिट कार्ड पर अंकित गोपनीय जानकरियों साझा होने से बच सकती है।

अपने एटीएम का उपयोग करते समय सावधान रहें -

अधिकतर ठग भीड़-भाड़ वाले एटीएम केन्द्रों को अपना निशाना बनाते हैं। अतः अपने डेबिट कार्ड का उपयोग करते समय यह सुनिश्चित कर लें कि आपके आस-पास या पीछे कोई व्यक्ति खड़ा न हो, एटीएम मशीन में जहां कार्ड डाला जाता है उसे हाथ से टटोल कर यह भी सुनिश्चित कर लें उस पर किसी भी प्रकार का कार्ड रीडर डिवाइस ठगों द्वारा चिपकाया न गया हो, और बैंक के सीसीटीवी कैमरे के अलावा वह किसी भी प्रकार का कोई भी आपत्तिजनक डिवाइस न हो जो आपके ट्रांजेक्शन पर नजर रखे हुए हो, यदि ऐसा पाया जाता है तो तुरंत वहां मौजूद सुरक्षा गार्ड या संबन्धित बैंक को सूचित करें। डेबिट या क्रेडिट कार्ड के पीछे अपने हस्ताक्षर करें एवं अंकित सीवीवी (CVV) नंबर को स्मरण करने के बाद वहां से मिटा दें, ताकि आपके कार्ड के गुम या चोरी हो जाने पर कोई उसका दुरुपयोग न कर सके।

सिर्फ भरोसेमंद वेबसाइट पर ही डेटा शेयर करें -

आपका सामना धोखेबाज वेबसाइटों से हो सकता है जो आम वेबसाइटों का रूप लेकर धोखेबाजी करते हैं, इसलिए यूआरएल में स्पेलिंग मिस्टेक या एक्स्ट्रा कैरेक्टर्स पर ध्यान दें जो अनदेखे या अनजाने लग सकते हैं। सिर्फ उन्हीं वेबसाइटों पर ही पेमेंट करें जिनसे आप परिचित हैं। इसके अलावा उस वेबसाइट के सुरक्षा उपायों पर भी ध्यान दें। सुरक्षित रहने के लिए, छोटे-मोटे ब्रैंड की वेबसाइटों से शॉपिंग करते समय डिलीवरी हेतु में कैश ऑप्शन का चयन करें। आपको इसके लिए अतिरिक्त फीस देनी पड़ सकती है, लेकिन अफसोस करने के बजाय सुरक्षित रहना बेहतर है।

इंटरनेट पर सुरक्षात्मक मानदंडों पर ध्यान दें -

इंटरनेट चलाते समय ऐड्रेस बार में हरे रंग के ताले पर ध्यान दें। आपको वहां जो छोटा सा ताला दिखाई देता है, वह हरे रंग का होना चाहिए जो इस बात का प्रमाण है कि वह सुरक्षित संपर्क है और वह साइबर सुरक्षा मानकों का पालन करता है। लाल रंग का ताला सुरक्षा के प्रति चेतावनी का सूचक होता है। वेबसाइट के सुरक्षा प्रमाणपत्र की जांच करने के लिए उस छोटे से ताले पर क्लिक करें। इसके



अलावा उसके URL पर भी ध्यान दें और सिर्फ एक ऐसे वेब ऐड्रेस से ही खरीदारी करें जो 'https' से शुरू होता हो। यहां 's' का मतलब है 'सुरक्षित'। इसलिए, यदि वेबसाइट का URL 'http://' से शुरू होता है तो उस वेबसाइट पर अपना डेटा साझा करने से बचें। एक अच्छे मेलवेयर प्रॉटेक्शन सिस्टम का इस्तेमाल करने से आपको इस बात की चेतावनी प्राप्त करने में मदद मिल सकती है कि आपका इंटरनेट संपर्क कब सुरक्षित नहीं है।

पासवर्ड मजबूत रखें और समझदारी के साथ इस्तेमाल करें -

सभी वित्तीय खातों के लिए एक ही प्रकार का पासवर्ड सेट करना, उन्हें कभी न भूलने का एक सुव्यवस्थित तरीका हो सकता है, लेकिन इस तरीके का इस्तेमाल करना खतरे से खाली नहीं है। सभी खातों का पासवर्ड एक समान रखने पर एक खाते के साथ गड़बड़ होने पर सभी खातों के साथ गड़बड़ होने का खतरा बना रहता है। इसलिए, यदि हैकरों को किसी एक खाते का पासवर्ड का पता चल गया, तो वे बड़ी आसानी से सभी खातों पर अपनी पहुँच बना सकते हैं। इसलिए, अलग-अलग पासवर्ड सेट करें और उन्हें नियमित रूप से बदलते रहें और उन्हें याद रखने का एक अनोखा तरीका सोचें।

प्रचलित सिक्योरिटी सॉफ्टवेयर इंस्टाल और अपडेट करें -

अपने कंप्यूटर या लैपटॉप पर लेटेस्ट सिक्योरिटी सॉफ्टवेयर इंस्टाल करने पर आपके कंप्यूटर में कोई सिक्योरिटी ब्रीच या मेलवेयर अटैक होने पर आपको उसकी सूचना मिल जाएगी। आपको पॉप-अप भी दिखाई देंगे जो आपको दुर्भावनापूर्ण विषय-सूची के बारे में सचेत करेंगे जो आपके सिस्टम को डैमेज कर सकते हैं या आपका डेटा चुरा सकते हैं। कार्य कुशल सॉफ्टवेयर आपको समय-समय पर सिक्योरिटी स्कैन और चेक रन करने की याद भी दिलाएंगे और आपको लेटेस्ट अपडेट्स के बारे में सूचित भी करेंगे जो आपके सिस्टम को सुरक्षित रखने के लिए जरूरी हैं, जिससे आपके ऑनलाइन लेनदेन सुरक्षित रहते हैं।

अनजानी वेबसाइटों से डाउनलोड करना बंद करें -

ऑडियो फाइलों और अन्य कंटेंट को डाउनलोड करने के लिए सुरक्षित वेबसाइटों का इस्तेमाल करें। अपने लैपटॉप एवं मोबाइल फोन में एक अनजानी वेबसाइट से किए गए डाउनलोड में वायरस या मॉलवेयर रह सकता है। कई हैकर्स आपकी डिवाइस पर मौजूद डेटा और जानकारी तक पहुँचने के लिए तरह-तरह के डाउनलोड में कुछ खास तरह का सॉफ्टवेयर इन्सर्ट कर देते हैं। इनमें से किसी को भी डाउनलोड करने से वे आपके बैंकिंग एप्स में मौजूद संवेदनशील जानकारी तक पहुँचने में सक्षम हो सकते हैं। साइट की गोपनीयता की नीतियों को समझने के लिए उस साइट के नियमों एवं शर्तों को अच्छी तरह पढ़ें, चाहे वे कितने भी नीरस क्यों न लगे। यहां तक कि

भरोसेमंद वेबसाइटों और ऐप्स में भी जल्दी से चेक आउट करने के लिए वहां अपने कार्ड की जानकारी सेव करके न रखना भी एक अच्छा उपाय है।

अपने पासवर्ड कभी भी फोन में स्टोर न करें -

कुछ लोगों को शायद फोन में अपने पासवर्ड, डेबिट कार्ड के पिन इत्यादि को सहेज कर रखने में सुविधा लगे लेकिन इससे दुरुपयोग की संभावना बढ़ जाती है। बेहतर है कि आप अपने पासवर्ड याद रखें। आपका फोन अगर गलत हाथों में पड़ गया तो इसके परिणाम गंभीर हो सकते हैं। ये सभी पासवर्ड तथा ऐसी महत्वपूर्ण जानकारी को कभी अपने कंप्यूटर या लैपटॉप में भी न रखें।

ऑनलाइन खरीदारी के लिए मोबाइल पर्स का प्रयोग करें -

यदि आप ऑनलाइन सामान खरीदते हैं तो क्रेडिट या डेबिट कार्ड के स्थान पर मोबाइल पर्स का प्रयोग उचित रहेगा क्योंकि लगभग सभी वेबसाइट क्रेडिट और डेबिट कार्ड के विवरण को संचित कर रखती हैं, हालांकि प्रतिष्ठित वेबसाइट्स आपकी इस महत्वपूर्ण जानकारी को बेहतर तरीके से सुरक्षित रखने का प्रयास करती हैं लेकिन किसी ऑनलाइन हैकर द्वारा आपकी इस जानकारी को प्राप्त करने की आशंका हमेशा रहेगी, दूसरी ओर मोबाइल पर्स आपकी इस जानकारी को संचित नहीं करते।

छल करने वाली ईमेल का जवाब न दें -

आपको कई ऐसे ईमेल भी मिलेंगे जो पुरस्कार के लालच में आपसे अपनी व्यक्तिगत जानकारी भेजने के लिए कहेंगे। ऐसे छल करने वाले ईमेल के शिकार ना बनें और किसी भी व्यक्तिगत जानकारी जैसे नाम, बैंक खाता, घर एवं दफ्तर का पता इत्यादि कभी भी साझा ना करें। पुरस्कार के साथ-साथ ऐसी ईमेल जिसमें आपको किसी मृत अथवा बीमार आदमी की वसीयत में नाम होने अथवा कानूनी तौर पर एक बड़ी राशि आपके बैंक खाते में डालने की बात लिखी गई हो तो समझ लें कि आपको फसाने का मौका ढूँढ जा रहा है।

फ़ोन पर मांगी जानने वाली जानकारी के प्रति सतर्क रहें -

संभव है कि आपसे फ़ोन पर जानकारी मांगी जाए। पेशेवर धोखेबाज फ़ोन पर किसी बैंक कर्मचारी या सरकारी अधिकारी बनकर आपसे निजी जानकारी लेने का प्रयास कर सकते हैं। ऐसी फ़ोन कॉल से सावधान रहें और किसी भी तरह की जानकारी इन्हें न दें। याद रखें कोई भी बैंक कर्मचारी या सरकारी अधिकारी आपसे आपके पासवर्ड, पिन नंबर, बैंक खाते का नंबर आदि कभी नहीं मांगेंगे। कोई भी ऐसी जानकारी फ़ोन पर देना आपके लिए बहुत हानिकारक हो सकता है।

सार्वजनिक वाई-फाई पर बैंकिंग या शॉपिंग करने से बचें -

आज कई स्थानों पर निःशुल्क वाई-फाई मिलता है। ऐसे स्थानों पर



किसी भी प्रकार की बैंकिंग और शॉपिंग का काम न करने में ही समझदारी है क्योंकि ऐसे वाई-फाई पर किसी हैकर के शिकार बनने की आशंका हमेशा ही रहती है।

धोखे का शिकार होने पर तुरंत सूचित करें-

अंत में, यदि दुर्भाग्यवश आप वास्तव में एक वित्तीय धोखाधड़ी के शिकार होते हैं तो बिना किसी विलम्ब के इसे तुरंत संबंधित बैंक एवं पुलिस को सूचित करें। ऐसे में पुलिस एवं बैंक को घटना की अविलंब जानकारी देने से धोखेबाज़ के पकड़े जाने और आप के पैसे वापस मिलने की संभावना हो सकती है।

बैंकों द्वारा किए जा सकने वाले निम्नलिखित संभावित उपाय :

वैकल्पिक टोकन व्यवस्था लागू करके-

डेबिट-क्रेडिट कार्ड की गोपनीय जानकारी को बिना बताए किसी भी भुगतान विशेष को पीओएस मशीन, क्यूआर (QR) कोड, एवं अन्य पेमेंट एप्लीकेशन पर कोड या टोकन के माध्यम से किये जाने की व्यवस्था बैंकों द्वारा प्रस्तावित की जा सकती है, जिससे ग्राहकों की गोपनीय जानकारी बैंकों के पास ही सुरक्षित रहेगी एवं अन्य कोई इसका गलत इस्तेमाल नहीं कर पाएगा।

विशिष्ट लक्षणों (यूनिक फीचर्स) से युक्त वेबसाइट -

इंटरनेट या ऑनलाइन बैंकिंग के माध्यम से होने वाली धोखाधड़ी से बचने के लिए बैंक अपनी वेबसाइट को विशिष्ट लक्षणों (यूनिक फीचर्स) से युक्त करें, और उनके बारे में अपने ग्राहकों को जानकारी दें ताकि ऑनलाइन बैंकिंग का उपयोग करते समय ग्राहक बैंक की असली व नकली वेबसाइट को पहचान सकें तथा हैकर्स के जाल में फँसने से बच सकें।

मोबाइल बैंकिंग की एप्लिकेशन को डाउनलोड के लिए उचित प्लैटफ़ॉर्म उपलब्ध करना -

ग्राहकों द्वारा जानकारी के अभाव में मालवेयर एवं वाइरस से परिपूर्ण मोबाइल बैंकिंग एप्लिकेशन को डाउनलोड कर लिया जाता है, जिससे उनकी गोपनीय जानकारी चुराकर साइबर क्राइम को अंजाम दिया जाता है। अतः बैंक इन मोबाइल बैंकिंग एप्लिकेशन को डाउनलोड करने का उचित प्लैटफ़ॉर्म उपलब्ध कराकर इस तरह की धोखाधड़ी से अपने ग्राहकों के हितों की रक्षा कर सकता है।

दोहरी ओटीपी व्यवस्था लागू कर -

अभी बैंको द्वारा एकल ओटीपी व्यवस्था के आधार पर ऑनलाइन ट्रांजेक्शन की प्रामाणिकता को जांचा जाता है। यदि बैंकों द्वारा दोहरी ओटीपी व्यवस्था लागू की जाए एवं पंजीकृत मोबाइल नंबर पर ओटीपी भेजने के साथ ही साथ पंजीकृत ई-मेल पर भी एक ओटीपी भेजकर किसी भी ऑनलाइन ट्रांजेक्शन की दोहरी प्रामाणिकता को जांचा जा सकता है। इस व्यवस्था को लागू कर ठगों

द्वारा की जा रही ऑनलाइन धोखाधड़ियों को बहुत हद तक कम किया जा सकता है।

उन्नत श्रेणी की तकनीक का प्रयोग -

अधिकांशतः ऑनलाइन बैंकिंग या मोबाइल बैंकिंग ई-पिन या एम-पिन पर आधारित है, बैंकों द्वारा उन्नत श्रेणी की तकनीक जैसे अंगूठे या उगलियों के निशान (बायोमेट्रिक), चेहरे की पहचान (फेशियल रिकग्निशन) आदि उन्नत तकनीक को लागू कर डिजिटल बैंकिंग में साइबर क्राइम को रोका जा सकता है।

बैंकों द्वारा खुद की तकनीक विकसित करना -

सामान्यतः बैंक किसी बाह्य एजेंसी द्वारा विकसित की गई तकनीक का उपयोग करते हैं, जिससे ग्राहकों के गोपनीय डाटा किसी बाहरी व्यक्ति के हाथों में जाने का डर सदैव बना रहता है। यदि बैंको द्वारा बाह्य तकनीकी को न अपनाकर खुद की तकनीक को विकसित जाए तो बैंक के ग्राहकों के गोपनीय डाटा को बाह्य एजेंसी के साथ साझा करने से बचा जा सकता है।



संबंधित विभाग में गोपनीयता बनाए रख कर -

राष्ट्रीय अपराध रिकॉर्ड ब्यूरो के अनुसार साइबर क्राइम के पीछे हैकर्स के बाद कर्मचारियों के हाथ होने का खुलासा हुआ है, जो कि चिंता का विषय है। इस समस्या से निजात पाने के लिए बैंकों द्वारा अपने बैंक ऑफिस में डिजिटल बैंकिंग से संबंधित गोपनीय विभाग में कार्यरत बैंक कर्मचारियों एवं फ्रंट ऑफिस में कार्यरत कर्मचारियों की एक-दूसरे से सीधी पहुंच को नियंत्रित कर एवं उनको सौंपे गए कार्य को नियमित समय अन्तराल पर बदल कर, बैंक ग्राहकों के गोपनीय डेटा को किसी भी बैंक कर्मचारी के जरिये ठगों तक पहुँचने से रोका जा सकता है।

सोशल मीडिया एवं व्हाट्सप के माध्यम से लोगों के बीच जागरूकता फैलाना -

आज-कल लोगों के बीच सोशल मीडिया एवं व्हाट्सप बहुत प्रचलित है,



जिसके माध्यम से लोगों के बीच किसी भी जानकारी को आसानी से पहुंचाया जा सकता है, अतः विकसित तकनीक के साथ साथ बैंकों द्वारा अपने ग्राहकों के बीच सोशल मीडिया एवं व्हाट्सप द्वारा हाल ही में रिपोर्ट हुई धोखाधड़ी के मामलों पर जागरूकता फैलाने के उद्देश्य से वीडियो या संदेश के माध्यम से जुड़ कर उन्हें सतर्क किया जा सकता है एवं पूर्व में हुई धोखाधड़ी की पुनरावृत्ति को रोका जा सकता है।

ग्राहकों को सहायक पुस्तिका उपलब्ध कराकर -

आज-कल इस दौड़ती-भागती जिंदगी में लोगों के पास समय का बहुत अभाव रहता है, उनके द्वारा एक ही जगह पर सभी प्रकार की समस्याओं का समाधान खोजना पसंद किया जाता है। इसी प्रकार डिजिटल बैंकिंग के संबंध में आने-वाली कठिनाइयों से निपटने के लिए ग्राहक समय के अभाव में उचित जानकारी प्राप्त नहीं कर पाते हैं और हड़बड़ी में गड़बड़ी कर बैठते हैं और इसका खामियाजा उन्हें भुगतना पड़ता है। अतः बैंकों द्वारा डिजिटल बैंकिंग के संदर्भ में अपने ग्राहकों को एक “ सहायक पुस्तिका” उपलब्ध करवाई जा सकती है। जिसमें डिजिटल बैंकिंग के संबंध में समस्त जानकारियाँ मौजूद हों एवं जिसे पढ़कर ग्राहक अपनी परेशानी या दुविधा को दूर कर सकें एवं डिजिटल बैंकिंग में आने वाली किसी भी प्रकार की कठिनाइयों के संबंध में उचित जानकारी एक ही प्लैटफॉर्म पर प्राप्त कर सकें।

जागरूकता अभियान एवं नुक्कड़ नाटक के द्वारा -

अधिकतर जालसाज़ी एवं धोखेबाज़ी का शिकार निम्नवर्ग के कम-पढ़े लिखे एवं अशिक्षित लोगों को बनाया जाता है। अतः बैंकों को अपने

इस वर्ग के ग्राहकों की जागरूकता के लिए उनके गाँव या क्षेत्र में अभियान चलाकर या नुक्कड़ नाटक मंडली द्वारा डिजिटल बैंकिंग के प्रति जागरूकता पैदा की जा सकती है, जिससे ठगों द्वारा उनको बहलाया-फुसलाया न जा सकेगा।

बैंक शाखाओं में नोटिस के माध्यम से जागरूकता फैलाना -

बैंक अपनी सभी शाखाओं में डिजिटल बैंकिंग में साइबर क्राइम से बचने के लिए किए जा सकने वाले उपाय एवं बरती जाने वाली सावधानियाँ जैसे बोर्ड भी लगा सकते हैं। जिससे शाखाओं में आने वाले ग्राहक साइबर क्राइम के प्रति जागरूक हो सके।

इस प्रकार हम देखते हैं कि जहाँ सूचना प्रौद्योगिकी विविध सुविधा प्रदान करती हैं, उसके साथ ही हमें अवांछित खतरों का ज्ञान भी होना आवश्यक है। इसी के साथ हमें जरूरी सुरक्षा के लिए कदम उठाना आवश्यक है। कहा जाता है कि शत प्रतिशत सुरक्षा एक अवधारणा है, पर इसकी प्राप्ति के लिए हमें हमेशा सजग रहना जरूरी है। यदि हम सुरक्षा को अनिवार्यता की बजाय अपनी आदत में शुमार कर लेते हैं तो हमें यह एक अड़चन या व्यवधान न लगकर एक सुखद अनुभव प्रदान करता है एवं ऐसा करने से हम काफी हद तक साइबर अपराधियों की आसान पहुंच से अपने आप को बाहर रख सकते हैं।

“आओ हम सभी मिलकर करें एक ऐसे देश का निर्माण,
जहां साइबर क्राइम का न हो नामोनिशान”



वह वजूद है, वह खुद एक पहचान है
उस-सा बनना मेरा एक अस्मान है ।
उससे आगे बढ़ने का सपना बस्सों से जोड़ा है
साम दाम दण्ड भेद कोई राह न छोड़ा है ।
ईर्ष्या में उससे, राह भटक जाता हूँ
बनना चाहता बड़ा, छोटा होता जाता हूँ ।
न जाने मेरी मेहनत क्यों रंग नहीं लाती है
हार कर उससे पूछा कि क्या कमी रह जाती है?

**वजूद
मेरा
पहचान
मेरी**

वो बोला बंधु...
अपनी मंजिल पहचान कर राह अपनी चुनता हूँ
किसी और से नहीं मैं खुद से ही मुकाबला करता हूँ ।
मेरी मंजिल का तुझे ज्ञान नहीं तो कैसे मुझे हराएगा ?
मेरे पीछे चलकर मुझसे आगे कैसे जाएगा ?
तू चुन अपनी मंजिल बुन अपनी राह
और अपनी कोशिश का फल देख मुस्कुरा ।
इस मुस्कान के पीछे सारा जग आएगा
हार जीत का खेल भूल, बुलंद तू हो जाएगा ।
वजूद तेरा पहचान तेरी खुद तू बन जाएगा !!



भूषण लाजेवार
क्षेत्रीय कार्यालय, पाण्डिचेरी





योग - एक स्वस्थ जीवन शैली

आदर्श गुप्ता, प्रबंधक, क्षेत्रीय कार्यालय, लखनऊ



जबसे कोरोना शुरू हुआ है पूरी दुनिया में एक आतंक सा मचा हुआ है, हर व्यक्ति के चेहरे पर सिलवटें हैं और लोग खुद को एवं अपने बच्चों, परिवार जनों, रिश्तेदारों एवं मित्रों के स्वास्थ्य के लिए चिंतित हैं। कोरोना के आलवा भी सैकड़ों बीमारियां और सवास्थ्य संबंधी समस्याएं हैं जिनसे कि हर व्यक्ति बचना चाहता है क्योंकि कहा भी गया है "पहला सुख निरोगी काया"। एक स्वस्थ जीवन एक वरदान होता है और आज जब सामाजिक जीवन बिल्कुल बदल गया है और लोग फ्लैटों एवं वीआइपी इलाकों में अकेले हो गए हैं तो स्वास्थ्य का महत्व और भी बढ़ गया है। आज जरूरत है कि हम प्राकृतिक तरीकों से स्वस्थ रहें। यदि हम आगे आने वाली पीढ़ी को स्वस्थ जीवन दे पाए तो यह हमारी सबसे बड़ी उपलब्धि होगी। स्वस्थ रहने में योग एवं प्राणायाम का सबसे महत्वपूर्ण योगदान है। योग साधना के आठ अंग हैं, जिनमें प्राणायाम चौथा सोपान है। अष्टांग योग में आठ प्रक्रियाएँ होती हैं- यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, तथा समाधि। प्राणायाम = प्राण + आयाम। इसका का शाब्दिक अर्थ है - 'प्राण (श्वसन) को लम्बा करना' या 'प्राण (जीवनीशक्ति) को लम्बा करना'। यह प्राण-शक्ति का प्रवाह कर व्यक्ति को जीवन शक्ति प्रदान करता है। आसन में केवल शारीरिक क्रिया होती है, जबकि प्राणायाम में श्वास प्रश्वास की क्रिया होती है। योग एवं प्राणायाम के माध्यम से हम स्वस्थ जीवन जी सकते हैं। योग एवं प्राणायाम के महत्व को समझते हुए ही पूरे विश्व ने इसके महत्व को स्वीकार किया और 21 जून 2015 को प्रथम अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। आसनों अर्थात योगमुद्राओं एवं प्राणायाम के द्वारा योग किया जाता है। सुखपूर्वक स्थिरता से बैठने का नाम आसन है। प्राणायाम के बारे में हम जान चुके हैं और पतंजलि ने योगासन के लिए कहा है कि जो स्थिर भी हो और सुखदायक अर्थात आरामदायक भी हो, वह आसन है। योग एवं प्राणायाम तथा उचित भोजन से हम स्वस्थ रह सकते हैं।

वैसे तो योग हमेशा से हमारी प्राचीन धरोहर रही है किंतु इसका महत्व जानने के बाद आज योग लोगों की दिनचर्या का अभिन्न अंग बन गया है। योग के प्रचार-प्रसार में विश्व प्रसिद्ध योगगुरुओं का भी योगदान रहा है, जिनमें से बी के एस अयंगर स्वामी शिवानंद और योगगुरु रामदेव का नाम अधिक प्रसिद्ध है। योग से न केवल व्यक्ति का तनाव दूर होता है बल्कि मन और मस्तिष्क को भी शांति मिलती है योग बहुत ही लाभकारी है। योग न केवल हमारे दिमाग, मस्तिष्क को ही ताकत पहुंचाता है बल्कि हमारी आत्मा को भी शुद्ध करता है। योग में सबसे बड़ा घटक आसनों एवं प्राणायाम का है। आसन अर्थात योगमुद्राओं के द्वारा ही हम स्वस्थ रह सकते हैं। किंतु आसनों को करते समय अर्थात योग करते समय हमें समुचित सावधानी बरतनी चाहिए तभी हमें योग का पूरा लाभ मिलेगा। प्राणायाम को तीन चरणों में किया जाता है। पूरक अर्थात सांस अंदर लेना। रेचक अर्थात सांस रोकना। अंदर सांस रोकने को अंतः रेचक एवं सांस बाहर छोड़कर सांस रोक लेने को बाह्य रेचक कहते हैं। वैसे प्राणायाम को अगर आसनों के बीच में किया जाए तो यह काफी लाभप्रद रहता है। इससे आसनों से होने वाली थकावट से शरीर को आराम भी मिलता है। कुम्भक अर्थात सांस बाहर छोड़ना। कुछ प्रमुख प्राणायाम व उनके लाभ निम्नवत हैं जिनका उपयोग करके स्वस्थ रहा जा सकता है।

अनुलोम - विलोम

इससे मस्तिष्क सम्बन्धित सभी व्याधियां, पार्किंसन्स, पैरालिसिस, लूलापन, स्नायुओं से सम्बन्धित सभी व्याधियां, सायनस, डायबिटीज़, टॉन्सिल्स, चर्म समस्या, सभी ऐलर्जी, कैंसर, आर्थराइटिस, रट्यूमेटोइड आर्थराइटिस, कार्टिलेज घिसना जैसी व्याधियां मिट जाती है। इससे नाडी शुद्ध हो जाती है, हार्ट ब्लॉकज खुल जाते हैं, हाई-लो दोनों रक्त चाप ठीक हो जाते हैं, टेढ़े लिगामेंट्स सीधे हो जाते हैं, वैरीकोस वेन्स, कोलेस्ट्रॉल, टॉक्सिनस, ऑक्सीडैन्ट्स जैसे विजातीय पदार्थ शरीर के बाहर निकल जाते हैं एवं सायकिक पेंशेन्ट्स को फायदा होता है। इससे किडनी प्राकृतिक रूप से स्वच्छ होती है, डायलेसिस करने की जरूरत नहीं पड़ती। सर्दी, खाँसी, नाक, गला, ब्रेन ट्यूमर ठीक हो जाता है तथा मेमोरी बढ़ाने में भी सहायक है। खाली पेट सुबह पाँच-दस बार 10 मिनट इसका अभ्यास नियमित रूप से करना चाहिए।

कपालभाति

इससे बालों की सारी समस्याएं, चेहरे की झुरियाँ, आँखों के डार्क सर्कल, थायराइड की समस्या, सभी प्रकार के चर्म रोग, आँखों एवं दाँतों की सारी समस्याएँ मिटती हैं। आंखों की रोशनी बढ़ाने, पायरिया खत्म करने, चर्बी घटाने, कब्ज, ऐसिडिटी, गैस्ट्रिक जैसी पेट की सभी समस्याओं को मिटाने, डायबिटीज, कोलेस्ट्रॉल को कम करने, सभी ऐलर्जी को खत्म करने, कैंसर को समाप्त करने में सहायक है। इससे शरीर में स्वतः हीमोग्लोबिन एवं कैल्शियम, कैंसर ठीक हो जाता है तथा किडनी स्वतः स्वच्छ हो जाती है तथा डायलेसिस करने की जरूरत नहीं पड़ती। हृदय रोगों, हाई ब्लड प्रेशर और पेट में गैस आदि शिकायतों में यह प्राणायाम धीरे धीरे करना चाहिये (1 मिनट में 60 बार) है।



भस्त्रिका	भ्रामरी
हृदय एवं फेफड़ों सशक्त बनाता है तथा मस्तिष्क की सभी व्याधियों को मिटाता है एवं पार्किंसन, पैरालिसिस, लूलापन तथा स्नायुओं से सम्बंधित सभी व्यधियों को समाप्त करता है।	सायकीक पेंशेट्स को फायदा होता है, मायग्रेन पेन, डीप्रेसन, और मस्तिष्क से सम्बंधित सभी व्याधियां समाप्त होती हैं एवं मन और मस्तिष्क की एकाग्रता बढ़ जाती है।
उद्धीथ	शीतकारी एवं शीतली
पॉजिटिव एनर्जी मिलती है, मनोरोगियों को फायदा होता है, मायग्रेन पेन, डिप्रेसन और मस्तिष्क के सम्बंधित सभी व्याधियां समाप्त होती हैं एवं मन और मस्तिष्क की एकाग्रता बढ़ जाती है।	शरीर की अतिरिक्त गरमी कम होती है, ज्यादा पसीना आने की शिकायत से आराम होता है तथा पेट की गर्मी और जलन कम होती है एवं शरीर पर कहीं भी आयी हुई फोड़ी समाप्त हो जाती है।
अधिसार	बाह्य
कब्ज, ऐसिडिटी, जैसी पेट की सभी समस्याएं मिट जाती हैं तथा हर्निया पूरी तरह मिट जाता है एवं धातु, और पेशाब के संबंधित सभी समस्याएं मिट जाती हैं तथा व्यंघत्व से छुटकारा मिलता है और मन की एकाग्रता बढ़ती है।	कब्ज, ऐसिडिटी, गैस जैसी पेट की सभी समस्याएं एवं हार्निया तथा धातु संबंधी एवं पेशाब संबंधित समस्याएं पूरी तरह समाप्त हो जाती हैं एवं मन की एकाग्रता बढ़ती है और संतानहीनता से भी छुटकारा मिलता है।
उज्जयी	प्रणव
थायराइड की शिकायत से आराम मिलता है एवं तुतलाना, हकलाना दूर होता है साथ ही अनिद्रा, मानसिक तनाव कम होता है तथा टीबी(क्षय) को मिटाने में मदद मिलती है तथा गुंगे बच्चों को बोलने में भी सहायक है।	सकारात्मक ऊर्जा मिलती है और मनोरोगियों को फायदा होता है तथा मायग्रेन पेन, डिप्रेसन और मस्तिष्क के सम्बंधित सभी व्यधियों को मिटाता है तथा मन और मस्तिष्क की शांति मिलती है और एकाग्रता बढ़ती है।

योगआसन अर्थात व्यायाम

योग एक बहुत विस्तृत विषय है और सिर्फ आसन एवं प्राणायाम ही योग नहीं है। किंतु मुख्यतः विषय को संक्षिप्त के उद्देश्य से सिर्फ उद्देश्य परक विषय वस्तु ही यहां दी जा रही है। योगासनों को व्यायाम की श्रेणी में रखा जाता है जिसमें कि शरीर को विभिन्न प्रकार की मुद्राओं से स्वस्थ रखा जाता है। वैसे तो 84 लाख योनियों के आधार पर 84 लाख आसन बताए गए हैं जिनमें पृथ्वी पर मौजूद हर पशु/ पक्षी/ कीड़े/ मकौड़े के आकार में आसन करना बताया गया है जिनमें से कई तो विलुप्त भी हो चुके हैं। वर्तमान में कुल 84 प्रकार के आसन महत्वपूर्ण हैं जिनमें से जो सुलभ हैं एवं लोगों के द्वारा आसानी से प्रयोग किए जा सकते हैं वे निम्नवत हैं।

मुद्राओं के आधार पर कुछ प्रमुख मुद्राओं वाले आसन निम्नवत हैं :

देवताओं की मुद्रा वाले आसन	पशुओं की मुद्रा वाले आसन	प्राकृतिक मुद्रा वाले आसन
 नटराजासन बुद्ध पदमासन पदमासन वज्रासन	उष्ट्रासन अर्ध-मत्स्येन्द्रासन, भुजंगासन मयूर आसन	 पृथ्वी मुद्रा खेचरी मुद्रा प्राण मुद्रा जल मुद्रा एवं योग मुद्रा

उक्त मुद्राओं वाले आसनों से इतर भी अन्य बहुत से आसन है। उक्त आसनों में कई आसन ऐसे हैं जो स्वास्थ्य के लिए बहुत ही महत्वपूर्ण हैं एवं कई आसन एवं प्राणायाम कई बीमारियों में कॉमन हैं। कुछ प्रमुख बीमारियों से बचने के लिए निम्न आसनों एवं प्राणायाम को किया जा सकता है।

**कोरोना से बचने के लिए आसन**

ताड़ासन कटिचक्रासन	त्रिकोणासन उष्ट्रासन	शशांकासन जनभुजंगासन	शव आसन मकरासन
-----------------------	-------------------------	------------------------	------------------

उक्त आसनों के बाद व्यक्ति को प्राणायाम में नाडी शोधन और भ्रामरी करना चाहिए जो प्रतिरोधी तंत्र के विकास में बेहद उपयोगी होता है।

श्वसन संबंधी समस्याओं के लिए आसन**पेट की बीमारियों को मुक्त करने वाले आसन**

अनुलोम – विलोम सर्वांगासन चक्रासन	पर्वतासन भुजंगासन	उष्ट्रासन नौकासन, पवनमुक्तासन,	अर्ध-मत्स्येन्द्रासन, वक्रासन धनुरासन भुजंगासन
---	----------------------	--------------------------------------	--

उक्त में से किन्हीं दो का चयन कर करें।

उक्त में से किन्हीं दो का चयन कर करें।

बुखार**खांसी एवं जुकाम****कमर का दर्द दूर करने वाले आसन**

कपालभाति अनुलोम विलोम	सूर्य नमस्कार भस्त्रिक	शलभआसन मकरासन एवं भुजंगासन	हलासन मत्स्येन्द्रासन
--------------------------	---------------------------	-------------------------------	--------------------------

गैस की समस्या के लिए आसन**डायबिटीज हेतु****कब्जा की समस्या के लिए आसन**

पवनमुक्तासन नौकासन अर्धमत्स्येन्द्रासन पश्चिमोत्तानासन	पवनमुक्तासन नौकासन उत्तानपादासन वज्रासन एवं मंडूकासन	अधोमुख शवासन मत्स्येन्द्र आसन पवनमुक्तासन अनजनेयासन	बालासन उत्तनासन सुप्त मत्स्येन्द्रासन
---	---	--	---

शरीर के विविध अंगों को स्वस्थ रखने के लिए निम्न आसन किए जा सकते हैं –

आंखों के लिए आसन		कान की समस्या का समाधान करने वाले आसन	
पदमासन सिद्धासन सुखासन एवं शवासन	अनुलोम विलोम त्राटक आसन सर्वांगासन	ताड़ासन शसकासन भुजंगासन	शवासन ब्रह्मुद्रा
सीने के लिए		हृदय के लिए	
त्रिकोणासन ताड़ासन एवं भुजंगासन	उष्ट्रासन सूर्य नमस्कार	सुप्तवज्रासन भुजंगासन	पश्चिमोत्तानासन हृदय मुद्रा
हाथों के लिए	गले की समस्या का समाधान करने वाले आसन	पैरों के लिए	दांतों के लिए आसन
मणिबंध	सिंहासन	ताड़ासन	सीतकारी सप्ताह में एक बार नमक एवं तेल मलें
रीढ़ के लिए		हाइड्रोसिल की समस्या वाले आसन	
मकरासन एवं भुजंगासन	ताड़ासन	गोमुखासन	गरुडासन





इसके अलावा कुछ विशेष आसन निम्नवत हैं :

लंबाई बढ़ाने वाले आसन		पायरिया हेतु	
शीर्षासन चक्रासन सर्वांगासन सूर्य नमस्कार	ताड़ासन मयूरासन भुजंगासन पश्चिमोत्तासन	कपाल भाती प्राणायाम योग मुद्रा शीतकारी प्राणायाम शीतली प्राणायाम	ताड़ासन कटिचक्रासन
याददाशत/ स्मरण शक्ति बढ़ाने वाले आसन		मोटापा घटाने वाले	
हलासन सर्वांगासन पश्चिमोत्तासन	मेंटल एक्सरसाइज पदमासन सुखासन एवं हठ योग	नौकासन भुजंगासन उष्ट्रासन	कपालभाति पादहस्तासन परिवृत्त पार्श्वकोणासन
ढौड़ की रफ्तार बढ़ाने वाले आसन		थकान को दूर करने वाले आसन एवं स्वस्थ रखने वाले आसन	
तितली आसन या बुद्धकोणासन अर्द्ध मत्स्येन्द्रासन हस्तपादासन एवं पादहस्तासन	त्रिकोणासन वृक्षासन वीरभद्रासन	अंजली मुद्रा वीर भद्रासन सेतुबंधासन एवं त्रिकोणासन	स्वसासन एवं भुजंगासन सूर्य नमस्कार ताड़ासन एवं दंडासन
नींद आने के लिए		बजन बढ़ाने वाले आसन	
विपरीत करणी आसन पश्चिमोत्तासन	बालासन	भुजंगासन एवं वज्रासन पवन मुक्तासन	मत्स्यासन एवं सर्वांगासन धनुरासन एवं चक्रासन
चेहरे पर चमक लाने के लिए आसन			
हलासन	सर्वांगासन	त्रिकोणासन	मत्स्यासन

उम्र विशेष को ध्यान में रखते हुए आसनों को निम्न प्रवर्गों में बांटा गया है

महिलाओं के लिए आसन			बच्चों के लिए आसन		
कपालभाती- PCOD की समस्या उत्तानासन- पेट और कमर की चर्बी कम सर्वांगासन- ग्लोइंग स्किन	शीर्षासन- झड़ते बालों से राहत विपरीत करणी आसन-थायराइड प्रॉब्लम	कुंडलिनी योग-पीरियड्स व मेनोपॉज में राहत बालासन- जांघों की चर्बी कम सेतुबंधासन हलासन	ब्राह्मरी शितकारी एकपदासन प्रणाम आसन हस्तोत्तानासन अश्व संचालनासन	दंडासन अष्टांग नमस्कार भुजंगासन पर्वतासन ताड़ासन धनुरासन	वृक्षासन मर्जरी आसन वज्रासन वीरभद्रासन शिशुआसन
सीने के लिए					
वृक्षासन	पर्वतासन	ताड़ासन	भुजंगासन	बंध कोणासन	



योग में प्राणायाम या आसन करते समय सावधानियाँ

योग शुरू करने के पहले खुद को तनावमुक्त और मन को शांत कर लें। शौच क्रिया से निवृत्त होने के बाद खाली पेट स्नान करके ही योगाभ्यास प्रारंभ करना चाहिए। योग करते समय पेट हल्का व खाली होना चाहिए यदि स्नान करने से पहले योग किया है तो योग के कम से कम एक घंटे पश्चात ही स्नान करें क्योंकि योग के बाद शरीर गर्म हो जाता है और नहाने से कई प्रकार के विकार उत्पन्न हो सकते हैं। समतल भूमि पर आसन बिछाकर बैठकर योग करना चाहिए तथा बैठते समय हमारी रीढ़ की हड्डियाँ एक पंक्ति में अर्थात् सीधी होनी चाहिए एवं मौसमानुसार ढीले वस्त्र पहनना चाहिए। योगासन खुले एवं हवादार कमरे में करना चाहिए, ताकि श्वास के साथ आप स्वतंत्र रूप से शुद्ध वायु ले सकें। लड़के यदि लंगोटी या सपोर्टर पहल कर भी आसन करें तो बेहतर है। सुबह हो या शाम, कभी भी भोजन के तुरंत बाद योग नहीं करना चाहिए। योग हमेशा खाने के करीब 3 घंटे बाद करें। केवल वज्रासन ही ऐसा योग है, जिसे भोजन के बाद किया जा सकता है। चाय, कॉफी, जूस या दूसरा कुछ भी पीया है तो आधा घंटा के बाद ही योग अभ्यास शुरू करें। दिन में एक बार ही योग का अभ्यास करने की सलाह दी जाती है। योग करने के कम से कम 30 मिनट बाद ही पानी पीना चाहिए, उससे पहले नहीं। योग करने के लिए सुबह का समय सबसे अच्छा होता है। सुबह आप खाली पेट योग कर सकते हैं। आसनों को आसानी से करें, कठिनाई से नहीं। उनके साथ ज्यादाती न करें। सुखासन, सिद्धासन, पद्मासन, वज्रासन किसी भी आसन में बैठें, मगर जिसमें आप अधिक देर बैठ सकते हैं, उसी आसन में बैठें। आसन करते समय अनावश्यक जोर न लगाएँ। यद्यपि प्रारंभ में आप अपनी मांसपेशियों को कड़ी पाएँगे, लेकिन कुछ ही सप्ताह के नियमित अभ्यास से शरीर लचीला हो जाता है। प्राणायाम



करते समय हमारे हाथों को ज्ञान या किसी अन्य मुद्रा में होना चाहिए तथा प्राणायाम करते समय हमारे शरीर में कहीं भी किसी प्रकार का तनाव नहीं होना चाहिए, यदि तनाव में प्राणायाम करेंगे तो उसका लाभ नहीं मिलेगा। हर साँस का आना जाना बिलकुल आराम से होना चाहिए एवं जबरदस्ती किसी आसन को नहीं करना चाहिए। साथ ही जो लोग शाम के समय योग करते हैं वे योगाभ्यास से कम से कम 1 घंटा पहले हल्का स्नैक्स ले सकते हैं। इसमें आप उबली सब्जियाँ, सलाद, नट्स और सीड्स जैसे फूड्स शामिल कर सकते हैं। चुने हुए समय पर ही नियम से योग करें जिस समय का चुनाव आपने किया है उसी समय पर रोज योग करें। यदि सर्जरी हुई हो तो, आपरेशन के 6 महीने बाद ही प्राणायाम का धीरे धीरे अभ्यास करना चाहिए। जिन लोगों को उच्च रक्त-चाप की शिकायत है, उन्हें अपना रक्त-चाप साधारण होने के बाद धीमी गति से प्राणायाम करना चाहिये। योगाभ्यासी को सम्यक आहार अर्थात् भोजन प्राकृतिक और उतना ही लेना चाहिए जितना कि पचने में आसानी हो। मासिक धर्म, गर्भावस्था, बुखार, गंभीर रोग आदि के दौरान आसन न करें। आसन के प्रारंभ और अंत में विश्राम करें। दो आसनों के मध्य आसन प्राणायाम को किया जा सकता है। यदि वातों में वायु, अत्यधिक उष्णता या रक्त अत्यधिक अशुद्ध हो तो सिर के बल किए जाने वाले आसन न किए जाएँ। विषैले तत्व मस्तिष्क में पहुँचकर उसे क्षति न पहुँचा सकें, इसके लिए सावधानी बहुत महत्वपूर्ण है। प्रत्येक आसन दोनों ओर से करें एवं उसका पूरक अभ्यास करें। योग को कभी भी जल्दबाजी में नहीं करना चाहिए।



योगाभ्यासी का भोजन

जैसा कि पहले ही बताया गया है कि योगाभ्यासी को भोजन के मामले में बहुत सजग रहना चाहिए। हमारे शरीर का भौतिक एवं मानसिक स्वास्थ्य हमारे भोजन पर ही निर्भर है। भोजन में खाद्य पदार्थ ही प्रमुख नहीं है बल्कि भोजन कैसे किया जाए, कब किया जाए यह भी महत्वपूर्ण है। भोजन में क्या खाएं से ज्यादा यह महत्वपूर्ण है कि आप क्या न खाएं और कब न खाएं। वैसे तो आहार एक बहुत विस्तृत विषय है कि एक स्वस्थ तन एवं मन के लिए विभिन्न आहार आदतों को अपनाएं तो स्वस्थ जीवन जिया जा सकता है।



....(क्रमशः)



ईर्ष्या

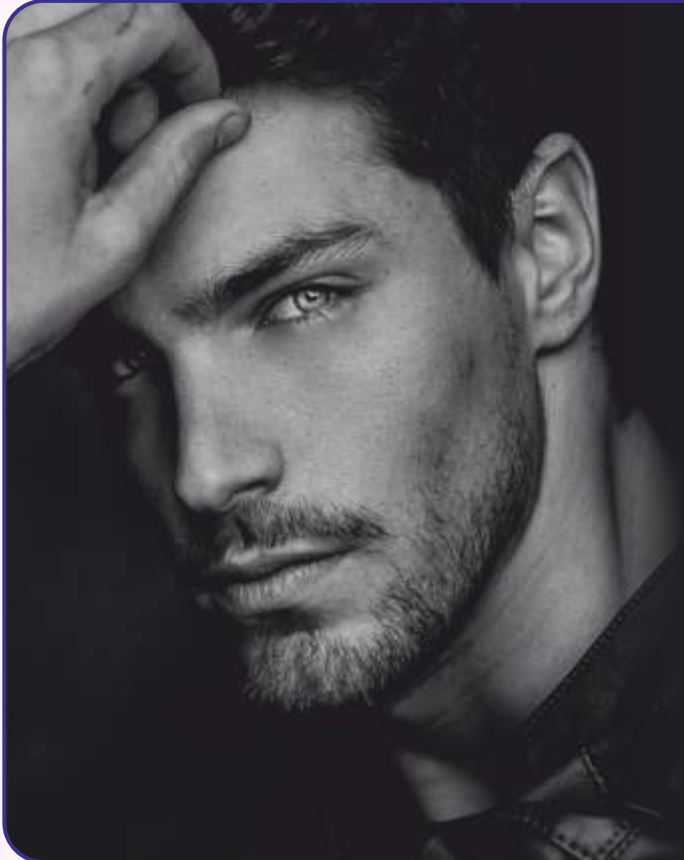
दिमाग का फितूर कहूँ या मन का
समाज का दस्तूर कहूँ या जीवन का
जिन्दगी के किसी मोड़ पर
किसी ना किसी रूप में
हमसे रूबरू हो जाती है
पता नहीं यह क्या है जो
परिस्थितिवश इंसान को ही बदल जाती है ।
जीवन रूपी पहिया तब तक ही
सुख से चले जब तक
इस बगिया में इंसानियत के फूल खिले
छोटी-छोटी खुशियाँ गुलशन में रंग भरती हैं
नफरत की एक नन्ही-सी चिंगारी
उन खुशियों में सेंध लगा जाती है
पता नहीं यह क्या है जो
परिस्थितिवश इंसान को ही बदल जाती है ।

ईर्ष्या रूपी चिंगारी जब सोच पर हावी होती है
बदल देती वो नजरिया जीने का
व्यवहार में बदलाव वो लाती है
खुशियों का दामन है पीछे छूट जाता
अंतरात्मा भी मैली हो जाती है
पता नहीं यह क्या है जो
परिस्थितिवश इंसान को ही बदल जाती है ।



नेहा रंजन

सहायक प्रबन्धक
केन्द्रीय कार्यालय



आज पुराने अल्फाड़ों से
बात नई कहने आया हूँ
जिनसे जीवन मिला है खुद को
क्यों उनके लिए अब वक्त नहीं है
जिस वृक्ष की शाखा पे झूले
छांव में खेले इतराते हम
वे वृक्ष लगे अब सूखने हैं
क्यों सींचने को वक्त नहीं है
नींद है मेरी सपने उनके
ऊँची उड़ान के हौंसले उनके,
जिनकी चमक से बना सितारा
क्यों जमी पे आने को वक्त नहीं है
वक्त कहूँ या बेवक्त इसे
कमबख्त समझ ये आ न सका
हालात हुए कुछ ऐसे कि अब
घर जाने को वक्त नहीं है।

बेवक्त

आर्तेश्वरम

वरिष्ठ प्रबंधक, एआरएम शाखा
कोयम्बतूर क्षेत्र





पिछले अंक से आगे...

क्रांति के लिए विचार- विमर्श

स्वामी दयानन्द सरस्वती ने हरिद्वार पहुँच कर वहाँ एक पहाड़ी के एकांत स्थान पर अपना डेरा जमाया। वहीं पर उन्होंने पाँच ऐसे व्यक्तियों से मुलाकात की, जो आगे चलकर सन 1857 की क्रांति के कर्णधार बने। ये पाँच व्यक्ति थे- नाना साहेब, अजीमुल्ला खाँ, बाला साहब, तात्या टोपे तथा बाबू कुंवर सिंह। बातचीत काफी लम्बी चली और यहीं पर यह तय किया गया कि फिरंगी सरकार के विरुद्ध सम्पूर्ण देश में सशस्त्र क्रांति के लिए आधारभूमि तैयार की जाए और उसके बाद एक निश्चित दिन सम्पूर्ण देश में एक साथ क्रांति का बिगुल बजा दिया जाए। जनसाधारण तथा आर्यावर्तीय (भारतीय) सैनिकों में इस क्रांति की आवाज को पहुँचाने के लिए “रोटी और कमल” की भी योजना यहीं तैयार की गई। इस सम्पूर्ण विचार-विमर्श में प्रमुख भूमिका स्वामी दयानन्द सरस्वती की ही थी।

विचार-विमर्श तथा योजना-निर्धारण के उपरांत स्वामी जी तो हरिद्वार में ही रुक गए तथा अन्य पाँचों राष्ट्रीय नेता योजना को यथार्थ रूप देने के लिए अपने- अपने स्थानों पर चले गए। उनके जाने के बाद स्वामी जी ने अपने कुछ विश्वस्त साधु संन्यासियों से सम्पर्क स्थापित किया और उनका एक गुप्त संगठन बनाया। इस संगठन का मुख्यालय इन्द्रप्रस्थ (दिल्ली) में महरौली स्थित योगमाया मन्दिर में बनाया गया। इस मुख्यालय ने स्वाधीनता समर में उल्लेखनीय भूमिका निभायी। स्वामी जी के नेतृत्व में साधुओं ने भी सम्पूर्ण देश में क्रांति का अलख जगाया। वे क्रांतिकारियों के संदेश एक स्थान से दूसरे स्थान पर पहुँचाते, उन्हें प्रोत्साहित करते और आवश्यकता पड़ने पर स्वयं भी हथियार उठा कर अंग्रेजों से संघर्ष करते। सन 1857 की क्रांति की सम्पूर्ण अवधि में राष्ट्रीय नेता, स्वामी दयानन्द सरस्वती के निरंतर सम्पर्क में रहे।

स्वतंत्रता संघर्ष की असफलता पर भी स्वामी जी निराश नहीं थे।

उन्हें तो इस बात का पहले से ही आभास था कि केवल एक बार प्रयत्न करने से ही स्वतंत्रता प्राप्त नहीं हो सकती। इसके लिए तो संघर्ष की लम्बी प्रक्रिया चलानी होगी। हरिद्वार में ही 1855 की बैठक में बाबू कुँवर सिंह ने जब अपने इस संघर्ष में सफलता की संभावना के बारे में स्वामी जी से पूछा तो उनका बेबाक उत्तर था “स्वतंत्रता संघर्ष कभी असफल नहीं होता। भारत धीरे- धीरे एक सौ वर्ष में परतंत्र बना है। अब इसको स्वतंत्र होने में भी एक सौ वर्ष लग जाएंगे। इस स्वतंत्रता प्राप्ति में बहुत से अनमोल प्राणों की आहुतियाँ डाली जाएँगी।” स्वामी जी की यह भविष्यवाणी कितनी सही निकली, इसे बाद की घटनाओं ने प्रमाणित कर दिया। स्वतंत्रता संघर्ष की असफलता के बाद जब तात्या टोपे, नाना साहब तथा अन्य राष्ट्रीय नेता स्वामी जी से मिले तो उन्हें भी उन्होंने निराश न होने को कहा तथा उचित समय की प्रतीक्षा करने की ही सलाह दी।

1857 की क्रांति के दो वर्ष बाद स्वामी जी ने स्वामी विरजानन्द को अपना गुरु बनाया और उनसे दीक्षा ली। स्वामी विरजानन्द के आश्रम में रहकर उन्होंने वेदों का अध्ययन किया, उन पर चिंतन किया और उसके बाद अपने गुरु के निर्देशानुसार वे वैदिक ज्ञान के प्रचार-प्रसार में जुट गए। इसी उद्देश्य की प्राप्ति के लिए उन्होंने आर्य समाज की भी स्थापना की और उसके माध्यम से समाज सुधार के अनेक कार्य किए। छुआछूत, सती प्रथा, बाल विवाह, नर बलि, धार्मिक संकीर्णता तथा अन्धविश्वासों के विरुद्ध उन्होंने जमकर प्रचार किया और विधवा विवाह, धार्मिक उदारता तथा आपसी भाईचारे का उन्होंने समर्थन किया। इन सबके साथ स्वामी जी लोगों में देशभक्ति की भावना भरने से भी कभी नहीं चूकते थे।

प्रारम्भ में अनेक व्यक्तियों ने स्वामी जी के समाज सुधार के कार्यों में विभिन्न प्रकार के विघ्न डाले और उनका विरोध किया। धीरे- धीरे उनके तर्क लोगों की समझ में आने लगे और विरोध कम हुआ। उनकी



लोकप्रियता निरंतर बढ़ने लगी। इससे अंग्रेज़ अधिकारियों के मन में यह इच्छा उठी कि अगर इन्हें अंग्रेज़ी सरकार के पक्ष में कर लिया जाए तो सहज ही उनके माध्यम से जनसाधारण में अंग्रेज़ों को लोकप्रिय बनाया जा सकता है। इससे पूर्व अंग्रेज़ अधिकारी इसी प्रकार से अन्य कुछ धर्मोपदेशकों तथा धर्माधिकारियों को विभिन्न प्रकार के प्रलोभन देकर अपनी तरफ मिला चुके थे। उन्होंने स्वामी दयानन्द सरस्वती को भी उन्हीं के समान समझा। तदनुसार एक ईसाई पादरी के माध्यम से स्वामी जी की तत्कालीन गवर्नर जनरल लॉर्ड नार्थब्रुक से मुलाकात करवायी गई। यह मुलाकात मार्च 1873 में कलकत्ता में हुई।

अंग्रेज़ों को तीखा जवाब

इधर-उधर की कुछ औपचारिक बातों के उपरांत लॉर्ड नार्थब्रुक ने विनम्रता से अपनी बात स्वामी जी के सामने रखी “अपने व्याख्यान के प्रारंभ में आप जो ईश्वर की प्रार्थना करते हैं, क्या उसमें आप अंग्रेज़ी सरकार के कल्याण की भी प्रार्थना कर सकेंगे।”

गवर्नर जनरल की बात सुनकर स्वामीजी सहज ही सब कुछ समझ गए। उन्हें अंग्रेज़ी सरकार की बुद्धि पर तरस भी आया, जो उन्हें ठीक तरह नहीं समझ सकी। उन्होंने निर्भीकता और दृढ़ता से गवर्नर जनरल को उत्तर दिया—

“मैं ऐसी किसी भी बात को स्वीकार नहीं कर सकता। मेरी यह स्पष्ट मान्यता है कि राजनीतिक स्तर पर मेरे देशवासियों की निर्बाध प्रगति के लिए तथा संसार की सभ्य जातियों के समुदाय में आर्यावर्त को (भारत) सम्मानीय स्थान प्रदान करने के लिए यह अनिवार्य है कि मेरे देशवासियों को पूर्ण स्वाधीनता प्राप्त हो। सर्वशक्तिशाली परमात्मा के समक्ष प्रतिदिन मैं यही प्रार्थना करता हूँ कि मेरे देशवासी विदेशी सत्ता के जुए से शीघ्रातिशीघ्र मुक्त हों।”

गवर्नर जनरल को स्वामीजी से इस प्रकार के तीखे उत्तर की आशा नहीं थी। मुलाकात तत्काल समाप्त कर दी गई और स्वामीजी वहाँ से लौट आए। इसके उपरांत सरकार के गुप्तचर विभाग की स्वामी जी पर तथा उनकी संस्था आर्य समाज पर गहरी दृष्टि रही। उनकी प्रत्येक गतिविधि और उनके द्वारा बोले गए प्रत्येक शब्द का रिकॉर्ड रखा जाने लगा। आम जनता पर उनके प्रभाव से सरकार को अहसास होने लगा कि वह बागी फकीर और आर्यसमाज किसी भी दिन सरकार के लिए खतरा बन सकते हैं। इसलिए स्वामी जी को समाप्त करने के लिए भी तरह-तरह के षड्यंत्र रचे जाने लगे।

हत्या का षड्यंत्र

स्वामी जी की मृत्यु जिन परिस्थितियों में हुई, उससे यह भी आभास

मिलता है कि उसमें निश्चित ही अंग्रेज़ी सरकार का कोई षड्यंत्र था। स्वामी जी की मृत्यु 30 अक्टूबर 1883 को दीपावली के दिन संध्या के समय हुई थी। उन दिनों वे जोधपुर नरेश महाराज जसवंत सिंह के निमंत्रण पर जोधपुर गए हुए थे। वहाँ उनके नित्य ही प्रवचन होते थे। यदाकदा महाराज जसवंत सिंह भी उनके चरणों में बैठकर वहाँ उनका प्रवचन सुनते। दो-चार बार स्वामी जी भी राज महलों में गए। वहाँ पर उन्होंने नन्हीं नामक वेश्या का अनावश्यक हस्तक्षेप और महाराज जसवंत सिंह पर उसका अत्यधिक प्रभाव देखा। स्वामी जी को यह बहुत बुरा लगा। उन्होंने महाराज को इस बारे में समझाया तो उन्होंने विनम्रता से उनकी बात स्वीकार कर ली और नन्हीं से सम्बन्ध तोड़ लिए। इससे नन्हीं स्वामी जी के बहुत अधिक विरुद्ध हो गई। उसने स्वामी जी के रसोइए कलिया उर्फ जगन्नाथ को अपनी तरफ मिला कर उनके दूध में पिसा हुआ काँच डलवा दिया। थोड़ी ही देर बाद उसने स्वामीजी के पास आकर अपना अपराध स्वीकार कर लिया और उसके लिए क्षमा मांगी। उदार-हृदय स्वामी जी ने उसे राह खर्च और जीवन यापन के लिए पाँच सौ रुपए देकर वहाँ से विदा कर दिया ताकि पुलिस उसे परेशान ना करे। बाद में जब स्वामी जी को जोधपुर के अस्पताल में भर्ती करवाया गया तो वहाँ सम्बन्धित चिकित्सक भी शक के दायरे में रहा। उस पर आरोप था कि वह औषधि के नाम पर स्वामी जी को हल्का विष पिलाता रहा। बाद में जब स्वामी जी की तबीयत बहुत खराब होने लगी तो उन्हें अजमेर के अस्पताल में लाया गया। मगर तब तक काफी विलम्ब हो चुका था। स्वामी जी को बचाया नहीं जा सका।

इस सम्पूर्ण घटनाक्रम में आशंका यही है कि वेश्या को उभारने तथा चिकित्सक को बर्गलाने का कार्य अंग्रेज़ी सरकार के इशारे पर किसी अंग्रेज़ अधिकारी ने ही किया। अन्यथा एक साधारण वेश्या के लिए यह संभव नहीं था कि केवल अपने बलबूते पर स्वामी दयानन्द सरस्वती जैसे सुप्रसिद्ध और लोकप्रिय व्यक्ति के विरुद्ध ऐसा षड्यंत्र कर सके। बिना किसी प्रोत्साहन और संरक्षण के चिकित्सक भी ऐसा दुस्साहस नहीं कर सकता था।

अंतिम शब्द

स्वधर्म, स्वभाषा, स्वराष्ट्र, स्वसंस्कृति और स्वदेशोन्नति के अग्रदूत स्वामी दयानन्द जी का शरीर सन 1883 में दीपावली के दिन पंचतत्व में विलीन हो गया और वे अपने पीछे छोड़ गए एक सिद्धांत, कृपवन्तो विश्वमार्यम - अर्थात् सारे संसार को श्रेष्ठ मानव बनाओ। उनके अंतिम शब्द थे—“ प्रभु! तूने अच्छी लीला की। आपकी इच्छा पूर्ण हो।”



स्वामी दयानन्द के योगदान के बारे में महापुरुषों के विचार

- डॉ. भगवान दास ने कहा था कि स्वामी दयानन्द हिन्दू पुनर्जागरण के मुख्य निर्माता थे।
- श्रीमती एनी बेसेन्ट का कहना था कि स्वामी दयानन्द पहले व्यक्ति थे, जिन्होंने यह घोषणा की कि “आर्यावर्त आर्यवर्तियों (भारतीयों) के लिए है”
- सरदार पटेल के अनुसार भारत की स्वतंत्रता की नींव वास्तव में स्वामी दयानन्द ने डाली थी।
- पट्टाभि सीतारामैया का विचार था कि गाँधी जी राष्ट्रपिता हैं, पर स्वामी दयानन्द राष्ट्रपितामह हैं।
- फ्रेंच लेखक रोमां रोलां के अनुसार स्वामी दयानन्द राष्ट्रीय भावना और जन जागृति को क्रियात्मक रूप देने में प्रयत्नशील थे।
- अन्य फ्रेंच लेखक रिचर्ड का कहना था कि ऋषि दयानन्द का प्रादुर्भाव लोगों को कारागार से मुक्त कराने और जाति बन्धन तोड़ने के लिए हुआ था। उनका आदर्श है – आर्यवर्त ! उठ , जाग, आगे बढ़। समय आ गया है , नए युग में प्रवेश करा।
- नेताजी सुभाष चन्द्र बोस ने उन्हें आधुनिक भारत का आद्यनिर्माता माना है।
- सैयद अहमद खाँ के शब्दों में “स्वामी जी ऐसे विद्वान और श्रेष्ठ व्यक्ति थे जिनका अन्य मतावलम्बी भी सम्मान करते थे।”
- वीर सावरकर ने कहा “महर्षि दयानन्द संग्राम के सर्वप्रथम योद्धा थे”।
- लाला लाजपत राय ने कहा स्वामी दयानन्द मेरे गुरु हैं। उन्होंने हमें स्वतंत्र विचारना, बोलना और कर्तव्यपालन करना सिखाया।

लेखन व साहित्य

स्वामी दयानन्द सरस्वती ने कई धार्मिक व सामाजिक पुस्तकें अपनी जीवन काल में लिखीं। प्रारम्भिक पुस्तकें संस्कृत में थीं, किंतु समय के साथ उन्होंने कई पुस्तकों को आर्यभाषा (हिंदी) में भी लिखा, क्योंकि आर्यभाषा की पहुँच संस्कृत से कई अधिक थी। हिंदी को उन्होंने “आर्यभाषा” का नाम दिया था। उत्तम लेखन के लिए आर्यभाषा का प्रयोग करने वाले स्वामी दयानन्द अग्रणी व प्रारम्भिक व्यक्ति थे।

स्वामी दयानन्द सरस्वती की मुख्य कृतियाँ निम्नलिखित हैं:-

1. सत्यार्थ प्रकाश
2. ऋग्वेदादि भाष्यभूमिका
3. ऋग्वेद भाष्य
4. यजुर्वेद भाष्य
5. चतुर्वेद विषयसूची

6. संस्कार विधि
7. पंचमहायज्ञ विधि
8. आर्याभिविनय
9. गोकर्णानिधि
10. आर्योद्देश्य रत्नमाला
11. भ्रांति निवारण
12. अष्टाध्यायी भाष्य
13. वेदांग प्रकाश
14. संस्कृत वाक्य प्रबोध
15. व्यवहारभानु

आर्योद्देश्यरत्नमाला

1873 में आर्योद्देश्य रत्नमाला नामक पुस्तक प्रकाशित हुई जिसमें स्वामी जी ने एक सौ शब्दों की परिभाषा वर्णित की है। इनमें से कई शब्द आम बोलचाल में आते हैं पर उनके अर्थ रूढ़ हो गए हैं, उदाहरण के लिए, ईश्वर, धर्म, कर्म, आदि। इनकी परिभाषा और व्याख्या इस पुस्तक में है। इस लघु पुस्तिका में 8 पृष्ठ हैं।

गोकर्णानिधि

1881 में स्वामी दयानन्द ने गोकर्णानिधि नामक पुस्तक प्रकाशित की जो कि गोरक्षा आन्दोलन को स्थापित करने में प्रमुख भूमिका निभाने का श्रेय भी लेती है। इस पुस्तक में उन्होंने सभी समुदाय के लोगों को अपने प्रतिनिधि सहित गोकृष्यादि रक्षा समिति की सदस्यता लेने को कहा है जिसका उद्देश्य पशु व कृषि की रक्षा है। यहाँ आधुनिक पर्यावरण-वादियों के समान विचार व्यक्त किए गए हैं। इस पुस्तक में समीक्षा, नियम व उपनियम हैं तथा प्रमुखतः पशुओं को न मार कर उनका पालन करने में होने वाले लाभ वर्णित किए गए हैं।

व्यवहारभानु

वैदिक यंत्रालय, बनारस द्वारा 1880 में व्यवहारभानु पुस्तक प्रकाशित की गई थी। इसमें धर्मोक्त और उचित व्यवहार के बारे में वर्णन है।

स्वीकारपत्र

27 फरवरी 1883 को उदयपुर में स्वामी दयानन्द सरस्वती ने एक स्वीकारपत्र प्रकाशित किया था जिसमें उन्होंने अपने मृत्योपरांत 23 व्यक्तियों को परोपकारिणी सभा की जिम्मेदारी सौंपी थी जो कि उनके बाद उनका काम आगे बढ़ा सकें। इनमें महादेव गोविन्द रानाडे का भी नाम है। इस स्वीकारपत्र पर 13 गणमान्य व्यक्तियों के साक्षी के रूप में हस्ताक्षर हैं। इसके प्रकाशन के कुछ छः माह पश्चात ही उनका देहांत हो गया था।

....(समाप्त)





नई सरकारी योजनाओं के अमल में सरकारी बैंकों की भूमिका

स्वाती मेहता, रतलाम शाखा, भोपाल क्षेत्र

सरकारी योजनाओं के क्रियान्वयन तथा सामान्य जनता के बीच सरकारी बैंक एक 'मजबूत कड़ी' के रूप में कार्य करते हैं। सरकार का दायित्व है कि समाज के हर वर्ग की उन्नति के लिए नई-नई योजनाएँ बनाए तथा प्रभावशाली ढंग से उन योजनाओं का क्रियान्वयन करें। देश के कोने-कोने में फैली हुई सरकारी बैंकों की शाखाएँ हर वर्ग के व्यक्ति को सुगमता से जोड़ने में सफल रही हैं। महानगर हो या बड़ा शहर, छोटा शहर हो या गाँव सभी जगह सरकारी बैंकों की शाखाएँ फैली हुई हैं। जिन बैंकों की शाखाएँ छोटे गाँवों में नहीं हैं वे भी वित्तीय समावेशन के माध्यम से अपनी यूएसबी (अति लघु शाखा) द्वारा गाँव-गाँव तक के लोगों से जुड़े हैं। यही कारण है कि सरकार अपनी योजनाओं के क्रियान्वयन के लिए सरकारी बैंकों को ही माध्यम चुनती हैं। वहीं, बैंक भी पूरी सक्रियता से इन योजनाओं को मूर्त रूप देते हैं और देश की प्रगति में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

इसी तारतम्य में सरकार द्वारा चलाई गई "प्रधानमंत्री जन-धन योजना" एक ऐसी महत्वपूर्ण योजना है जिसके अंतर्गत सरकारी बैंकों के द्वारा 33 करोड़ से भी अधिक जन-धन खाते खोले गए। इस आंकड़े से सरकारी बैंकों की व्यापकता व सक्रिय भूमिका का अंदाजा लगाया जा सकता है। इस योजना के तहत 'जीरो बैलेंस' पर उन सभी लोगों के बचत खाते खोले गए जिनका किसी भी बैंक में कोई खाता नहीं था। इस प्रकार वे सभी लोग जिन्होंने बैंक के माध्यम से कभी लेन-देन नहीं किया था, जो अभी तक सूदखोरों के द्वारा ठगे जा रहे थे, वे अब सरकारी बैंकों की विभिन्न शाखाओं से जुड़ गए थे। उनकी कड़ी मेहनत का पैसा अब पूरा का पूरा उनके खाते में जमा होने लगा था। इस सफलता का श्रेय सरकारी बैंकों को दिया जाए तो गलत नहीं होगा।

जन-धन योजना के तुरंत बाद ही सरकार द्वारा 'प्रधानमंत्री बीमा योजना' की भी शुरुआत कर दी गई थी। समाज के एक बहुत बड़े गरीब तबके के पास किसी भी बीमा कंपनी से बीमा कराने व उसकी भारी भरकम प्रीमियम भरने का सामर्थ्य नहीं था। अतः सरकार ने मात्र 12 रुपए सालाना प्रीमियम पर 2 लाख रुपए तक की 'प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना' लागू की। इस योजना के क्रियान्वयन में सरकारी बैंकों के द्वारा 10 करोड़ से भी अधिक लोगों ने मात्र 12 रुपए प्रति वर्ष की दर से बीमा करा के सरकार की इस योजना को सफल बनाया। इसमें हजारों की संख्या में दावे भी प्रस्तुत हुए, जिनकी प्रक्रिया पूर्ण कर लाभार्थियों को बैंक द्वारा बीमे की रकम भी दी जा चुकी है। वहीं प्रधानमंत्री जीवन ज्योति बीमा योजना के अंतर्गत करीब साढ़े पाँच करोड़ लोगों ने बीमा कराया है। ये आंकड़ें दर्शाते हैं कि सरकारी योजनाओं को अमल में लाने के लिए बैंकों की भूमिका कितनी

महत्वपूर्ण है। इस बीमा योजना के अंतर्गत भी हजारों की संख्या में लाभार्थियों को चेक प्रदान किए गए हैं। इन बीमा पॉलिसी को क्रियान्वित कर बैंकों ने उन गरीब परिवारों को आर्थिक सहायता प्रदान की है जो किसी सदस्य की मृत्यु होने के बाद आर्थिक रूप से भी टूट जाता था। सरकार द्वारा प्राप्त इन दो लाख रुपयों से ऐसे परिवारों को पुनः अपनी आर्थिक स्थिति संभालने का अवसर मिला है।

हर परिवार के सिर पर अपना छत होना कितना अनिवार्य है, इस बात का अंदाजा इस बात से लगाया जा सकता है कि सरकार द्वारा 'प्रधानमंत्री आवास योजना' की शुरुआत की गई। इस योजना के तहत देश की गरीब जनता के लिए 2 करोड़ घर बनाने का प्रावधान है। इतनी बड़ी संख्या में गरीब तक पहुँचने का सशक्त माध्यम बैंक ही है। अतः इस योजना के तहत मिलने वाली राशि लाभार्थी के खाते में जमा की जाती है जिसे वह अपनी सुविधा व निर्माण-कार्य, कब कितनी राशि का उपयोग होगा, के अनुसार निकाल सकता है। अतः आवास जैसी मूलभूत सुविधा घर-घर तक पहुँचाने में भी सरकारी बैंकों ने सक्रिय भूमिका निभायी है।

आवास के साथ-साथ लोगों को अपनी आजीविका चलाने के लिए स्वावलंबी बनाना भी सरकार की प्राथमिकता है। इसके लिए सरकार द्वारा कई प्रकार की ऋण सुविधाएँ सरकारी बैंकों के माध्यम से प्रदान की जा रही हैं। जैसे :-

1. प्रधानमंत्री मुद्रा योजना :-

जो लोग अपना स्वयं छोटा उद्योग या व्यवसाय चालू करना चाहते हैं उनके लिए सरकार ने यह योजना चलाई है। अपनी आवश्यकता के अनुसार इसके लिए आवेदन दिया जा सकता है। इसमें तीन प्रकार के ऋण देने का प्रावधान है - शिशु ऋण, जिसमें पचास हजार तक का ऋण दिया जाता है; किशोर ऋण, जिसमें पचास हजार से पाँच लाख तक का ऋण दिया जाता है तथा तरुण ऋण, जिसमें पाँच लाख से दस लाख रुपए तक का ऋण प्रदान किया जाता है।

बैंकों ने बहुत ही प्रभावी तरीके से इस योजना को चलाया तथा प्राप्त आवेदनों में व्यवसाय की प्रकृति के अनुसार निर्णय ले कर ऋण दिए। अब तक करीब 12 करोड़ महिला व पुरुष इस योजना के तहत ऋण ले चुके हैं जिनमें से साढ़े तीन करोड़ लोग ऐसे हैं जिन्होंने नया कारोबार शुरू करने के लिए ऋण लिया है।

इससे पहले ऋण हेतु बहुत सारी औपचारिकताएँ पूरी करनी पड़ती थी व गारंटी भी देनी पड़ती थी। इस वजह से लोग बैंक से ऋण लेने से कतराते थे। लेकिन इस योजना के तहत बिना गारंटी के ऋण दिया जाता है, प्रोसेसिंग चार्ज भी नहीं लगता है। इसलिए लोग अपना



व्यवसाय चालू करने के लिए सरकारी बैंकों का रुख कर रहे हैं व इस योजना के लाभार्थियों की संख्या निरंतर बढ़ती जा रही है।

2. स्टार्ट-अप इंडिया :-

इस योजना का उद्देश्य देश के बेरोजगार युवाओं को रोजगार व व्यापार हेतु आर्थिक सहायता उपलब्ध कराना है। जो युवा पहली बार व्यवसाय के क्षेत्र में कदम रखना चाहते हैं, यह योजना उन्हीं के लिए है। इसके लिए ऑनलाइन आवेदन भी दिया जा सकता है। छोटे गाँव व कस्बे के युवाओं को भी इस योजना से जोड़ने का कार्य किया जा रहा है जिन्हें न्यूनतम औपचारिकताओं पर आसान ऋण उपलब्ध कराया जा रहा है।

3. स्टैंड-अप इंडिया :-

इस योजना के तहत देश की अनुसूचित जाति व जनजाति के लोगों व महिलाओं को आगे बढ़ाने हेतु ये विशेष योजना सरकार द्वारा चलायी गयी है। इस योजना का उद्देश्य पिछड़ा वर्ग व महिलाओं को आर्थिक रूप से स्वावलंबी बनाना व देश की मुख्य धारा से जोड़ना है।

इन योजनाओं के द्वारा प्राप्त ऋण लेकर सभी स्वावलंबी बन रहे हैं व देश के विकास में अपनी भागीदारी दे रहे हैं।

भारत एक कृषि प्रधान देश है। देश के करीब 70% लोग गाँव में रहते हैं तथा प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से कृषि के द्वारा ही अपना जीवन-यापन करते हैं। यही कारण है कि भारत सरकार के द्वारा किसानों के लिए भी बहुत सारी योजनाएँ बनाई गई हैं जिनके द्वारा वे खेती करने में आ रही आर्थिक समस्या का निदान कर सकते हैं। इन योजनाओं में सबसे प्रमुख हैं:

किसान क्रेडिट कार्ड (केसीसी)

किसानों को अपनी फसल उगाने से लेकर फसल की कटाई तक समय-समय पर पैसों की आवश्यकता होती है। ऐसे में बैंक से साधारण ऋण लेना किसानों को महंगा पड़ता है। इसलिए सरकार ने 1998 में केसीसी की शुरुआत की। यह ऋण सब्सिडी युक्त ब्याज दर पर दिया जाता है। फसल उगाने से लेकर फसल की कटाई तक की अपनी सभी जरूरतों जैसे खाद, बीज, कीटनाशक आदि पर होने वाले खर्च इसके माध्यम से किए जा सकते हैं।

इस ऋण की विशेषता यह है कि किसान अपनी फसल बिकने पर ऋण का भुगतान कर सकता है। सरकारी बैंकों ने गाँव-गाँव तक पहुँच कर 70% वाली आबादी को बहुत बड़ी संख्या में केसीसी देकर देश के अन्नदाताओं को इस योजना का लाभ दिलाया है।

किसानों के लिए भारत सरकार की इस योजना का लाभ उठाने के लिए सरकारी बैंकों से बेहतर कोई विकल्प नहीं है। सरकारी बैंकों ने इस योजना को अमलीय जामा पहना कर महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

भारत सरकार ने उन विद्यार्थियों के लिए भी शिक्षा ऋण की योजना बनाई है जिन्हें उच्च शिक्षा प्राप्त करने के लिए आर्थिक सहायता की आवश्यकता पड़ती है। इस प्रकार की शिक्षा नीति की योजनाओं को क्रियान्वित कर सरकारी बैंकों ने गरीब परिवार के होनहार विद्यार्थियों का भविष्य सवार्ने में मदद की है। अनुदान वाली ब्याज



दरों पर रोजगार प्राप्त होने के बाद तक ऋण चुकाने की सुविधा इस शिक्षा ऋण के अंतर्गत उपलब्ध होती है।

भारत में आज भी कई जगहों पर बेटी का जन्म होना बोज़ समझा जाता है। इस कुरीति व रूढ़ीवादी सोच को बदलने के लिए केंद्र सरकार ने सुकन्या समृद्धि योजना आरंभ की है। इस योजना के तहत पालक अपनी दस वर्ष तक की बालिका का खाता सरकारी बैंक में खुलवा सकते हैं जिसमें प्रतिवर्ष न्यूनतम एक हजार रुपये जमा करने होते हैं जो कि बालिका की उम्र 18 वर्ष पूर्ण होने पर उसकी उच्च शिक्षा अथवा विवाह हेतु उपयोग किए जा सकते हैं। इस जमा राशि पर सावधि जमा के बराबर ब्याज मिलता है और पालक को इस राशि पर आयकर में छूट भी मिलती है।

हमारे वरिष्ठ नागरिकों के लिए भारत सरकार ने बहुत सारी योजनाएँ जारी की हैं और सरकारी बैंकों का सौभाग्य है कि इनमें से कुछ योजनाओं का क्रियान्वयन उनके माध्यम से किया जा रहा है। इसी प्रकार की एक योजना है 'वरिष्ठ नागरिक बचत योजना' जिसमें 05 वर्ष के लिए अधिकतम 15 लाख रुपयों का निवेश किया जा सकता है जिसपर 8.6% की दर से ब्याज दिया जाता है। इस योजना को 03 वर्ष के लिए आगे भी बढ़ाया जा सकता है। बुढ़ापे में पैसों की जरूरतों को देखते हुए, कुछ शुल्क देकर एक साल के बाद भी निकासी की जा सकती है। इस निवेश पर आयकर में छूट मिलती है।

इस प्रकार की योजनाओं को अमल में लाकर हमें अपने आशीर्वाद दाताओं की सेवा का अवसर केंद्र सरकार ने दिया है।

इसी प्रकार की और भी कई योजनाएँ हैं जिनको सरकारी बैंकों के द्वारा अमल में लाकर जन सामान्य तक लाभ पहुँचाने का प्रयास जारी है। समाज के हर वर्ग का व्यक्ति चाहे वह अमीर हो, गरीब हो या मध्यम वर्ग का हो सभी का जीवन स्तर सुधारने में सरकारी बैंकों ने सरकारी योजनाओं को सक्रिय रूप से अमल में लाकर अहम भूमिका निभाई है। उम्मीद है कि सरकार इसी प्रकार नई-नई योजनाएँ समाज की प्रगति के लिए बनाती रहे व सरकारी बैंक राष्ट्रीय निर्माण व प्रगति में अपनी अहम भूमिका का निर्वहन करते रहें।





हाल ही में सम्पन्न पदोन्नति प्रक्रिया के दौरान बैंक के निम्नवत 6 उप-महाप्रबन्धकगण को महा प्रबन्धक के रूप में पदोन्नत किया गया है । इन सभी को हार्दिक बधाइयाँ एवं भविष्य के लिए शुभकामनाएँ !



एन. रविचंद्रन



सुशील कुमार घोष



शुभेंद्र कुमार वर्मा



सुधीर प्रसाद ठाकुर



के. नटराज



राजलक्ष्मी भवानी शंकर



सुरेश कुलकर्णी



राजभाषा विभाग के कर्णधार एवं सहायक महा प्रबन्धक श्री सुरेश कुलकर्णी बैंक में हाल ही में सम्पन्न पदोन्नति प्रक्रिया के दौरान उप महा प्रबन्धक के रूप में पदोन्नत हुए हैं । राजभाषा विभाग के इतिहास में विभाग प्रमुख पहली बार उप महा प्रबन्धक बने हैं । राजभाषा परिवार की ओर से उन्हें हार्दिक बधाइयाँ एवं अशेष शुभकामनाएँ !



संस्थापक दिवस के अवसर पर स्कूली बच्चों के लिये आयोजित प्रतियोगिताएं



बैंगलोर



भुवनेश्वर



चंडीगढ़



जयपुर



नागरकोइल



भोपाल



देहरादून



पुणे



विजयवाड़ा



ईरोड



हैदराबाद



लुधियाना



राँची



दिल्ली



कोलकाता 1



त्रिची



प्रेरक प्रसंग

बगदाद के व्यापारी अली ख्वाजा (अलिफ़ लैला से साभार)

खलीफा हाऊँ रशीद के राज्य काल में बगदाद में अली ख्वाजा नामक एक छोटा व्यापारी रहता था। वह अपने पुश्तैनी मकान में, जो छोटा-सा ही था, अकेला रहता था। उसने विवाह नहीं किया था और उसके माता-पिता की भी मृत्यु हो गई थी। उसका बहुत छोटा व्यापार था और सिर्फ दो-चार आदमी ही उसे जानते थे। उनमें उसका एक घनिष्ठ मित्र था जो कि सौदागर था।

उक्त व्यापारी ने लगातार तीन रातों तक यह स्वप्न देखा कि एक दिव्य रूप का वृद्ध व्यक्ति उससे कह रहा है, तू अपना हज करने का इस्लामी कर्तव्य क्यों नहीं निभाता? तू अविलंब मक्का के लिए रवाना हो जा। अब उसने तय किया कि मक्का जाना ही चाहिए। उसने अपना व्यापार समेटा और मकान में एक किराएदार रख लिया। व्यापार समेट कर उसने जो कुछ पाया उसमें से कुछ तो यात्रा के खर्च के लिए अपने पास रख लिया, बाकी एक हजार अशर्फियाँ बचीं जिनसे उसने हज से लौट कर दोबारा व्यापार करने की योजना बनाई। वह उन्हें साथ में नहीं रखना चाहता था। क्योंकि राह में लुटने का भी भय था। उसने एक हँडिया में अशर्फियाँ रखीं और फिर उसके मुंह तक ज़ैतून का तेल भर दिया। अपने व्यापारी मित्र के पास जा कर उसने कहा, भाई, मैं हज को जाना चाहता हूँ। मेरी यह तेल की हॉडी रख लो। मैं इसे वापस आ कर ले लूँगा। उसने उसे यह नहीं बताया कि उसमें अशर्फियाँ हैं। व्यापारी ने उसे अपने गोदाम की चाभी दी और कहा, जहाँ तुम चाहो अपनी तेल की हॉडी रख दो। लौटना तो वहीं से उठा लेना। मित्र व्यापारी ने हॉडी की ओर देखा तक नहीं।

अली ख्वाजा ने हॉडी गोदाम में रख कर मक्के का सफर शुरू कर दिया किंतु वह ऊँट पर लाद कर कुछ छोटी-मोटी बिक्री की वस्तुएँ भी ले गया ताकि वह वहाँ भी कुछ व्यापार कर सके। हज के सारे कर्तव्य पूरे करने के बाद उसने वहीं अपनी छोटी-सी दुकान खोल दी। एक दिन उसकी दुकान पर दो व्यक्ति आए और कहने लगे कि तुम्हें यहाँ कम मुनाफा होगा, तुम्हारी यह चीज़ें काहिरा में ऊँचे दामों पर बिकेंगी।

अली ख्वाजा का कोई अपना संबंधी तो था ही नहीं जो बगदाद में उसकी वापसी की प्रतीक्षा करता। उसने मिस्त्र देश के सौंदर्य की प्रशंसा सुन रखी थी। वह फौरान अपनी वस्तुएँ ऊँट पर लाद कर व्यापारी दल के साथ काहिरा के लिए रवाना हो गया। वहाँ उसने अपनी वस्तुएँ काफी ऊँचे मूल्य पर बेचीं और खूब मुनाफा कमा कर अपना व्यापार और फैलाया। उसने काहिरा तथा मिस्त्र देश के अन्य स्थानों में खूब सैर-सपाटा भी किया। उसने नील नदी पर सदियों से बने अहराम (पिरामिड) भी देखे और काहिरा के दर्शनीय स्थानों को

देखने के बाद मिस्त्र के अन्य नगरों की भी सैर की। इस तरह वहाँ कई महीने बिताने के बाद वह दमिश्क की ओर चला। रास्ते में वह रोड्स नामक द्वीप में भी गया और वहाँ पुराने जमाने में मुसलमानों द्वारा बनवाई हुई प्रसिद्ध मस्जिदों को भी उसने देखा। फिर वह सैर के साथ व्यापार करता हुआ दमिश्क नगर पहुँचा। दमिश्क बड़ा सुंदर नगर था। वहाँ के बाज़ार और महल बहुत सजे हुए थे और उसके आसपास अनगिनत बाग थे जहाँ तरह-तरह के फल-फूल और जल-कुंड, नहरें, झरने आदि थे। यहाँ का सौंदर्य देख कर वह बगदाद को भूल ही गया। कई वर्षों के बाद उसका वहाँ से भी जी भर गया। इसके बाद उसने हलब, मोसिल व शीराज़ आदि नगरों में जा कर निवास किया। इसके बाद वह बगदाद वापस आया। उसकी वापसी इस नगर में सात वर्षों के बाद हुई।

विदेश रह कर अली ख्वाजा ने केवल इतना ही व्यापार किया था कि उसका काम चलता रहे, बाकी समय में वह सैर-सपाटा करता रहता था। बगदाद आ कर उसे व्यापार जमाने के लिए अपनी बचाई हुई हज़ार अशर्फियों की जरूरत पड़ी। किंतु वापसी के कुछ दिन पहले उसके व्यापारी मित्र ने उसके साथ धोखा कर डाला था। हुआ यह कि एक दिन व्यापारी की पत्नी ने कहा कि बहुत दिनों से घर की किसी चीज़ में ज़ैतून का तेल नहीं पड़ा है, कल बाजार से लेते आना। व्यापारी को अली ख्वाजा की हॉडी याद आयी और उसने कहा, अली ख्वाजा हज को जाते समय मेरे मालगोदाम में ज़ैतून के तेल की एक हॉडी रख गया था। उसी में से थोड़ा-सा तेल ले ले। वैसे वह तेल बहुत पुराना हो गया है और खराब हो गया होगा। किंतु देखते हैं, शायद अच्छा हो।

उसकी पत्नी बोली, यह क्या करते हो? किसी की धरोहर को छूने में भी पाप लगता है। मुझे ज़ैतून के तेल का ऐसा शौक नहीं है कि तुम मेरे लिए धर्म और नैतिकता के विरुद्ध कोई काम करो। व्यापारी ने कहा, तुम पागल हो गई हो। अगर पूरी हॉडी में से एक कटोरी तेल ले लिया तो क्या कमी हो जाएगी? फिर अली ख्वाजा का क्या पता? वह सात वर्ष पूर्व हज करने गया था। हज करने में सात वर्ष तो नहीं लगते। न मालूम वह कहाँ है और क्या मालूम आए या ना आए। मालूम नहीं वह मर गया है या जिन्दा है। स्त्री बोली, कुछ भी हो, उसका तेल नहीं छूना है। यह तुम कैसे कह सकते हो कि वह अब नहीं आएगा। सात वर्ष की अवधि कौन ऐसी अधिक होती है। संभव है कल ही आ जाए। व्यापारी उस समय तो अपनी पत्नी के कहने पर मान गया। किंतु अब उसने सोचा कि अली ख्वाजा ने ज़ैतून के तेल की हॉडी क्यों रखवाई।



ऐसी क्या बात थी उस तेल में जिससे उसे सँभाल कर रखवाने की आवश्यकता पड़ी। रात वह अपनी पत्नी से छुप कर गोदाम में यह देखने गया कि वह तेल कैसा है और उसकी क्या दशा है। उसने गोदाम में जा कर मोमबत्ती जलाई और एक नई हाँडी ले कर उसने अली ख्वाजा की हाँडी को हिलाया और उसमें से अपनी हाँडी में तेल डालने लगा। तेल स्वाद में भी खराब था। और उसमें से दुर्गंध भी आ रही थी किंतु हाँडी हिलाने से एक अशर्फी व्यापारी की हाँडी में आ गिरी। अब उसे तेल का भेद मालूम हुआ। उसने धीरे से सारा तेल अपनी हाँडी में उलट दिया और अलीख्वाजा की हाँडी की सारी अशर्फियाँ निकाल लीं। हाँडी का थोड़ा तेल गिर कर फैल भी गया था और अशर्फियाँ निकल जाने पर हाँडी में उसकी सतह नीची भी हो गयी थी, इसलिए उस व्यापारी ने फर्श अच्छी तरह साफ किया और हँडिया का खराब और बदबूदार तेल बाहर नाली में फेंक दिया। सबुह उठ कर उसने बाजार से जैतून का तेल खरीदा और उसे अली ख्वाजा की हँडिया में मुंह तक भरकर यथास्थान रख दिया।

इसके एक महीने बाद ही अली ख्वाजा विदेश यात्रा से लौटा और उसने अपने व्यापारी मित्र से अपनी तेल की हँडिया माँगी। व्यापारी ने कहा, भाई मैंने तो तुम्हारी हँडिया देखी भी नहीं थी। तुम्हीं ने उसे गोदाम में रखा था। चाबी लो और जहाँ तुमने अपनी हँडियाँ रखी हो वहाँ से ले जाओ।

अली ख्वाजा गोदाम में गया और अपनी हँडिया ले कर अपने घर चला गया। उसने घर जा कर हँडिया का तेल दूसरे बर्तन में डाला और अपनी अशर्फियाँ तलाश कीं लेकिन उसे एक भी अशर्फी नहीं मिली। वह उलटे पाँव व्यापारी मित्र के पास गया और बोला, इसमें रखी एक हजार अशर्फियाँ कहाँ हैं? व्यापारी ने कहा, कैसी अशर्फियाँ? अलीख्वाजा ने रुआँसे हो कर कहा, भाई, मैं ईश्वर की सौगंध खा कर कहता हूँ कि मैंने तेल की हँडिया की तह में एक हजार अशर्फियाँ रखी थीं। अगर तुम ने उन्हें किसी जरूरत से खर्च कर दिया है तो कोई बात नहीं, बाद में वापस कर देना।

व्यापारी मित्र ने कहा, अली ख्वाजा तुम कैसी बातें कर रहे हो। मैंने तुम्हारे लाते और ले जाते समय तुम्हारी हँडिया पर निगाह तक नहीं डाली और तुम्हीं ने उसे गोदाम में रखा और वापस हो कर उसी जगह से उठाया था। मैं क्या जानूँ कि उसमें अशर्फियाँ थी या क्या था। तुम

बेकार ही मुझ पर झूठा आरोप लगाते हो। यह बातें न मित्रता की हैं न भलमनसाहत की। जब तुमने तेल की हाँडी रखी थी तो तुमने तेल ही रखने को कहा था, अशर्फियों की तो कोई बात तुमने नहीं की थी। तुमने तेल कहा था, वह तुम्हें मिल गया। अगर उसमें अशर्फियाँ होतीं तो वह भी तुम्हें मिल जातीं।

अली ख्वाजा ने उसके बहुत हाथ-पाँव जोड़े। उसने कहा, अशर्फियाँ ना मिलीं तो मैं बर्बाद हो जाऊँगा। मेरे पास इस समय कुछ भी नहीं है। उन्हीं अशर्फियों से मुझे व्यापार चलाना है। मुझ पर दया करो और मेरा माल मुझे दे दो। व्यापारी ने क्रुद्ध हो कर कहा, अली ख्वाजा, तुम बड़े नीच आदमी हो। मुझ पर झूठा चोरी का आरोप लगा रहे हो और बेईमानी से मुझसे हजार अशर्फियाँ ऐंठना चाहते हो। तुम भाग जाओ

और कभी मेरे सामने नहीं आना। झगड़ा बढ़ा तो मुहल्ले के बहुत से लोग जमा हो गए। कुछ लोग अली ख्वाजा को सच्चा समझते थे और कुछ व्यापारी को। शाम तक सारे बगदाद में अली ख्वाजा और उसके मित्र व्यापारी का झगड़ा मशहूर हो गया। और लोग तरह-तरह की बातें करने लगे।

अली ख्वाजा ने काजी के पास जा कर नालिश की। उसने व्यापारी को बुलाया और दोनों के बयान सुने। उसने अली ख्वाजा से कहा, क्या तुम्हारे पास तुम्हारी बात को सिद्ध करने के लिए कोई गवाह है? अली ख्वाजा ने कहा, कोई नहीं, सरकार! मैंने भेद खुलने के डर से किसी को यह बात नहीं बताई थी। काजी ने व्यापारी से कहा कि क्या तुम ईश्वर की सौगंध खा कर कह सकते हो कि तुमने अशर्फियाँ नहीं लीं? उसने कहा, ईश्वर की सौगंध मैं अशर्फियों के बारे में कुछ नहीं जानता। यह सुन कर काजी ने

उसे छोड़ दिया। अली ख्वाजा ने एक अर्जी खलीफा के नाम लिखी और खलीफा जब जुमे की नमाज को निकले तो उन्हें दे दी। उन्होंने अर्जी पढ़ कर कहा, कल तुम उस व्यापारी को ले कर दरबार में आना, तभी मैं निर्णय दूँगा।

उसी शाम को खलीफा अपने मासिक नियम के अनुसार मंत्री जाफर के साथ वेश बदल कर प्रजा का हाल जानने को निकले। रात होने पर चाँदनी फैल गई। खलीफा ने देखा कि एक मैदान में दस-बारह लड़के खेल रहे हैं। उनमें से एक बालक ने, जो सबसे सुंदर और बुद्धिमान लगता था, कहा, आओ हम लोग अली ख्वाजा के मुकदमें का खेल खेलें। तुम लोगों में से कोई अली ख्वाजा बन कर हजार अशर्फियों का





दावा करें, दूसरा व्यापारी बन कर प्रतिवाद करे, मैं काजी बन कर फैसला करूँगा। यह सुन कर खलीफा और जाफर छुप कर देखने लगे कि इस मुकदमे का, जिसकी अर्जी खलीफा को उसी दिन मिली थी, ये बालक किस तरह फैसला करते हैं।

वह सुंदर और बुद्धिमान बालक एक ऊँची जगह पर काजी की तरह शान से बैठ गया और दो-एक लड़के उसके प्यादे आदि हो गए। एक लड़का अली ख्वाजा बन कर हजार अशर्कियों के लिए रोता-पीटता आया। दूसरा लड़का व्यापारी बन कर गंभीरता से खड़ा हो गया। ऊँची जगह पर शान से काजी बने हुए लड़के ने अली ख्वाजा से पूछा, तुम्हारा क्या मामला है? उसने विस्तार में वही सब कुछ बताया जो उसको अली ख्वाजा ने बताया था। काजी ने दूसरे लड़के से पूछा, क्या तुम स्वीकार करते हो कि तुमने अली ख्वाजा की अशर्कियाँ ली हैं? उसने कहा, मैं भगवान की सौगंध खा कर कहता हूँ कि मैंने वह अशर्कियाँ देखी भी नहीं हैं। काजी बना हुआ लड़का बोला, मैं वह तेल की हँडिया देखना चाहता हूँ जिसमें अली ख्वाजा का रखा हुआ तेल है। अली ख्वाजा बना हुआ लड़का कहीं से एक कुल्हिया उठा लाया और बोला, सरकार यही है वह हँडिया और वह तेल जो मुझे व्यापारी के यहाँ से मिला था।

काजी बने हुए लड़के ने कुल्हिया में उँगली डाल कर झूठमूठ ही तेल चखा। फिर वह बोला, मेरा ख्याल था कि सात वर्ष पुराना तेल बिलकुल सड़ गया होगा। यह बड़े आश्चर्य की बात है कि इस तेल का स्वाद बहुत अच्छा है। यह पता लगाना कठिन है कि तेल नया है या पुराना। फिर उसने कहा कि बाजार से तेल व्यापारियों को ला कर यहाँ हाजिर करो।

दो और बालक तेल के व्यापारी बन कर आ गए। काजी बने लड़के ने उन से पूछा कि क्या तुम तेल बेचते हो? उन्होंने कहा, हाँ सरकार, हमारा यही धंधा है। उसने कहा, तुम बता सकते हो कि ज़ैतून का तेल कब तक खराब नहीं होता। उन्होंने कहा, अधिक से अधिक तीन वर्ष तक ठीक रहता है। फिर चाहे कितने ही यत्न से रखा जाए उसका स्वाद और गंध दोनो बिगड़ जाते हैं और ऐसी हालत में उसे फेंक दिया जाता है। काजी बना हुआ लड़का बोला, इस हाँडी के तेल को देख कर बताओ कि इसका रंग और स्वाद कैसा है। उन दोनों ने कुल्हियों में झूठमूठ उँगली डालकर कल्पित तेल को सूँघा और चखा। फिर बोले, यह तेल बहुत अच्छा है, यह अधिक से अधिक एक साल का हो सकता है। काजी बना हुआ बालक बोला, तुम लोग बिलकुल गलत हो। अली ख्वाजा सात वर्ष पहले यह तेल व्यापारी के गोदाम में रख कर गया था। व्यापारी बने हुए बालक बोले, सरकार जो चाहे कहें लेकिन सच्ची बात यह है कि यह तेल साल भर के अंदर ही कोल्हू से निकाला गया है। आप बगदाद भर से किसी भी व्यापारी को बुला कर दिखा लीजिए। कोई इस तेल को एक वर्ष से पुराना नहीं कहेगा।

अब काजी बने लड़के ने प्रतिवादी बने हुए लड़के से कहा, अब तुम इस तेल को चख कर कहो कि तेल नया है या पुराना। उसने हाथ जोड़ कर कहा, सरकार मुझ पर दया कीजिए। मैं अपना अपराध स्वीकार

करता हूँ। मैंने एक महीने पहले ही इस हाँडी का तेल और अशर्कियाँ निकाल कर इसमें दूसरा तेल भरा था। काजी बने हुए लड़के ने कहा, तुमने धरोहर में बेईमानी की और भगवान की झूठी सौगंध भी खाई। तुमने फाँसी पाने का काम किया है और तुम्हें वही दंड मिलेगा।

सिपाहियों, इसे पकड़ के ले जाओ। सिपाही बने हुए दो लड़के उसे घसीट कर ले गए। बाकी लड़के उछल-कूद कर के शोर मचाने लगे। अदालत का खेल खत्म हो गया।

खलीफा बालक की बुद्धि देख कर ताजुब में पड़ा। उसने जाफर से कहा, कल इन बालकों को दरबार में हाजिर करना। कल इसी बालक से फैसला करवाऊँगा। साथ ही बाजार से दो तेल के व्यापारियों को भी ले आना। अली ख्वाजा को कहलवा भेजना कि नालिश के लिए आए तो तेल की हँडिया भी लेता आए। यह कह कर खलीफा महल में चला गया। मंत्री ने सुबह उस मोहल्ले में जा कर वहाँ के मदरसे के अध्यापक से पूछा कि तुम्हारे यहाँ कौन-कौन लड़के पढ़ते हैं। उसके बताए हुए सभी लड़कों को मंत्री ने उनके घरों से लेकर दरबार में पहुँचा दिया। बच्चों के माता-पिता घबराए तो मंत्री ने उन्हें आश्चस्त किया कि बालकों को कोई हानि नहीं पहुँचाई जाएगी। इस पर संतुष्ट हो कर उनके अभिभावकों ने उन्हें अच्छे वस्त्र पहना कर दरबार में भेज दिया। खलीफा ने कहा, तुम लोगों ने कल शाम जो मुकदमे का खेल खेला था, उसमें कौन लड़का काजी बना था? काजी बने लड़के ने सिर झुका कर कहा, मैं बना था। खलीफा ने उसे अपने पास बिठाया और कहा, तुम कल ही की तरह आज असली मुकदमे का फैसला करना। तुम्हीं को सारी कार्रवाई भी करनी है।

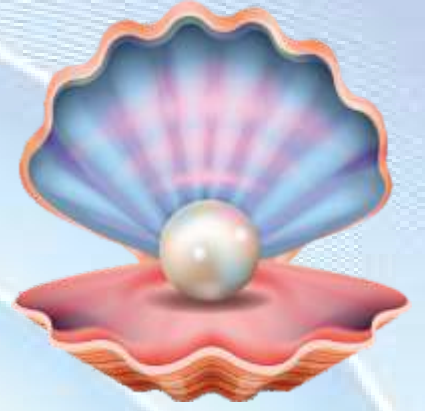
संबंधित पक्षों के आने पर खलीफा ने घोषणा की, इस मुकदमे की सुनवाई और फैसला मैं नहीं करूँगा बल्कि यह बच्चा करेगा। अतएव बालक ने दोनों पक्षों के बयान लिए। व्यापारी ने कहा, भगवान की सौगंध मुझे अशर्कियों के बारे में कुछ नहीं मालूम। बच्चे ने कहा, सौगंध खाने के लिए तुझे किसने कहा? मैं उस हाँडी को देखना चाहता हूँ जिसमें तेल रखा है। हाँडी बालक के सामने रखी गई। बालक के कहने से खलीफा ने खुद भी तेल को चखा और तेल के व्यापारियों को भी चखाया। उन्होंने इस बात की पुष्टि की कि तेल अच्छा है और एक वर्ष के अंदर तैयार किया गया है। अब बालक ने प्रतिवादी व्यापारी से कहा, तुम्हारी सौगंध झूठी है। अली ख्वाजा ने सात वर्ष पहले तेल रखा था, इसमें नया तेल कहाँ से आया। व्यापारी ने स्वीकार लिया कि उसने तेल बदला है और अशर्कियाँ निकाली हैं। बालक ने हाथ जोड़ कर खलीफा से कहा, सरकार, आपके आदेश से निर्णय मैंने कर लिया किंतु आज के मुकदमे में दंड देना या ना देना आप के हाथ में है। खलीफा ने कहा, मैं वही दंड नियत करता हूँ जो तुमने किया था। व्यापारी की संपत्ति जब्त करके उसे फाँसी दी जाए और उसकी संपत्ति में से एक हजार अशर्कियाँ अली ख्वाजा को दी जाएँ। उसने काजी बननेवाले बालक को एक हजार अशर्कियाँ का इनाम दिया और अन्य बालकों को भी कुछ इनाम दिया।





ज्ञान के मोती

- 1. रास्ते में मोड़ रास्ते का अंत नहीं होता, जब तक आप मुड़ने में असफल नहीं होते।
- 2. जीवन में सीखने के लिए ऐसे बहुत से सबक हैं जिन्हें समझने के लिए उन्हें जीना होगा।
- 3. विश्वास वो शक्ति है जिससे उजड़ी हुई दुनिया में भी प्रकाश किया जा सकता है।
- 4. जब खुशी का एक दरवाज़ा बंद होता है तो दूसरा खुल जाता है लेकिन हम अक्सर बंद दरवाजे की तरफ काफी देर तक देखते रहते हैं और जो हमारे लिए खुला है उसको नहीं देखते।
- 5. सहन या बर्दाश्त करने की आदत, मस्तिष्क द्वारा प्रदान किया हुआ सबसे अच्छा उपहार है क्योंकि इसे संतुलित बनाए रखने में उतना ही प्रयास करना पड़ता है, जितना अपने आप को साइकिल चलाते वक्त।
- 6. यदि आप उन चीज़ों को खरीदते हैं, जिनकी आपको जरूरत नहीं है तो शीघ्र ही आपको उन चीज़ों को बेचना पड़ेगा।
- 7. केवल ज्वारभाटा चले जाने के बाद ही पता चलता है कि कौन लोग नंगे पैर तैर रहे थे।
- 8. एक शानदार कंपनी को उचित कीमत पर खरीदना एक उचित कंपनी को शानदार कीमत पर खरीदने से ज्यादा अच्छा है।
- 9. अपने जोश में बिना किसी कमी के असफलताओं का सामना करना ही सफलता है।
- 10. कट्टरपंथी वो होता है जो अपना दिमाग बदल नहीं सकता और विषय वो बदलता नहीं है।
- 11. केवल सबसे बुद्धिमान और सबसे मूर्ख लोग कभी नहीं बदलते।
- 12. बहुत आगे देखना एक गलती है। एक वक्त में किस्मत की जंजीर की एक ही कड़ी संभाली जा सकती है।
- 13. हमें जो मिलता है, उससे हम जीवन चलाते हैं, पर हम जो देते हैं उससे हम जीवन बनाते हैं।
- 14. क्रोध से शुरू होने वाली हर बात, लज्जा पर समाप्त होती है।
- 15. बीस साल की उम्र में इंसान अपनी इच्छा से चलता है, तीस में बुद्धि से और चालीस में अपने अनुमान से।
- 16. मित्र बनाने में धीमे रहिए और बदलने में और भी।
- 17. कुछ ऐसा लिखें जो पढ़ने लायक हो या कुछ ऐसा करें जो लिखने लायक हो।
- 18. राजनेता बच्चों की लंगोटी की तरह होते हैं। उन्हें समय-समय पे बदलना चाहिए और वो भी समान कारणों से।
- 19. जीवन में तीन चीज़ें हैं जो बहुत ही कठोर हैं - इस्पात, हीरा और खुद को पहचानना।
- 20. रोगियों के लिए भली भांति सोचकर निश्चित की गई औषधि नाम उच्चारण करने मात्र से किसी को निरोगी नहीं कर सकती।
- 21. मन की एकाग्रता मनुष्य की विजय शक्ति है, यह मनुष्य जीवन की समस्त शक्तियों को समेटकर मानसिक क्रांति उत्पन्न करती है।
- 22. समस्या आने पर जिम्मेदार व्यक्ति रास्ता ढूँढता है और गैर - जिम्मेदार बहाने।





हँसी की फुलझड़ियाँ



पति और पत्नी एक कुएँ के पास गए , जहाँ सिक्का डालने से मन की मुराद पूरी हो जाती थी...!

पहले पति ने सिक्का डाला, फिर पत्नी जैसे ही सिक्का डालने गई तो पैर फिसल गया और वो कुएँ में गिर गई!

पति की आंखों में आंसू आ गए , ऊपर देखते हुए बोला – हे भगवान , इतनी जल्दी सुन ली ...!!!



पति रोज रात को सोने से पहले शुगर का डिब्बा देखता और फिर सो जातापत्नी से रहा नहीं गया, एक दिन उसने पूछ ही लिया ... क्यूं जी, ये रोज आप शक्कर का डिब्बा क्यों देखते हो ...?

पति : डॉक्टर ने बोला था कि घर में रात को शुगर चेक कर लिया करो...



गण्पू भगवान से : भगवान आपकी कृपा से मुझे रास्ते में 1000 रुपए मिल जाँएँ तो मैं पक्का आपके चरणों में 500 रुपए चढा दूंगा ..

कुछ दूर जाने पर गण्पू को 500 रुपए का नोट मिला...

गण्पू : प्रभु आपको इतना भी भरोसा न था जो अपना हिस्सा पहले ही काट लिया ...



रवि ने अपने मित्र छवि से कहा - इतना मीठा-मीठा बोलती है पड़ोसन , कसम से शुगर हो गई है!

छवि ने पूछा : फिर कैसे कंट्रोल करते हो ?

रवि बोला : वो तो शुक्र है बीवी का । कड़वा- कड़वा बोल के बैलेंस करती है।



मोटू : यार पतलू, मेरा कल से पेट खराब है...

पतलू : फिर क्या किया ...

मोटू : डॉक्टर के पास गया तो दवा देकर बोला होटल में खाना न खाया करो..!

पतलू : तो अब कहाँ खाओगे ..?

मोटू : अब वहाँ से पैक कराकर घर ले आया करूँगा ...



बीवी – कल जो भिखारी आया था, वो बहुत चालाक था ...

पति – क्यों, क्या हुआ..?

बीवी – कल मैंने उसे खाना खिलाया। और आज वह मुझे किताब दे गया “खाना बनाना सीखें” !!

टीचर : पता है ना क्लास में किसी से लड़ाई झगडा नहीं करना चाहिए ...?

डब्लू : क्योंकि , पता नहीं एग्जाम में कब किसके पीछे बैठना पड़ जाए ...!



बबलू : माँ सारे खिलौने बेड के नीचे छिपा दो ...

बबलू की माँ : क्यों..?

बबलू : क्योंकि मेरा दोस्त डब्लू आ रहा है ..

बबलू की माँ : डब्लू खिलौने चुरा लेगा क्या ...?

बबलू : नहीं , वह अपने खिलौने पहचान लेगा ..!



आईने के आगे खड़ी पत्नी ने अपने पति देव से पूछा – क्या मैं बहुत मोटी लग रही हूँ ?

पति ने सोचा और बेकार के झगड़े से बचने के लिए कहा – बिलकुल भी नहीं !!!

पत्नी ने खुश होकर रोमांटिक होकर कहा – “ठीक है फिर मुझे अपनी बाहों में उठाकर फ्रिज़ तक ले चलो । मैं आइसक्रीम खाऊँगी । स्थिति को बेकाबू होते देख पति ने कहा –“रुकजा ,... मैं फ्रिज ही ले आता हूँ!”



छात्र : सर जी ..

टीचर : हाँ बोलो

छात्र : मैंने जो काम नहीं किया क्या आप उसकी सजा मुझे सजा देंगे ..?

टीचर : नहीं, बिलकुल नहीं!

छात्र : मैंने आज होमवर्क नहीं किया ...!



आज कल कानून बड़ा सख्त है... हर चौराहे पर हेलमेट चेकिंग हो रही है। चाचा घर आए तो उनके हेलमेट का शीशा सुर्ख लोग था, शर्ट पर भी लाल धब्बे थे....सब घबरा गए तत्काल दो लोह सहारा देकर घर के भीतर ले गए ...बिजली नहीं थी तो एक जना पंखा झलने में लग गया ... एक ने जूते मोजे उतारना शुरू किया ...

सब सदमे में थे ...इतना खून ..? चाचा से पूछा – चचा क्या हुआ..?

कोई बड़ी दुर्घटना ? कहीं गिर- गिरा गए क्या ?

चचा बोले नहीं रे... प्रैक्टिस नहीं है न हेलमेट पहनने का.....

तो पान थूकने बखत भूल गए कि शीशा बन्द है...!





क्या पत्नी मांग सकती है पति के बैंक खाते की जानकारी?

फणीष मणि त्रिपाठी, प्रबंधक, क्षेत्रीय कार्यालय, राँची

मुझे लगता है कि मेरे पायलट पति का किसी एयरहोस्टेस के साथ अफेयर है और वो अपनी तन्ख्वाह उस पर खर्च कर देते हैं। अगर आपको लगता है कि ये कोई इकलौता मामला है तो अपनी जानकारी को थोड़ा विस्तार दीजिए। एक विमानन कंपनी में काम करने वाले कई पुरुष स्टाफ के खिलाफ़ उनकी पत्नियों ने इस तरह के आवेदन दिए और अपने पति की सैलरी और संपत्ति का विवरण जानना चाहा। इसके लिए पत्नियों ने सूचना का अधिकार अधिनियम 2005 का सहारा लिया।

पति-पत्नी के रिश्ते में शक और दरार के मामले बढ़ने के साथ सरकारी दफ्तरों में इस तरह के आवेदन आए दिन मिल रहे हैं जिसमें आरटीआई के तहत वेतनभोगी जीवनसाथी के वेतन या फिर बैंक खातों से सम्बन्धित जानकारी की मांग की जाती है। आवेदन के जरिए सूचना माँगने वाले जीवनसाथी को लगता है कि असल वेतन की जानकारी उनसे छुपायी जा रही है। कई मामलों में पति-पत्नी में तलाक की नौबत आ जाती है। तलाक के बाद पति या पत्नी को लगता है कि उसे कम मुआवजा मिल रहा है तो क्षुब्ध पक्ष सैलरी और संपत्ति आदि का पता लगाना चाहता है ताकि कोर्ट में प्रमाण प्रस्तुत कर ऐलीमनी या मुआवजे की रकम को बढ़ा सके।

तो क्या सूचना का अधिकार अधिनियम 2005 के अंतर्गत पति या पत्नी अपने कामकाजी काउंटरपार्ट की सैलरी और बैंक खातों की जानकारी माँग सकते हैं और क्या आरटीआई एक्ट यह जानकारी देने के लिए सरकारी उपक्रम को बाध्य करता है या फिर रोकता है। आइए इस बारे में तफ़्सील से बात करते हैं।

सूचना का अधिकार अधिनियम, 2005 की धारा 8 में इस सम्बन्ध में चर्चा की गई है कि आरटीआई के तहत किन सूचनाओं को प्रकटन से छूट प्राप्त है और कौन सी अति गुप्त सूचनाएं, किन परिस्थितियों में प्रकट की जा सकती हैं।

धारा 8(1)(ए) के अनुसार सूचना, जिसके प्रकट किए जाने पर भारत की अखण्डता और एकता, सुरक्षा, राज्य के रणनीतिक, वैज्ञानिक या आर्थिक हित या विदेशी राज्य के साथ रिश्ते प्रभावित होते हों उन्हें आरटीआई के तहत दिए जाने से छूट मिली हुई है।

• ऐसी सूचनाएं भी प्रकट नहीं की जाएंगी जिनके प्रकाशन पर किसी अदालत या ट्राईब्यूनल द्वारा रोक लगाई गई हो या जिसका प्रकट किया जाना अदालत की अवमानना बन सकता है।

- सूचना, जिसके प्रकटीकरण से संसद या राज्य विधानसभा के विशेषाधिकार का हनन हो सकता हो नहीं दी जाएगी।
- वाणिज्यिक आत्मविश्वास, व्यापारिक राज़ या बौद्धिक संपदा से जुड़ी सूचनाएं जिसके प्रकटन से किसी अन्य पक्ष की प्रतिस्पर्धात्मक स्थिति पर असर पड़ता हो तब तक नहीं दी जाएगी जब तक कि सक्षम प्राधिकारी इस बात से संतुष्ट ना हो जाए कि व्यापक लोक हित में उस सूचना का प्रकटीकरण आवश्यक है।
- जिस किसी व्यक्ति के पास विश्वास के रिश्ते के तहत सूचना रहती हो ऐसी सूचना भी तब तक नहीं दी जाएगी जब तक कि सक्षम प्राधिकारी इस बात से संतुष्ट ना हो जाए कि व्यापक लोक हित में उस सूचना का प्रकटीकरण आवश्यक है।
- परस्पर विश्वास के तहत विदेशी सरकार से प्राप्त सूचना;
- ऐसी सूचना जिसको प्रकट किए जाने पर किसी व्यक्ति की शारीरिक सुरक्षा अथवा जीवन खतरे में पड़ता हो अथवा जिसकी वजह से सूचना के स्रोत का पता चलता हो अथवा कानून का पालन कराने के लिए या सुरक्षा कारणों से विश्वास के तहत दी गई सूचनाएं;
- ऐसी सूचना जिसके प्रकटन से जांच की प्रक्रिया में बाधा पहुंचने की संभावना हो अथवा दोषियों को सजा मिलने में बाधा पहुंच सकती हो अथवा आशंका उत्पन्न हो सकती हो;
- मंत्रिमंडल के कागज़ात जिसमें मंत्रिपरिषद, सचिवों और अन्य अधिकारियों की चर्चा के अभिलेख हों: हालांकि उस स्थिति में ये सूचनाएं प्रकट की जा सकती हैं, जब मंत्रिपरिषद का निर्णय, उस निर्णय को लिए जाने की वजहें, और साक्ष्य जिनके आधार पर निर्णय लिए गए उनको निर्णय लिए जाने और मामले के पूर्ण अथवा समाप्त हो जाने के पश्चात सार्वजनिक किया जाना है। सूचना उन मामलों में भी प्रकट नहीं की जाएगी जो इस धारा के अंतर्गत छूट प्राप्त श्रेणी में आते हैं।
- ऐसी सूचना, जो निजी सूचना से सम्बन्धित है और जिसका प्रकटीकरण किसी लोक गतिविधि अथवा हित से जुड़ा हुआ नहीं है अथवा जिसके प्रकटन से किसी की व्यक्तिगत निजता का बेवजह उल्लंघन होता हो नहीं दी जाएगी जब तक कि केंद्रीय लोक सूचना अधिकारी अथवा राज्य लोक सूचना अधिकारी या



अपील प्राधिकारी, जैसा भी मामला हो, इस बात से संतुष्ट ना हो जाए कि व्यापक लोक हित में ऐसी सूचना का प्रकटन न्यायोचित होगा। हालांकि जो सूचनाएं संसद को अथवा किसी राज्य विधानसभा को देने से मना नहीं की जा सकतीं उन्हें किसी व्यक्ति को भी देने से इंकार नहीं किया जा सकता।

- **आधिकारिक गुप्त अधिनियम, 1923 (1923 के 19 में) में जो भी वर्णित हो उसे परे रखते हुए और उप-धारा(1) के अनुसरण में अनुमत किन्हीं छूटों को परे रखते हुए, लोक प्राधिकारी ऐसी सूचनाएं दे सकता है यदि उसे लगता है कि संरक्षित सूचना को नुकसान पहुंचने से अधिक लोक हित को नुकसान पहुंच रहा है।**
- उप-धारा(1) के उपबंध (ए), (सी) और (आई) में वर्णित प्रावधानों की शर्त पर, किसी भी घटना, इवेंट से सम्बन्धित कोई भी सूचना या कोई घटना या बात जो धारा 6 के तहत सूचना माँगे जाने की तिथि से 20 वर्ष पहले घटित हुई हो उसे उस व्यक्ति को दी जानी चाहिए जिसने सूचना के लिए उस धारा के तहत आवेदन किया हो: यदि घटना के 20 वर्ष किस तिथि से गिने जाएंगे इसको लेकर कोई संशय हो तो ऐसे मामले में केंद्र सरकार का निर्णय अंतिम होगा।

ऊपर हमने सूचना का अधिकार अधिनियम, 2005 की धारा आठ के अंतर्गत आने वाले विभिन्न प्रावधानों का जिक्र किया है जिसमें ये बताया गया है कि किन सूचनाओं को दिए जाने से छूट मिली हुई है और किन परिस्थितियों में ऐसी सूचनाओं को प्रकट किया जा सकता है।

पति-पत्नी के झगड़े में, वेतनभोगी जीवनसाथी के सम्बन्ध में जब क्षुब्ध पति या पत्नी को कोई और रास्त नहीं दिखता है तो वे सूचना का अधिकार अधिनियम, 2005 की शरण लेते हैं। वे आरटीआई कानून का हवाला देकर अपनी पत्नी या पति के वेतन और खातों की जानकारी माँगते हैं। शायद वो इस बात से अनजान रहते हैं कि बैंक अथवा सरकारी उपक्रम ऐसी सूचनाएं उन्हें नहीं दे सकते क्योंकि आरटीआई कानून ही उन्हें इसकी इजाज़त नहीं देता है। यही वजह है कि बैंक अथवा उपक्रम आरटीआई एक्ट, 2005 की धारा 8 के दो प्रावधानों 8(1)(ई) और 8(1)(जे) का हवाला देते हुए ऐसी सूचना देने से इंकार कर देते हैं। ऐसे ही एक मामले का उदाहरण यहां प्रस्तुत करता हूँ जिसमें सूचना आयोग ने प्रथम अपीलीय प्राधिकारी के निर्णय को बरकरार रखा था।

केस : श्री पंकज जयचन्द अगाशे बनाम केनरा बैंक, निर्णय संख्या सीआईसी/वीएस/ए/2012/000990/03989

आदेश : पति ने अपनी पत्नी के बैंक खातों का विवरण मांगा था- ऐसी सूचनाएं बैंक द्वारा विश्वास के रिश्ते के तहत होती हैं और इन्हें आरटीआई अधिनियम की धारा 8(1)(ई) और 8(1)(जे) के तहत प्रकट किए जाने से छूट प्राप्त है। (26 जुलाई 2013)

आरटीआई आवेदन

1. दिनांक 09.03.2012 को याचिकाकर्ता ने लोक सूचना अधिकारी के समक्ष आरटीआई आवेदन दाखिल किया। आवेदन में पति ने अपनी पत्नी के बैंक खाते समेत ७ बिन्दुओं पर सूचनाएं माँगी थीं। लोक सूचना अधिकारी ने उपर्युक्त वर्णित सूचना का अधिकार अधिनियम की धारा 8(1)(ई) और 8(1)(जे) के प्रावधानों को उद्धृत करते हुए दिनांक 12.3.2012 के उत्तर में सूचनाएं देने से इंकार कर दिया।

2. लोक सूचना अधिकारी के उत्तर से असंतुष्ट याचिकाकर्ता ने दिनांक 4.4.2012 को प्रथम अपीलीय प्राधिकारी के समक्ष अपील दाखिल की। दिनांक 10.04.2012 के अपने उत्तर में प्रथम अपीलीय प्राधिकारी ने केंद्रीय लोक सूचना अधिकारी के निर्णय को बरकरार रखा। अपीलकर्ता ने द्वितीय अपील के तहत सूचना आयोग में 15.5.2012 को अपील की।

सुनवाई

3. इस सुनवाई में याचिकाकर्ता और प्रतिपक्ष दोनों ने वीडियो कॉन्फ्रेंस के जरिए हिस्सा लिया।

4. याचिकाकर्ता का कहना था कि वो अपनी पत्नी से सम्बन्धित वित्तीय विवरणों की माँग कर रहा है लेकिन बैंक आरटीआई कानून के छूट वाले प्रावधानों की शरण लेकर उसे जानकारी देने से बच रहा है।

5. इस पर प्रतिपक्ष ने कहा कि याचिकाकर्ता अपनी पत्नी के खातों से सम्बन्धित काफी सूचनाओं की माँग कर रहे हैं जैसे खाता विवरणी, सभी लेन-देनों, वेतन अंतरण, परिचयकर्ता का विवरण, खाता खोलने के फॉर्म की प्रति, खाता खोलने के फॉर्म के साथ संलग्न दस्तावेजों की प्रति नामिनी का नाम और उससे रिश्ता, वार्षिक आय, सावधि जमाओं की जानकारी इत्यादि। प्रतिपक्ष के मुताबिक ये सूचनाएं बैंक के पास ग्राहक से विश्वास के रिश्ते के तहत रहती हैं और आरटीआई एक्ट की धारा 8(1)(ई) और 8(1)(जे) के तहत इन सूचनाओं को दिए जाने से छूट प्राप्त है।

6. इस पर याचिकाकर्ता ने कहा कि वो ये सूचनाएं अपने वित्तीय हितों की सुरक्षा के लिए और अदालत में अपनी बेगुनाही साबित करने के लिए माँग रहा है क्योंकि उसका उसकी पत्नी के साथ झगडा है और पत्नी ने उसके विरुद्ध मेंटेनेंस की याचिका दाखिल की है।

निर्णय

7. दोनों पक्षों को सुनने के बाद आयोग का निर्णय था कि प्रतिपक्ष ने आरटीआई के प्रावधानों के तहत सूचना नहीं देकर सही कदम उठाया है और प्रथम अपीलीय प्राधिकारी के निर्णय को बरकरार रखा।

एक और मामला याद आ रहा है जिसमें बैंक ने जीवनसाथी के माँगने पर खाताधारक की हामी और मंजूरी लिए बगैर बैंक खाते का विवरण सौंप दिया। जब खाताधारक को इसका पता चला तो वो



सीधे जिला उपभोक्ता फोरम पहुंच गया और शिकायत कर दी। बैंक का कहना था कि सूचना माँगने वाले ने आवेदन किया, खाताधारक के पैन की प्रति दिखाई तो बैंक ने विश्वास करके यानि गुड फेथ में सूचना दे दी। जबकि शिकायतकर्ता का कहना था कि उसका उसके जीवनसाथी के साथ वैवाहिक विवाद चल रहा है और अदालत में मेंटेनेंस को लेकर सुनवाई हो रही है। ऐसे में बैंक ग्राहक के तौर पर उसकी सूचना का गैरकानूनी तरीके से प्रकटन किया गया है। इस पर जिला उपभोक्ता फोरम ने बैंक के दिशानिर्देशों को विचार में लिया जिसके अनुसार बैंक खातों का विवरण तभी दिया जाएगा जब खाताधारक उसके लिए अनुमति प्रदान करे। अतः फोरम ने बैंक को खाते की सुरक्षा नहीं कर पाने का दोषी पाया।

हालांकि कई ऐसे भी मामले रहे हैं जब घरेलू झगड़ों के मुद्दे पर आयोग ने कुछ निजी सूचनाओं को देने का भी फैसला सुनाया है। आयोग का मत है कि वह घर के झगड़े में पति या पत्नी में से किसी एक का पक्ष नहीं लेना चाहता। बल्कि जब उसे यह लगता है कि मानवीय आधार पर अथवा केस के मेरिट के आधार पर सूचना दी जानी चाहिए तभी वो थोड़ा लचीला रुख अख्तियार करते हुए इसके लिए अनुमति प्रदान करता है।

तो आखिर किन परिस्थितियों में बैंक अपने ग्राहक के खाते की सूचना

दे सकते हैं यह जानना बेहद ज़रूरी है।

1. जब बैंक को अदालत द्वारा इस सम्बन्ध में निदेश दिए गए हों
2. जब आयकर कानून के प्रावधानों का अनुपालन करने की बाध्यता हो
3. आपराधिक दंड संहिता की धारा 91/94 के तहत पुलिस/ जाँच प्राधिकारी के माँगने पर अथवा फेमा कानून अथवा उस जैसे विधेयकों के समान प्रावधानों के अनुपालन में
4. शाखा को ग्राहक के सम्बन्ध में सूचना प्रकट करने के मामलों में अपने क्षेत्रीय कार्यालय से निर्देश प्राप्त करने चाहिए।

पति-पत्नी के विवाद में अक्सर आरटीआई कानून का सहारा लिया जाता है ताकि जीवनसाथी की आमदनी और कमाई का विवरण लेकर उसके आधार पर कोर्ट से अधिक मुआवजे का दावा किया जा सके। हालांकि लोगों के लिए यह जानना भी ज़रूरी है कि बैंक और अन्य सार्वजनिक उपक्रमों के ऊपर अपने कर्मचारियों और ग्राहकों के विवरण को संभालकर रखना और उनकी सुरक्षा करने का दायित्व रहता है। साथ ही आरटीआई कानून के तहत भी वो सामान्य परिस्थितियों में निजी सूचनाएं साझा नहीं कर सकते हैं। ऐसे में सक्षम प्राधिकारी अपने विवेक और मामले की अनिवार्यता को देखते हुए आरटीआई के प्रावधानों के तहत समुचित निर्णय लेते हैं।



वर्ग पहेली- XV का हल

1 25 फ	ल	26 क		2 27 स	म्ब	न्ध		3 28 छा	त्र	
र		र्म		न			4 29 का	या		
मा		5 चा	ला	क		6 30 ना	रा		7 31 आ	32 स
इ		री			8 33 बु	ला	वा		9 ड	र
10 श	34 त			11 श	नि		स		म्ब	
	ल्ली		35 अ		12 या	36 र		13 श	र	ण
14 37 ध	न	38 वा	न		15 द	म		य		
रा		16 स	ब	ब		णी		17 ना	39 का	40 म
18 त	41 प		न		19 42 त	य		20 गा	य	न
21 ल	ल	क		22 43 दा	रु		23 44 प	र	दा	
	क		24 ल	व	ण		र			



बारह ज्योतिर्लिंगों में से एक - भीमाशंकर

संतोष पाठक, सहायक प्रबंधक, क्षेत्रीय कार्यालय, पुणे

देवादिदेव, महादेव, भोलेनाथ जैसे अनेक नाम हैं - शिव के। पुराणों में उल्लिखित त्रिदेवों की महिमा के अनुसार रचयिता ब्रह्माजी, पालनकर्ता विष्णुजी तथा संहारकर्ता शिवाजी हैं। कहा जाता है कि अमृत के लालच में जब सभी देवाताओं और असुरों ने मिलकर सागर का मंथन किया। सभी को अमृत की लालसा थी, परंतु सर्वप्रथम मिला हलाहल नामक विष। जिसके कारण संपूर्ण पृथ्वी पर हाहाकार मच गया, इस विष को कौन पिए तब आगे आए भगवान शंकर! उन्होंने उस विष को पीकर सभी को भयमुक्त किया और महादेव बन गए। भगवान शिव जिन्हे भोलेदानी भी कहा जाता है, वे सभी की कामनाओं की पूर्ति करते हैं।

शिवपुराण के अनुसार जहां पर भी भगवान शिव के स्वयंभू लिंग पाए गए हैं, उन स्थानों को ज्योतिर्लिंग कहा गया है। शिवपुराण के अनुसार यह बारह हैं और उन्हें द्वादश ज्योतिर्लिंग के नाम से जाना जाता है। वह इस प्रकार है

**सौराष्ट्रे सोमनाथम् च श्रीशैले मल्लिकार्जुनम्। उज्जयिन्यां महाकालम्
ॐकारम् ममलेश्वरम्॥1॥**

**पर्ल्यां वैद्यनाथञ्च डाकिन्याम् भीमशङ्करम्। सेतुबन्धे तु रामेशम्
नागेशम् दारुकावने॥2॥**

**वारणस्याम् तु विश्वेशं त्र्यम्बकं गौतमी-तटे। हिमालये तु केदारं
घृष्णेशम् च शिवालये॥3॥**

**एतानि ज्योतिर्लिंगानि सायं प्रातः पठेन्नरः। सप्तजन्मकृतं पापं
स्मरणेन विनश्यति॥4॥**

इन बारह ज्योतिर्लिंगों में से एक है भीमाशंकर। पुणे से 110



श्री भीमाशंकर ज्योतिर्लिंग

किलोमीटर उत्तर-पश्चिम की सह्याद्री पर्वत माला में मौजूद 'भीमाशंकर मंदिर' भीमा नदी के किनारे स्थित है। यह नदी यहां से निकलते हुए दक्षिण पश्चिम दिशा में बहती हुई कर्नाटक के रायचूर जिले में कृष्णा नदी से जा कर मिलती है। जैसे गंगाजी भगवान शिव की जटा से निकलती है, उसी प्रकार यह मान्यता है कि भीमा नदी का उद्गम भगवान शिव के पसीने से हुआ है। मान्यताओं के अनुसार त्रिपुरासुर नामक राक्षस ब्रह्मा जी से वर पाकर बहुत ही बलवान बन गया और वह देवताओं को सताने लगा। उसकी शक्ति से भयभीत होकर देवताओं ने भगवान शिव से उस राक्षस के विनाश हेतु प्रार्थना की। देवताओं की पुकार सुनकर शिवाजी बहुत ही क्रोधित हो गए और रूद्र अवतार धारण कर उस राक्षस से युद्ध करने लगे। यह युद्ध बहुत दिनों तक चला, अंत में भगवान शिव ने उस आततायी राक्षस का वध कर दिया। त्रिपुरासुर के वध के पश्चात भगवान शिव आराम करने के लिए सह्याद्री पर्वत शृंखला पर आए। उनके शरीर से अनेकों श्वेत रूपी झरने बहने लगे तथा वह जाकर एक कुंड में जमा हुआ, जहां से भीमा नदी का उद्गम हुआ।

इसी कुंड के पास भीमाशंकर ज्योतिर्लिंग स्थित है। भीमाशंकर की कथा इस प्रकार है - कुंभकर्ण का बेटा भीम, जो कि रावण वध के पश्चात उत्पन्न हुआ था, जब उसे पता चला कि उसके पिता का वध विष्णुजी ने किया है, तो वह देवताओं पर बहुत ही क्रोधित हुआ और उनसे बदला लेने के लिए उसने ब्रह्मा जी की कठोर तपस्या की। ब्रह्मा से वर पाने के पश्चात वह बहुत ही बलवान हो गया। वह देवाताओं तथा लोगों को सताने लगा। सभी उसके बल से भयभीत थे। उसने शिवजी के अनन्य भक्त कामरूप नरेश राजा सुदाक्षर को भी बंदी बना



श्री भीमाशंकर ज्योतिर्लिंग मंदिर



श्री चिमाजी अण्णाद्वारा स्थापित
5 मन वजनवाला घंटा

लिया। बंदी होने के पश्चात भी राजा ने भगवान शिव की आराधना नहीं छोड़ी। वह और उसकी पत्नी भगवान शिव का पार्थिव लिंग बनाकर उसकी पूजा करते थे। उसके साथ ही साथ भगवान विष्णु तथा अन्य देवता भी भीम के

वध के लिए भगवान शिव से विनय करने लगे। भगवान शिव ने उन्हें आश्वस्त किया कि वे भीम का वध अवश्य करेंगे। यहाँ जब भीम ने देखा कि कैद में भी राजा सुदाक्षर ने भगवान की शिव की पूजा नहीं छोड़ी, वह बहुत क्रोधित हुआ और तलवार से उस पार्थिव लिंग पर आक्रमण किया। इससे पहले कि वह राजा सुदाक्षर को मारे, भगवान शिव प्रकट हुए और उस राक्षस का वध कर दिया। सभी लोगों ने भगवान से यह विनय कि वे उसी पार्थिव लिंग में ज्योतिर्लिंग के रूप में निवास करें। भगवान शिव ने उनकी बात मान ली और भीम को मारकर भीमाशंकर बन गए।

भीमाशंकर मंदिर को पुणे के साहूकार श्री चिमाजी अंताजी नायक ने वर्ष 1438 ई में बनाया। यह मंदिर संपूर्ण हेमपंथी तरीके से बनाया गया है, मंदिर के सामने ही नंदी विराजमान है। मंदिर को दशावतार की मूर्तियों से सजाया गया है। बाद में इस मंदिर का जीर्णोद्धार श्री नाना फडनवीस ने करवाया, जो कि पेशवा के दरबार में दीवान थे। मंदिर का सबसे सुंदर आकर्षण है, पाँच मन का विशाल घंटा, जो कि बाजीराव पेशवा के छोटे भाई श्री चिमाजी अण्णा ने 1721 ई को



भीमानदी का उद्गम

वसई युद्ध में पुर्तगालियों को हराकर, मराठाओं के विजय के प्रतीक के रूप में लाकर यहाँ बांधा था, कहते हैं कि पुराने काल में जब मंदिर में भगवान शिव की आरती के समय इस घंटे को बजाया जाता था, तब उसकी गूँज घाटियों तक सुनाई देती थी। मंदिर में भगवान शिव की आरती के साथ-साथ रोजाना रूद्राभिषेक एवं पंचामृत स्नान करवाया जाता है। मंदिर प्रांगण में मंदिर के आलावा भीमा कुंड, मोक्षकुंड, गयाकुंड, गुप्त भूमेश्वर, सर्वतीर्थ, गोरखनाथ आश्रम, हनुमान तालाब आदि भी हैं। मंदिर से थोड़ी ही दूरी पर माता कमलजा का मंदिर है, ऐसी मान्यता है कि माता कमलजा देवी पार्वती का रूप हैं। सावन के सोमवार तथा महाशिवरात्रि को यहाँ विशेष मेले का आयोजन होता है। इस समय महाराष्ट्र से ही नहीं लगभग पूरे भारतवर्ष से लाखों श्रद्धालु भगवान शिव के दर्शन के लिए यहाँ आते हैं।

इसके आलावा भीमाशंकर अभयारण्य के लिए भी प्रसिद्ध है। यहाँ पर अनेक जंगली प्राणी, जिसमें शेर, हिरण आदि शामिल हैं, पाए जाते हैं। महाराष्ट्र राज्य का राज्य पशु “शेकरू” (गिलहरी) भी यहीं पर पाया जाता है।



महाराष्ट्र का राज्य वन्य प्राणी “शेकरू”

भीमाशंकर और मेरा विश्वास : वैसे तो संपूर्ण भारतवर्ष में भगवान शिव के करोड़ों भक्त हैं। मैं भी उन्हीं में से एक हूँ। भगवान शिव से मेरे इस विशेष लगाव के अनेक कारण हैं। मैं प्रतिवर्ष सावन के सोमवार एवं महाशिवरात्रि के समय भगवान शिव के दर्शन के लिए भीमाशंकर जाता हूँ। भगवान शिव पर अडिग विश्वास तथा मार्ग का मनोहारी दृश्य रास्ते की सारी थकावट को दूर कर देते हैं। भगवान शिव के मंदिर पहुँचकर, ऐसा लगता है मानो उस लिंग में सचमुच ही भोलेनाथ का निवास है, वहाँ एक विशेष सकारात्मक ऊर्जा है, जिसके सान्निध्य में आकर आपका मन पुलकित हो रहा है। ऐसा लगता है मानो परमात्मा से आत्मा का मिलन हो रहा है। वहाँ से उठाकर जाने का मन ही नहीं करता है। उस स्थान पर एक विचित्र-सी चुंबकीय शक्ति है, जो आपको वहाँ खींचती है। शरीर का एक-एक कण मानो ॐ नमः शिवाय की धुन गाकर, महादेव के चरणों में ही रहना चाहता है।

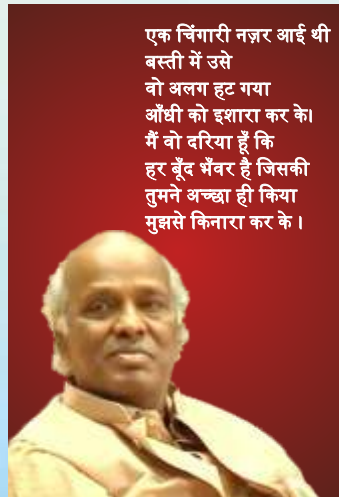




ज़ालिम से डर जाने का नहीं
निडर और निर्भीक शायर - डॉ. राहत इंदौरी
शुभम दीक्षित, सहायक प्रबंधक, केंद्रीय कार्यालय

हमारे आज के स्तम्भ के केंद्र हैं वो शायर जिनकी मशहूरियत को नया कद उनके पुराने शेर ने दिया। हालाँकि उनका चेहरा और आवाज़ इतनी भी अजानी नहीं कि पहचानी न जा सके। जी हाँ, हम बात कर रहे हैं 2020 की युवा पीढ़ी के कलाम “बुलाती है, मगर जाने का नहीं” के रचयिता डॉ. राहत इंदौरी साहब की जिसे उन्होंने आज से करीब 3 दशक पहले लिखा था। अगर राहत इंदौरी जी के शब्दों में ही कहें तो वो खुद मानते हैं कि लगभग तीन दशक पहले लिखी एक नज़्म अचानक से लोगों के बीच इस हद तक मशहूर हो चली है कि उन्हें खुद यकीन नहीं होता। हालाँकि ये बात और है कि इस नज़्म की ये लाइन जिस संदर्भ में नज़्म में लिखी गई थी ठीक-ठीक उसी मायने में इस्तेमाल तो नहीं हो रही है मगर अच्छा लगता है। इससे पहले कि राहत इंदौरी साहब के बारे में कुछ और बात चले, हम उनके गढ़े कुछ और शेर, गजल और नज़्म पढ़ें, आपकी मुलाक़ात उस नज़्म से कराते हैं जिसके सिर्फ एक मिसरे ने तहलका मचाया हुआ है।

**बुलाती है मगर जाने का नहीं
ये दुनिया है इधर जाने का नहीं
मेरे बेटे किसी से इश्क़ कर
मगर हद से गुज़र जाने का नहीं
ज़मीं भी सर पे रखनी हो तो रखो
चले हो तो ठहर जाने का नहीं
सितारे नोच के ले जाऊँगा
मैं खाली हाथ घर जाने का नहीं
वबा फैली हुई है हर तरफ
अभी माहौल मर जाने का नहीं
वो गर्दन नापता है नाप ले
मगर ज़ालिम से डर जाने का नहीं**



जिस तरह ये नज़्म यकायक ज़मीं से उठी और हवाओं में छा गई, ठीक उसी तरह पिछले महीने राहत इंदौरी साहब की एक और नज़्म थी जो सभी की जुबान पर छाई रही और ज़ोरों-शोरों से पढ़ी गई। इस नज़्म के बारे में राहत इंदौरी साहब बताते हैं कि जब मैं कहता हूँ कि “सभी का खून” तो मैं किसी धर्म विशेष, जाति विशेष या किसी लिंग विशेष के बारे में बात नहीं करता ये उन सभी के बारे में है जो इस देश के नागरिक हैं, जो इस मिट्टी में बढे हैं और एक रोज़ इसी मिट्टी के हो जाएंगे, ये उन सभी के बारे में है जिनके पुरखों ने देश की आज़ादी के

लिए शहादत दी थी। दरअसल जब सारा देश सीएए और एनआरसी के पक्ष-विपक्ष और कोरोना जेहाद की बहस में डूबा हुआ है उस वक्त में इस नज़्म को पसंद करने वालों की गिनती दावानल सी बढ़ती जा रही है।

**अगर खिलाफ़ हैं होने दो, जान थोड़ी है,
ये सब धुआँ है, आसमान थोड़ी है
लगेगी आग तो आएंगे घर कई ज़द में
यहाँ पे सिर्फ हमारा मकान थोड़ी है
मैं जानता हूँ दुश्मन भी कम नहीं लेकिन
हमारी तरह हथली पे जान थोड़ी है
हमारे मुँह से जो निकले वही सदाक़त है
हमारे मुँह में तुम्हारी ज़बान थोड़ी है
जो आज साहिबे मसनद हैं कल नहीं होंगे
किराएदार हैं, ज़ाती मकान थोड़ी है
सभी का खून शामिल है यहाँ की मिट्टी में
किसी के बाप का हिंदुस्तान थोड़ी है**

रंग चेहरे का ज़र्द कैसा है
आइना गर्द - गर्द कैसा है ?
काम घुटनों से जब लिया ही नहीं
फिर ये घुटनों में दर्द कैसा है ?



आँख में पानी रखो
होठों पर चिंगारी रखो।
जिन्दा रहना है तो
तरकीबें बहुत सारी रखो।



डॉ राहत इंदौरी का जन्म मध्य प्रदेश राज्य के प्रसिद्ध शहर इंदौर में 1 जनवरी 1950 को रफ़तुल्लाह कुरैशी जो एक कपड़ा मिल में काम करते थे और मक़बूल-उन-निसा बेगम के घर हुआ था। परिवार में राहत इंदौरी साहब के अलावा उनकी दो बड़ी बहनें तहज़ीब और तक़रीब, एक बड़े भाई अक़ील और छोटे भाई आदिल भी थे। अगर पारिवारिक पृष्ठभूमि की बात करें तो उन्हें अपने जीवन के शुरुआती दिनों में काफी मुश्किलों का सामना करना पड़ा। इस बात को इस तरह भी समझा जा सकता है कि दस साल से कम की उम्र में ही राहत इंदौरी साहब ने साइन-चित्रकार के रूप में काम करना शुरू कर दिया। लेकिन वो कहते हैं न “होनहार बिरवान के होत चीकने पात” ठीक उसी तरह राहत साहब की प्रतिभा उस कच्ची उम्र में भी उनके काम में झलकती थी। चित्रकारी उनके पसंदीदा कामों में से एक था और बहुत ही जल्द उनका नाम शहर के आला साइन-चित्रकारों की फेहरिस्त में जुड़ गया और वो इंदौर के व्यस्ततम साइन-चित्रकार बन गए। उनके कला के हुनर, रंगों की परख और और बेजोड़ कल्पना को इस तरह समझा जा सकता है कि उनके बनाए साइन-बोर्ड्स का इंतज़ार लोग एक एक महीने तक किया करते थे। राहत साहब के हाथ से पेंट किए गए साइन बोर्ड्स को आज भी इंदौर की दुकानों पर



देखा जा सकता है। शायद यही वो सारी वजहें थीं जिनके चलते राहत साहब का नाम भले ही आज आसमां में गूँजता हो मगर वो अभी भी ज़मीन से जुड़े फ़नकार हैं। उनका यही जुड़ाव, यही सादगी कभी-कभी उनकी नज़्मों में भी छलक जाती है।

अपने होने का हम इस तरह पता देते थे
खाक मुट्टी में उठाते थे, उड़ा देते थे
बेसमर जान के हम काट चुके हैं जिसको
याद आते है के बेचारे हवा देते थे
उनकी महफिल में वही सच था वो जो कुछ भी कहे
हम भी गूँगों की तरह हाथ उठा देते थे
अब मेरे हाल पे शर्मिंदा हैं वो बुजुर्ग
जो मुझे फूलने-फलने की दुआ देते थे
अबसे पहले के कातिल जो थे बहुत अच्छे थे
कल्ल से पहले वो पानी तो पिला देते थे
वो हमें कोसता रहता था ज़माने भर में
और हम अपना कोई शेर सुना देते थे
घर की तामीर में हम बरसों रहे हैं पागल
रोज़ दीवार उठाते थे, गिरा देते थे
हम भी अब झूठ की पेशानी को बोसा देंगे
तुम भी सच बोलने वालों को सजा देते थे

मेरा ज़मीर, मेरा ऐतबार
बोलता है
मेरी जुबों से परवरदिगार
बोलता है।
कुछ और काम तो जैसे उसे
आता ही नहीं
मगर वो झूठ बहुत शानदार
बोलता है।



राहत साहब की बुनियादी शिक्षा नूतन स्कूल, इंदौर में हुई और सन 1973 में आपने इस्लामिया करीमिया कॉलेज, इंदौर से स्नातक की डिग्री प्राप्त की। आगे की पढ़ाई के लिए इंदौर साहब बाहर निकल गए और सन 1975 में उन्होंने बरकतउल्लाह विश्वविद्यालय, भोपाल से अपनी एमए की डिग्री प्राप्त की। राहत साहब के पास उर्दू साहित्य में डॉक्ट्रेट की डिग्री भी है जिसे उन्होंने कई सालों बाद 1985 में भोज मुक्त विश्वविद्यालय से अर्जित किया था। राहत इंदौर साहब ने 16 वर्षों तक इंदौर विश्वविद्यालय में उर्दू साहित्य अध्यापन और दस वर्षों तक त्रैमासिक पत्रिका 'शाखें' के सम्पादन का कार्य भी किया है। एक नाम कमाने वाले, एक पहचान बनाने वाले राहत साहब से उनके बारे में पूछा जाता है तो अमूमन वो उसका जवाब इस शेर के साथ देते हैं।

सारी बस्ती क्रदमों में है ये भी एक फ़नकारी है
वरना बदन छोड़ के अपना जो कुछ है सरकारी है,
कॉलेज के सारे लड़के चुप हैं कागज़ की एक नाव लिए
चारो तरफ़ दरिया की सूरत फैली हुई बेगारी है
फूलों की खुशबू लूटी, तितली के पर नोचे हैं
ये रहजन का काम नहीं है, रहबर की मक्कारी है

हमने दो सौ सालों से घर में तोते पाल के रखे हैं
मीर तक़ी के शेर सुनाना कौन बड़ी फ़नकारी है
अब फिरते हैं हम रिशतों के रंग बिरंगे ज़ाख़म लिए
सबसे हंस कर मिलना जुलना बहुत बड़ी बीमारी है
दौलत बाज़ू हिकमत गेसू शोहरत माथा गीबत होंठ
इस औरत से बच कर रहना ये औरत बाज़ारी है
कश्ती पर आंच आ जाए तो हाथ कलम करवा देना
लाओ मुझे पतवारें दे दो, मेरी ज़िम्मेदारी है।



अगर राहत साहब के उस सफर जिसके लिए उन्हें सिर्फ हिंदोस्तान ही नहीं विदेशों में भी जाना जाता है, की बात करें तो उसकी शुरुआत महज़ एक दोस्त के कहने के चलते हो गई। बात दरअसल 1970 के दौर की है जब यारों की महफिल लूट लेने वाले राहत साहब रानीपुरा में मुशायरे में बतौर श्रोता गए थे। इसी बीच उनके दोस्त ने मंच पर चढ़ कर सिफ़ारिश कर दी कि राहत साहब को भी मौका दिया जाए। झट से बुलावा आया और राहत साहब अपनी सारी हिम्मत जोड़ते हुए मंच तक जा पहुंचे। किसे अंदाज़ था कि महज़ 20 साल की उम्र में पहली बार मंच पर चढ़ने वाला ये लड़का इसका आदी हो जाएगा और इसी के साथ शायरी के समृद्ध इतिहास में एक और सुनहरा पन्ना जुड़ गया।

सर पर बोझ अँधियारों का है मौला ख़ैर
और सफ़र कुहसारों का है मौला ख़ैर
दुश्मन से तो टक्कर ली है सौ- सौ बार
सामना अब के यारों का है मौला ख़ैर
इस दुनिया में तेरे बाद मेरे सर पर
साया रिश्तेदारों का है मौला ख़ैर
दुनिया से बाहर भी निकल कर देख चुके
सब कुछ दुनियादारों का है मौला ख़ैर
और कयामत मेरे चरागों पर टूटी
झगड़ा चंद सितारों का है मौला ख़ैर
लिखा रखा है हुजरा पीर फ़कीरों का
और मंज़र दरबारों का है मौला ख़ैर
चौराहों पर वर्दी वाले आ पहुंचे
मौसम फिर त्योहारों का है मौला ख़ैर
एक खुदा है एक पर्यंबर एक किताब
झगड़ा तो दस्तारों का है मौला ख़ैर
वक्त मिला तो मस्जिद भी हो आएंगे
बाकी काम मज़ारों का है मौला ख़ैर
मैंने अलिफ से ये तक खुशबू बिखेर दी
लेकिन गाँव गवारों का है मौला ख़ैर

मेरे हुजरे में नहीं और कहीं पर रख दो
आसमाँ लाए हो ले आओ जमीं पर रख दो।
मैंने जिस ताक में कुछ टूटे दिए रखे हैं
चाँद तारों को भी ले जाके वहीं पर रख दो।
अब कहाँ ढूँढने जाओगे हमारे कातिल
आप तो कल्ल का इल्जाम हर्मीं पर रख दो।
हो वो जमुना का किनारा ये कोई शर्त नहीं
मिट्टी मिट्टी में ही रखनी है कहीं पर रख दो।

उंगलियाँ यूँ ना सब पर उठाया करो
खर्च करने से पहले कमाया करो
ज़िन्दगी क्या है खुद ही समझ जाओगे
बारिशों में पतंगे उड़ाया करो।





उसी दौरान एक और घटना भी घटी जिससे राहत साहब का हौसला सातवें आसमान तक जा पहुंचा। एक कार्यक्रम के लिए मशहूर शायर और फिल्मी गीतकार जाँ निसार अख्तर इंदौर आए हुए थे, सभी की तरह राहत साहब भी उनका ऑटोग्राफ लेने जा पहुंचे, और ये इत्तेफाक ही था कि राहत साहब की डायरी पर शेर का जो मिसरा जाँ निसार साहब ने लिखा था उसकी पहली लाइन पूरी होने से पहले राहत साहब ने दूसरी लाइन पढ़ दी। निसार साहब का ध्यान खींचने के लिए इतना काफी था। अख्तर साहब ने जब शायरी में दिलचस्पी का सवाल पूछा तो इंदौरी साहब ने दरयाफ्त किया कि वे मंच से शायरी पढ़ने के लिए क्या करें? अख्तर साहब ने कहा पहले 5000 शेर पढ़ लो और याद कर लो तो अपने शेर भी पढ़ने आ जाएंगे। उस पर राहत साहब ने जो कहा उसने फिर अख्तर साहब की आँखें राहत साहब पर गड़ा दीं। राहत साहब ने कहा कि मुझे 5000 शेर याद हैं तो अख्तर साहब ने जवाब दिया कि फिर देर किस बात की शुरू हो जाओ।

**अब अपनी रूह के छालों का कुछ हिसाब करूँ
मैं चाहता था चरागों को आफताब करूँ
मुझे बुतों से गर इजाज़त कभी मिल जाए
तो शहर भर के खुदाओं को बेनकाब करूँ
उस आदमी को बस एक धुन सवार रहती है
बहुत हसीन है दुनिया इसे खराब करूँ।
है मेरे चारों तरफ भीड़ गुँगों बहरों की
किसे ख़तीब बनाऊँ किसे ख़िताब करूँ
मैं करवटों के नए ज़ायके लिखूँ शब भर
ये इश्क है तो कहाँ जिन्दगी अज़ाब करूँ।
ये जिन्दगी जो मुझे कर्ज़दार करती है
कहीं अकेले में मिल जाए तो हिसाब करूँ।**

ऊँचे-ऊँचे दरबारों से
क्या लेना
नंगे-भूखे बेचारों से
क्या लेना।
अपना मालिक अपना
खालिक अफज़ल है
आती जाती सरकारों से
क्या लेना।



सच में ही राहत साहब शुरू हो गए। रानीपुर में तो पहले ही समां बांध चुके थे, जल्द ही आस पास के इलाकों से उनके लिए निमंत्रण आने लगे और महज़ एक डेढ़ साल में ही वो हर महफिल की शान बन चुके थे। ये वो दौर था जब शायरी में महोब्वत और देशभक्ति को एक लय में ही पढ़ने का चलन था। लेकिन इंदौरी साहब इन दोनों से ही अलहदा शायरी में नया ज़माना, नयी सोच, नए मानकों और प्रतिमानों को जगह देते थे। यानि बुलंद आवाज़ के साथ बिन किसी लाग-लपेट के व्यवस्था पर सीधी चोट। इंदौरी साहब के साथ सबसे खूबसूरत बात ये है कि उनकी कविता के भाव, कविता पढ़ते वक्त उनके चेहरे पर पड़े जा सकते हैं जो शब्दों के साथ मिल कर एक अलग ही तरह से संप्रेषित होते हैं। यह कहना ज़रा भी गलत नहीं होगा कि उनके आने के बाद ही मुशायरों में कविता पढ़ने के राहत इंदौरी शैली की शुरुआत हुई।

**सुबह को नई हवाओं की सोहबत बिगाड़ देती है
कबूतरों को खुली छत बिगाड़ देती है**

**जो जुर्म करते हैं वो इतने बुरे नहीं होते
सज़ा न दे के अदालत बिगाड़ देती है
मिलाना चाहा है इंसान को जब भी इंसान से
तो सारे काम सियासत बिगाड़ देती है**

हर दौर के मशहूर शायर और कवियों को बालीवुड ने हाथों हाथ लिया है। लिहाजा राहत साहब के पास सबसे पहले इंदौर के ट्रांसपोर्ट कारोबारी, गुलशन कुमार का संदेश लेकर आए, लेकिन राहत साहब करीमिया कॉलेज में उर्दू के प्रोफेसर हो चुके थे, सो उन्होंने पहले तो मुंबई आने से मना ही किया लेकिन ज्यादा दवाब बनाने पर गुलशन कुमार का नंबर लेकर तब के लिए ट्रांसपोर्ट वाले महाशय को विदा कर दिया। एकाध हफ्ते बाद वो ट्रांसपोर्ट वाले महाशय फिर आ धमके और इस बार मजबूरन राहत साहब को फोन पर बात करनी पड़ी। फोन पर भी उन्होंने मना ही कर दिया कि कॉलेज की व्यस्तताओं के चलते व आने वाले मुशायरों की वजह से वो नहीं आ सकते और वो इंदौर में खुश हैं। लेकिन गुलशन कुमार के बहुत सिफ़ारिश करने पर राहत साहब अपनी अप्रिय रचनाओं की डायरी लेकर एक हफ्ते के लिए मुंबई गए ताकि गुलशन कुमार जी का मन भी रखा जा सके और जल्दी ही वापस भी आ सकें। लेकिन इस एक हफ्ते के दौरान राहत साहब ने कुछ गाने लिखे और उन्हें अनुराधा पौडवाल की आवाज़ में रिकॉर्ड किया गया और यहीं से राहत साहब का बॉलीवुड का सफ़र शुरू तो हुआ लेकिन उन्होंने जल्द ही इस चमक दमक को अलविदा कहते हुए खुद को मंच तक ही सीमित कर लिया।

**कहीं अकेला मिल गया तो झिंझोड़ दूंगा उसे
जहां जहां से वो टूटा है जोड़ दूंगा उसे
मुझे वो छोड़ गया ये कमाल है उस का
इरादा मैंने किया था कि छोड़ दूंगा उसे
बदन चुरा के चलता है मुझ से वो शीशा-ए-बदन
उसे डर है कि मैं तोड़-फोड़ दूंगा उसे
पसीने बांटता फिरता है हर तरफ सूरज
कभी जो हाथ लग गया तो निचोड़ दूंगा उसे
मज़ा चखा के ही माना हूँ मैं भी दुनिया को
समझ रही थी कि ऐसे ही छोड़ दूंगा उसे**

सिसकती रूत को
महकता गुलाब कर दूंगा
मैं इस बहार में
सबका हिसाब कर दूंगा।
मैं इंतज़ार में हूँ
तू कोई सवाल तो कर
यकीं रख मैं तुझे
लाजवाब कर दूंगा।



राहत साहब की शायरी का अंदाज़ इतना दिलकश और इतना निराला है कि वो अपनी लोकप्रियता के लिए ऐसा कोई सरल रास्ता नहीं चुनते जो शायरी की इज़ज़त को कम करता हो। राहत सब को पढ़ते हुए देखना सुनना एक सुकून है। राहत साहब वो फनकार हैं कि वो जब भी मंच पर आकर माइक पकड़ते हैं पूरी महफिल उनकी हो जाती है। उनकी भाषा शब्दों का चुनाव और पाठ का लहज़ा एक अलग ही समा बांध देता है। राहत साहब को अच्छी तरह से पता है



कि किस तरह महफिल पर छा जाना है, वो खुद अपने बारे में कहते हैं कि अगर मेरा शेर आपको समझ में आए तो तालियाँ बजाइए और अगर समझ में न आए तो और ज़ोर से तालियाँ बाजाइए, क्योंकि इसका मतलब है कि मैंने कोई बहुत बड़ी बात कह दी।

वह कभी शहर से गुज़रे तो ज़रा पूछेंगे ज़ख्म हो जाते हैं किस तरह दवा पूछेंगे गुम न हो जाएँ मकानों के घने जंगल में कोई मिल जाए तो हम घर का पता पूछेंगे मेरे सच से उनको क्या लेना है मैं जानता हूँ हाथ कुरआन पे रखवा के वह क्या पूछेंगे ये रहा नाम-ए-आमाल मगर तुझ से भी कुछ सवालात तो हम भी ऐ खुदा पूछेंगे वह कहीं किरनें समेटे हुए मिल जाएगा कब रफू होगी उजाले की क़बा पूछेंगे वो जो मुंसिफ़ है तो क्या कुछ भी सज़ा देगा हम भी रखते हैं जुबां पहले ख़ता पूछेंगे

झूठ से सच से जिससे भी यारी रखें आप बस अपनी तकरीर जारी रखें। इन दिनों आप मालिक हैं बाज़ार के जो भी चाहें वो कीमत हमारी रखें। बात मन की कहें या वतन की कहें झूठ बोलें तो आवाज़ भारी रखें।



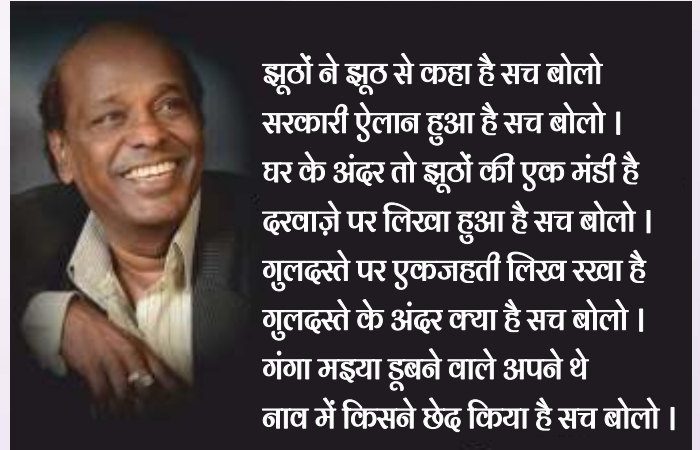
राहत साहब सिर्फ शेरों-शायरी ही नहीं समाज के सच्चे हितैषी और चितेरे भी हैं। जब भी कभी कोई सामाजिक मुद्दा उभर कर आता है तो ऐसा हो ही नहीं सकता कि उसके पक्ष या विपक्ष में राहत साहब अपनी राय दर्ज़ न करें। चाहें मसला कोई भी हो राहत साहब को संजीदगी से लोगों को समझाते हुए, आपसी भाईचारा बनाए रखने के लिए और समझदारी से काम लेने के लिए अपील करते हुए देखा जा सकता है। अभी हाल ही में हुए नागरिकता विधेयक के संशोधन के विरोध प्रदर्शन में राहत इंदौरी साहब ने खुद जा कर लोगों से बातचीत की और उनसे शांतिपूर्ण तरीके से विरोध दर्ज़ करने की अपील की, जोकि भारत के हर नागरिक का संवैधानिक अधिकार है। इस बारे में मीडिया से बात करते हुए उन्होंने दो शेर पढ़े थे जो कुछ इस तरह हैं:

मैं मर जाऊँ तो मेरी अलग पहचान लिख देना लहू से मेरे पेशानी पे हिंदुस्तान लिख देना ॥

घरों के धँसते हुए मंज़र में रक्खे हैं, बहुत से लोग यहाँ मकबरो में रक्खे हैं, हमारे सर की फटी टोपियों पर तंज़ न कर, हमारे ताज अजायबघरों में रखे हैं

सफ़र की हद है वहां तक कि कुछ निशान रहे, चले चलो कि जहाँ तक ये आसमान रहे। ये क्या उठाये कदम और आ गयी मंजिल, मज़ा तो तब है कि पैरों में कुछ थकान रहे।

अपनी मुखरता, स्पष्टवादिता और राजनैतिक गतिविधियों तलख टिप्पणियों के चलते राहत साहब हमेशा से कट्टरपंथियों के निशाने पर भी रहे हैं। अपनी खरी भाषा के ज़रिए राहत साहब व्यवस्था के लिजलिजे हिस्सों पर इतना जम कर वार करते हैं कि कट्टर पंथियों से



झूठों ने झूठ से कहा है सच बोलो सरकारी ऐलान हुआ है सच बोलो। घर के अंदर तो झूठों की एक मंडी है दरवाज़े पर लिखा हुआ है सच बोलो। गुलदस्ते पर एकजहती लिख रखा है गुलदस्ते के अंदर क्या है सच बोलो। गंगा मझ्या डूबने वाले अपने थे नाव में किसने छेद किया है सच बोलो।

सहा नहीं जाता। हाल ही में केरल के एक नेता ने उन्हें जेहादी कह दिया तो उन्होंने उसके जवाब में कहा “मैं ७७ साल का हो गया हूँ, मुझे अभी तक मालूम नहीं पड़ा कि मैं जेहादी हो गया हूँ” और अपने चिर-परिचित अंदाज़ में अपने शेरों से तंज़ करते हुए उन्होंने कहा:

उठा शमशीर, दिखा अपना हुनर, क्या लेगा

ये रही जान, ये गर्दन, ये सर, क्या लेगा

एक ही शेर उड़ा देगा परखच्चे तेरे

तू समझता है ये शायर है, कर क्या लेगा



बन के एक हादसा बाज़ार में आ जाएगा

जो नहीं होगा वो अखबार में आ जाएगा

चोर उचक्यों की करो कद्र, कि मालूम नहीं

कौन, कब, कौन सी सरकार में आ जाएगा

राहत इंदौरी साहब ने लगभर दो दर्जन से अधिक फ़िल्मों में गीत लिखे। उनके प्रसिद्ध हिन्दी फ़िल्म गीत कुछ इस प्रकार हैं-

- आज हमने दिल का हर किस्सा (फ़िल्म- सर)
- तुम-सा कोई प्यारा कोई मासूम नहीं है (फ़िल्म- खुद्दार)
- खत लिखना हमें खत लिखना (फ़िल्म- खुद्दार)
- रात क्या मांगे एक सितारा (फ़िल्म- खुद्दार)
- दिल को हज़ार बार रोका (फ़िल्म- मर्डर)
- एम बोले तो मैं मास्टर (फ़िल्म- मुन्नाभाई एमबीबीएस)
- धुंआ धुंआ (फ़िल्म- मिशन कश्मीर)
- ये रिश्ता क्या कहलाता है (फ़िल्म- मीनाक्षी)
- चोरी-चोरी जब नज़रें मिलीं (फ़िल्म- करीब)
- देखो-देखो जानम हम दिल (फ़िल्म- इश्क)
- नींद चुरायी मेरी (फ़िल्म- इश्क)
- मुर्शिदा (फ़िल्म - बेगम जान)





बैंकों में बढ़ती धोखाधड़ियाँ : रोकथाम के उपाय

ए एल नारायण, वरिष्ठ प्रबंधक, अंचल कार्यालय, हैदराबाद

हाल के दिनों में बैंकों में धोखाधड़ियों का बढ़ना राष्ट्रीय स्तर पर चिंता का विषय है। इसके मद्देनजर केंद्रीय सतर्कता आयोग ने मार्च 2017 में 100 सर्वोच्च मूल्य की धोखाधड़ियों का विश्लेषण किया तथा पाया कि इन्हें मुख्यतः निम्नलिखित क्षेत्रों में वर्गीकृत किया जा सकता है:

1. हीरे जवाहरात व गहने
2. विनिर्माण व उद्योग
3. कृषि
4. मीडिया प्रसारण
5. नागरिक उड्डयन
6. सेवा क्षेत्र / परियोजना
7. चेक भुनाई
8. व्यापार
9. सूचना प्रौद्योगिकी
10. निर्यात व्यापार
11. सावधि जमा खाते (फिक्सड डिपॉजिट)
12. मांग ऋण (डिमांड लोन)
13. लेटर ऑफ कंफर्ट



अब हम इस बात पर विस्तार से विचार करेंगे कि इन क्षेत्रों में किस तरह की धोखाधड़ियाँ होती हैं तथा इन धोखाधड़ियों के निवारक उपाय क्या हैं?

उदाहरण के तौर पर हीरे जवाहरात व गहने के क्षेत्र में कंपनियाँ जानबूझकर हीरे जवाहरात व मोतियों के मूल्य को बढ़ाकर दिखाती है ताकि बैंकों से वास्तविक राशि से ज्यादा राशि की उधार सुविधा मिल सके तथा प्रतिभूति (चालू आस्तियाँ) की राशि भी ज्यादा दिखाई जा सके। इसके अलावा ग्रुप कंपनियाँ यह सूचित करती हैं कि उनके विदेशी खरीदारों से राशि की उगाही नहीं हो पा रही है जिसके कारण वे भी स्टैण्ड बाइ एलसी का भुगतान करने में असमर्थ हैं। कंपनियों द्वारा प्रस्तुत की गई प्राप्तियाँ / देनदारों की सूची में काफी हेर-फेर किया जाता है ताकि बैंक से ज्यादा से ज्यादा उधार सुविधा ली जा सके।

ऐसी धोखाधड़ियों से बचने के लिए बैंकों को स्टॉक के आवक- जावक तथा खरीदारों की वास्तविकता की जाँच करनी चाहिए तथा यह भी देखना चाहिए कि क्या वास्तव में खरीददार की हैसियत इतनी है कि वह इतने भारी रकम के माल को खरीद पाएगा। साथ ही अल्प समय में एक ही क्षेत्र में उधार में कई गुना वृद्धि होने पर बैंकों को संदेह करना

जरूरी हो जाता है। इसके लिए बैंकों को एक तय सीमा तक ही उधार देना चाहिए।

इसी तरह विनिर्माण व उद्योग क्षेत्रों में भी कई तरह से बैंकों को ठगा जाता है जैसे काफी संख्या में निर्यात बिलों को बैंक से भुनाते रहना जबकि उनमें से कुछ ही बिल वास्तविक होते हैं बाकी सारे जाली बिल होते हैं जिनकी लंबी समय से उगाही नहीं हुई होती है। वास्तविक स्टॉक व स्टॉक विवरणी में दिए गए स्टॉक में काफी अंतर होता है या हो सकता है। दर्शाया गया स्टॉक अप्रचलित या खराब हो सकता है जो बिक्री के लायक नहीं है। ऐसे माल के क्रय बीजक में माल का प्रकार, निर्मित कंपनी का नाम, कूट संख्या, माल की श्रेणी (ग्रेड) आदि विवरण नहीं होते हैं और बैंकों के लिए यह जानना मुश्किल हो जाता है कि कौन सा माल कब कहाँ से खरीदा गया और कौन सा माल किसको



कब बेचा गया। इसी तरह लेटर ऑफ क्रेडिट के बीजक दस्तावेजों और कंपनी द्वारा प्रस्तुत किए गए विवरणियों के स्टॉक मेल नहीं खाते। कई मामलों में बिक्री को कई गुना बढ़ाकर दिखाया जाता है जबकि स्टॉक की कोई खरीद- बिक्री नहीं होती। कभी-कभी कंपनियों के निदेशक व मालिक खुद कंपनी की निधियों का गबन करते हैं तथा निधियों के डायवर्जन का हर संभव नया मार्ग ढूँढते हैं। लेखा आंकड़ों में तथा बैंक विवरणियों में काफी फर्क होता है तथा लेखा परीक्षित (ऑडिटेड) वित्तीय विवरण में ये बातें नहीं दिखाई देती हैं। लेटर ऑफ क्रेडिट के लाभार्थियों को किए गए भुगतान की राशि को कंपनी के अन्य खातों में डायवर्ट किया जाता है या अनुषंगी कंपनियों के खातों में दिखा दिया जाता है। कई बार खरीदार कंपनी व बिक्री करने वाली कंपनियाँ एक ही मालिक या समूह की होती है। लेखा बही भी इतनी पेंचीदा होती हैं



कि यह तय कर पाना काफी मुश्किल हो जाता है वास्तव में पैसा या माल कहाँ से आ रहा है और कहाँ जा रहा है। बैंक वाले केवल इस बात से खुश रहते हैं कि खातों में टर्नओवर अच्छा हो रहा है तथा बिल वगैरह का समय पर भुगतान हो रहा है। लेकिन यह सब एक जाल है जो धोखा देने के उद्देश्य से बना जाता है और बैंक ऋण की मात्रा में वृद्धि करते हुए चले जाते हैं और अंत में यह गुब्बारा जिस दिन फूट जाता तब समझ में आता है कि क्या हो रहा था और क्या हुआ ?

कृषि उत्पादों के व्यापार में काफी धोखाधड़ियाँ सामने आ रही हैं क्योंकि कृषि उत्पादों का भी काफी मात्रा में निर्यात किया जाता है तथा निधियों का डायवर्जन भी ज्यादा होता है। देनदारों की मात्रा वास्तविक बिक्री की अपेक्षा ज्यादा होती है। ऐसे मामले भी सामने आये हैं कि वर्ष भर जहाँ इन उत्पादों की बिक्री की गई है वहाँ वसूली केवल अल्प राशि की ही हुई है ना कि बिक्री के अनुपात में। कई बार तो सहायता संघ की तरफ से भारी मात्रा में बही ऋण मुहैया कराया जाता है जबकि दिखाया गया स्टॉक वास्तव में होता ही नहीं है तथा जो भी



स्टॉक होता है वह भी सड़ा या खराब अनाज आदि तथा काफी संख्या में बनावटी बीजक / देनदारों की सूची प्रस्तुत कर दिया गया। कई कंपनियाँ पैकिंग ऋण तो लेती हैं लेकिन उनके द्वारा किसी भी प्रकार का निर्यात व्यापार नहीं किया जाता। जो भी दस्तावेज पेश किये जाते हैं, वे बनावटी व जाली होते हैं। एक अन्य कंपनी ने तो वैकल्पिक संग्रहण मॉडल तैयार किया जिसमें किसानों को पोस्ट डेटेड चेक की प्रतिभूतियों पर अग्रिम ऋण खेती करने के लिए उपलब्ध कराए गए। इस पूरे स्कैम में न तो किसी वास्तविक भुगतान से संबंधित लेन देन हुआ न ही किसी वास्तविक कृषक या कृषि भूमि के पट्टे, सब कुछ चन्द बनावटी दस्तावेजों के संपार्श्विक प्रतिभूति पर आधारित था। कंपनी के कर्मचारी भी इस गबन के भागीदार थे तथा कंपनी प्रबंधन ने सहायता संघ के बैंकों को कंपनी का कार्य निष्पादन गलत तरीके से प्रस्तुत किया।

यह तो केवल कुछ उदाहरण है जिसमें हमने देखा कि धोखेबाज

उधारकर्ता किस तरह से बैंकों को धोखा दे सकते हैं। इसके अलावा बैंकों में धोखाधड़ियाँ बढ़ने के निम्नलिखित कारण होते हैं:

- (1) बैंकों में कर्मचारियों में निजी स्वार्थ की भावना
- (2) लेन देन में पारदर्शिता का न होना
- (3) कमजोर प्रबंधन सूचना प्रणाली
- (4) आंतरिक लेखा-परीक्षा विभाग को स्वतंत्र न होना
- (5) उच्च प्रबंधन द्वारा स्पष्ट नैतिक दिशानिर्देशों का न होना
- (6) संगठन की संरचना का अत्यधिक पेचीदा होना
- (7) कमजोर लेखा नियंत्रण
- (8) कर्मचारियों की हठ या लापरवाही आदि

अब हम इस मुद्दे पर विचार करेंगे कि किस तरह इन समस्याओं से बचा जा सकता है तथा धोखाधड़ियों का निवारण किया जा सकता है।

साधारणतः बैंकों का पैसा जनता का धन होता है जिसे बैंक ऋणों के रूप में देकर ब्याज के रूप में आय प्राप्त करती हैं तथा सरकार व जनता को लाभांश दिया जाता है। यदि इस तरह की धोखाधड़ियाँ होती रहेंगी तो बैंकों को ब्याज तो दूर की बात मूलधन की भी वसूली नहीं हो पाएगी तथा जनता के पैसे गलत हाथों में चले जाते हैं। चूंकि बैंक जनता के पैसे के न्यासी हैं इनकी जिम्मेदारी है कि ऋण देते समय संपूर्ण सावधानियाँ बरतें।

अगर कोई उधारकर्ता बैंक को धोखा देने में कामयाब हो जाता है तो यह उधारकर्ता की चालाकी नहीं बल्कि बैंक वालों की घोर लापरवाही का नतीजा होता है। क्योंकि एक ही तरह के लेन-देन करते-करते बैंकों को भी इन लेन-देन के लूप होल्स का पता चल ही जाता है। कई वर्षों से बैंकों में भिन्न-भिन्न तरह की धोखाधड़ियाँ हो चुकी हैं तथा उनके मद्देनजर कई नियम व कानून बनाए गए हैं तथा दिशानिर्देश जारी किए गए हैं। इन सभी नियमों व पद्धतियों का अक्षरशः पालन कर लेने मात्र से ही बैंक कई तरह के धोखाधड़ियों से बचा जा सकता है तथा बैंक कर्मचारी भी सुरक्षित रह सकते हैं। सभी धोखाधड़ियों के निवारण का एक ही उपाय है नियमों व मार्गदर्शी सिद्धान्तों का अनुपालन। क्योंकि सभी नियम व सिद्धान्त अपने पूर्व के कटु अनुभवों को ध्यान में रखकर बनाए गए हैं। पूर्व के कटु अनुभवों से बैंकों को सबक लेना चाहिए तथा यह हमारे मन में पैठ कर जाना चाहिए कि नियमों का अनुपालन किसी भी समय, किसी भी मोड़ पर बैंकों को धोखाधड़ी से बचाता है। अगर एक बार हुई धोखाधड़ी को पुनः दुहराने से हम नहीं रोक पाते हैं तो बैंक कर्मचारियों की यह घोर लापरवाही होगी।

हमेशा से ही यह होता आया है कि धोखा देने वाला बैंकों से ज्यादा से ज्यादा ऋण प्राप्त करने के लिए कई तरह के झूठे दस्तावेजों का सृजन करता है तथा इसके लिए वह कई संबंधित लोगों यथा बैंक के वैल्युअर, इंजीनियर, पैनल वकील, माल के आपूर्तिकर्ता आदि की सहायता लेता है, जो थोड़ी सी ज्यादा फीस लेकर गलत रिपोर्ट दे देते हैं। इन रिपोर्टों



के आधार पर बैंक उधार सीमाएँ दे देते हैं। प्रारंभ में ये बैंकों का विश्वास प्राप्त करने, अपनी वचनबद्धता को पूर्ण करने के लिए तथा अपनी सुविधाओं को सुचारू रखने के लिए किसी भी प्रकार की अनियमितता नहीं होने देते हैं तथा जब एक बार बैंक का भरोसा जीतने में कामयाब हो जाते हैं तब उधार सीमाओं में वृद्धि व अन्य सुविधा प्राप्त कर लेते हैं तथा अंत में धोखाधड़ी को वृहत स्तर पर अंजाम देते हैं। यह भी पाया गया है कि सहायता संघ (कंसोर्टियम) अग्रिमों में ज्यादा धोखाधड़ियाँ होती हैं क्योंकि केवल लीडर बैंक ही पूरी कंपनी के काम-काज पर नियंत्रण रखता है तथा शेष सदस्य बैंकों का नियंत्रण केवल संयुक्त निरीक्षण व सहायता संघ की बैठकों तक ही सीमित रहता है। सहायता संघ वाले ऋणों में राशि भारी मात्रा में होती है, यदि कंपनी किसी तरह लीडर बैंक के अधिकारियों को अपने जाल में फंसाने में सफल हो जाती है तो सभी बैंकों की राशि खतरे में आ जाती है।

हमें भी सचेत हो जाना चाहिए जब कंपनियाँ अपने कर्मचारियों को काफी ज्यादा मात्रा में दिलदार तरीके से बोनस का भुगतान करती हैं, इसमें बोनस के रूप में कई बेनामी कर्मचारियों को दिखावे स्वरूप भुगतान करने की आड़ में काफी राशि को डायवर्ट किया जाता है। इसी तरह मजदूरी व वेतन का भुगतान व कंपनी के दैनिक व्यय आदि ऐसे क्षेत्र होते हैं जहाँ धोखाधड़ी की संभावना काफी ज्यादा होती है। इसके अलावा विविध व्यय या बिक्री विभाग के कर्मचारियों को बिक्री प्रमोशन के लिए दिया गया खर्च भी संदेह के घेरे में आ जाता है।

जब भी कोई मशीनरी खरीदने के लिए आपूर्तिकर्ता को भुगतान किया जाता है तो आपूर्तिकर्ता के बैंक से आपूर्तिकर्ता के बारे में ड्यू डेलिजेन्स प्राप्त करना चाहिए, भले ही यह ऋण स्वीकृति पत्र में उल्लिखित नहीं हो। जहाँ भी यह पाया जाता है कि अल्पकालीन निधियों का उपयोग दीर्घकालीन उद्देश्यों के लिए किया जाता है तो उसके बारे में विस्तृत जांच की जानी चाहिए तथा इसे रिकार्ड किया जाना चाहिए।

शाखाओं को चाहिए कि वे लेखा परीक्षित तुलन पत्र का ध्यान से अध्ययन करें तथा कोई भी नकारात्मक टिप्पणियों होने पर इसकी गहन जांच करें। निरीक्षण करने वाले अधिकारी निधियों की पूर्ण उपयोगिता की जांच करें तथा केवल दस्तावेजों / बिलों पर ही निर्भर न रहें। दस्तावेजों व ऋण राशि की तुलना अवश्य करें तथा जहाँ भी संदेह हो इसकी संपूर्ण जांच कर खुद को संतुष्ट कर लें।

सहायता संघ के ऋणों में यदि सदस्य बैंक कुछ अधिक राशि प्रदान



करता है तो पहले सहायता संघ की बैठक में विचार विमर्श करें तथा अधिकतम परिमित बैंक उधार की सीमा के अन्दर ही उधार दें।

वकील की राय, इंजीनियर / वैल्युअर के मूल्यांकन या सी ए के प्रोजेक्ट रिपोर्ट पर थोडा भी शक होने की स्थिति में या गलत पाए जाने की स्थिति में तुरन्त उन्हें पैनल से हटाकर ब्लैकलिस्टेड कर दिया जाना चाहिए।

गैर निष्पादित खातों में यह भी सुनिश्चित किया जाना चाहिए कि उच्च स्तरीय अधिकारियों को जिम्मेदार बनाया जाए न कि पूरी धोखाधड़ी का ठीकरा निचले स्तर के अधिकारियों पर फोड़ा जाए।

उधारकर्ताओं की उधार सुविधा देते समय व उधार सुविधाओं का नवीकरण व उधार सीमाओं में बढोत्तरी करते समय ड्यू डेलिजेन्स रिपोर्ट बिना चूक ली जानी चाहिए।

जहाँ कहीं भी उधारकर्ता जानबूझकर या गलत उद्देश्य से अपने बकाया राशि का भुगतान नहीं करता है तो तुरंत ही उस पर आवश्यक कार्रवाई की जानी चाहिए। यदि कोई उधारकर्ता किसी अन्य बैंक में खाता खोलता है या परिचालित करता है तो तुरंत ही संबंधित बैंक में मामले को उठाएं व खाते को बन्द करने की प्रक्रिया आरंभ करें। जिस किसी भी धोखाधड़ी के मामले में एफ आइ आर या जांच एजेन्सी से शिकायत की गई हो तो उसकी तत्परता से प्रबोधन करे तथा दोषी व्यक्तियों को सजा देने में देर न करे ताकि आगे ऐसी धोखाधड़ियों की संभावना को कम किया जा सके। गारंटीकर्ताओं के खिलाफ भी आवश्यक कानूनी कार्रवाई की जानी चाहिए। किसी भी मामले में चूककर्ताओं के विदेश पलायन की संभावना होने पर तुरंत ही उनका पासपोर्ट जब्त करवाने की कार्रवाई की जानी चाहिए।

बैंक ने प्रत्येक तरह के ऋण के लिए अलग-अलग दिशानिर्देश दिए हैं तथा जब भी ऋण की राशि प्रदान की जाती है तो उसका उपयोग को सुनिश्चित करें। नियमों व दिशानिर्देशों का अक्षरशः अनुपालन किया जाना चाहिए, समय समय पर जारी किए गए परिपत्रों व धोखाधड़ियों के संबंध में किए जाने वाली निवारक उपायों का पालन अवश्य किया जाना है ताकि धोखाधड़ियों को भले ही खत्म नहीं किया जा सकता है किंतु काफी हद तक कम किया जा सकता है।





कोरोना वायरस : बचाव कैसे करें ?

निशा कुमारी, सहायक प्रबंधक, क्षेत्रीय कार्यालय, विजयवाड़ा

कोरोना वायरस : कमजोर इम्यूनैटी वालों पर जल्दी करता है अटैक, इन चीजों को खाकर इम्यूनैटी बनाएँ स्ट्रॉंग

कोरोना वायरस COVID-19..... इस जानलेवा वायरस से बचने का इलाज अब तक खोजा नहीं जा सका है। दुनियाभर में लाखों-करोड़ों लोग इस बीमारी से इंफेक्टेड हो चुके हैं और कई लाख की मौत भी हो चुकी है। ऐसे में इससे बचने का सबसे अच्छा तरीका है बचाव। जहाँ तक संभव हो खुद को बचाकर रखें और अपनी इम्यूनैटी को स्ट्रॉंग बनाएँ।

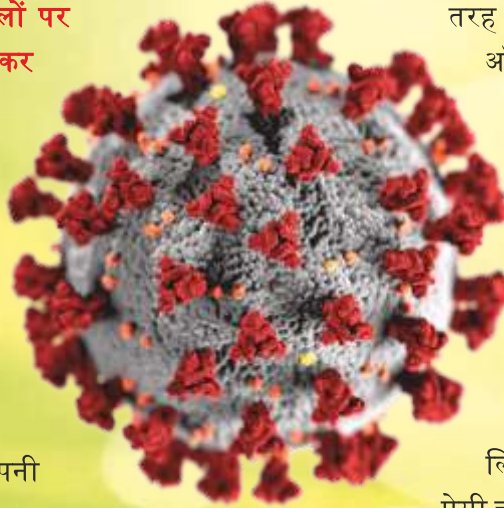
दुनियाभर में लाखों से ज्यादा लोगों की जान लेने के बाद अब यह वायरस भारत सहित अनेक देशों में तेज़ी से फैल रहा है। भारत सरकार देश में कोरोना से बचाव के लिए काफी सशक्त कदम उठा रही है। विश्व स्वास्थ्य संगठन डब्ल्यूएचओ ने कोरोना वायरस को लेकर चेतावनी जारी करते हुए कहा है कि यह वायरस SARS यानि severe acute respiratory syndrome से भी ज्यादा खतरनाक है क्योंकि कोरोना वायरस को फैलने में सिर्फ 10 सेकंड का समय लगता है। अगर किसी की इम्यूनैटी यानि रोगों से लड़ने की क्षमता कमजोर है तो उसे कोरोना वायरस और जल्दी अपनी चपेट में ले सकता है। लिहाजा इम्यूनैटी को मजबूत बनाना बेहद जरूरी है।

बचाव ही है कोरोना से बचने का बेस्ट तरीका

इस जानलेवा वायरस से बचने का इलाज अब तक खोजा नहीं जा सका है। ऐसे में डॉक्टर्स और एक्सपर्ट्स भी यही मानते हैं कि इस बीमारी से बचना ही सबसे बेहतर बचाव है। इस दौरान अपनी डेली लाइफस्टाइल, फिज़िकल ऐक्टिविटी और खानपान का पूरा ध्यान रखें। अपनी डेली डायट में ऐसी चीजों को शामिल करें जिसमें एंटी-वायरल प्रॉपर्टीज़ हो ताकि आपकी इम्यूनैटी स्ट्रॉंग बने और आपका शरीर हर तरह की बीमारी से बचा रहे।

इंफेक्शन से बचना है तो इम्यूनैटी बनाएँ स्ट्रॉंग

बेसिक हाइजीन यानि साफ-सफाई का भी पूरा ध्यान रखें। दिनभर में कई बार एंटीसेप्टिक हैंड वॉश का इस्तेमाल कर हाथों को अच्छी



तरह से साफ करते रहें। अगर घर से बाहर हों तो ऑइल-बेस्ड हैंड सैनिटाइज़र का इस्तेमाल करें। गंदे हाथों से अपनी आंख, नाक और मुँह को बिलकुल ना छूएँ। इम्यूनैटी को स्ट्रॉंग बनाने में खाने-पीने की चीजों का भी अहम रोल होता है। लिहाजा चेंजिंग वेदर में जब वायरस भी काफी फैला हुआ है, तब कच्ची चीजें जैसे – कच्चा मीट, कच्चा अंडा और कच्ची सब्जियों का सेवन बिलकुल ना करें। इसके अलावा इंफेक्शन से बचने के लिए इम्यून सिस्टम ठीक करना जरूरी है। कुछ ऐसी चीजें हैं जिन्हें अगर आप डायट में शामिल कर लें तो आपकी इम्यूनैटी मजबूत बन सकती है।

तुलसी और शहद खाएँ

एंटी-वायरल और एंटी-इंफ्लेमेट्री प्रॉपर्टी से भरपूर तुलसी का रोजाना सेवन करें, इससे आपकी रोगों से लड़ने की ताकत मजबूत बनेगी। लेकिन बेहद जरूरी है कि आप तुलसी का सेवन सुबह के समय खाली पेट में करें। रोजाना तुलसी की 5 पत्तियों को 1 चम्मच शहद और 3-4 काली मिर्च के दानों के साथ खाएँ, इम्यूनैटी मजबूत बनेगी।

सूरजमुखी के बीज

ये बीज सेलेनियम के बेहतरीन सोर्स हैं, जो हमारी कोशिकाओं के नुकसान की भरपाई करते हैं। ये विटामिन ई के भी अच्छे स्रोत हैं, यानि यह आपको बाहरी इंफेक्शन से भी बचाते हैं। सूरजमुखी के बीज को आप सलाद के साथ मिलाकर खा सकते हैं या फिर ऐसे ही मसाले में मिलाकर खाएँ।

हल्दी और अदरक

हल्दी और अदरक में पाया जाने वाला एंटी-ऑक्सिडेंट और एंटी-इंफ्लेमेटरी कंपाउंड एलर्जी से लड़ता है। एंटी-वायरल और जिंजरा से भरपूर अदरक और कर्क्युमिन से भरपूर हल्दी दोनों ही आपकी इम्यूनैटी को स्ट्रॉंग बनाने में मदद करते हैं। एक चम्मच हल्दी पाउडर को गरम दूध में डालकर पिएं और अदरक की चाय का सेवन करें या फिर आप अदरक को शहद के साथ खा सकते हैं।



दालचीनी भी है फायदेमंद

पॉलिफेनॉल्स और प्लांट एंटी-ऑक्सिडेंट दालचीनी को इम्यूनिटी दुरुस्त रखने की ताकत देते हैं। इसके एंटी-वायरल और एंटी-फंगल होने की खासियत ही इसे कोल्ड और फ्लू के बेहतर दवा के तौर पर पेश करती है। आप चाहें तो दालचीनी के पाउडर को चाय में छिड़क कर या पैनकेक आदि में डालकर इसका सेवन कर सकते हैं।

अलसी के बीज

इसमें एंटी-एलर्जिक सीलियम और ओमेगा-३ फैटी एसिड होता है। एक चम्मच अलसी के बीज को गरम दूध के साथ पिएँ। सलाद, दही के साथ भी खा सकते हैं। अलसी भी आपके रोगों से लड़ने की क्षमता को मजबूत बनाने में मदद करती है।

गाजर का मुरब्बा

इन 6 बीमारियों से लड़ने की क्षमता रखता है यह मुरब्बा, फायदा उठाने के लिए एक बार जरूर खाएँ

गाजर के मुरब्बे को एक सुपर फूड के तौर पर देखा जाता है। इसका नियमित सेवन आपको तमाम तरह की बीमारियों से छुटकारा दिला सकता है। यहाँ जाने इसे खाने के स्वास्थ्य लाभ ...

हमारे घरों में तरह- तरह के मुरब्बे बनाए और चाव से खाए जाते हैं। आपने गाजर का मुरब्बा भी जरूर खाया होगा। गाजर हमारी आंखों की रोशनी बढ़ाने के लिए एक बेहतरीन दवाई है। मगर क्या आप जानते हैं कि गाजर का मुरब्बा एक यूनानी और आयुर्वेदिक दवा है, जिसे आंखों के लिए प्रयोग किया जाता है। यह मीठा और टेस्टी मुरब्बा दुर्बलता, कमजोरी, थकान और मानसिक तनाव के लिए भी फायदेमंद है। गाजर के मुरब्बे को एक सुपर फूड के तौर पर देखा जाता है, जिसमें डेर सारा विटामिन ए होता है।



कैंसर से करे सुरक्षा

कैंसर से बचाव के लिए गाजर का मुरब्बा फायदेमंद है। गाजर का मुरब्बा फेफड़ों के कैंसर, पेट के कैंसर और स्तन कैंसर के विकास के जोखिम को कम करता है। इसमें कैंसर-रोधी कंपोनेंट पाया जाता है, जो कैंसर कोशिकाओं को मारता है। ये कंपोनेंट गाजर द्वारा तैयार नेचुरल पेस्टिसाइड है, जो हानिकारक कोशिकाओं को मारता है।

उम्र बढ़ने से रोके

गाजर का मुरब्बा उम्र बढ़ने की प्रक्रिया को धीमा कर सकता है। गाजर में बीटा-कैरोटीन का उच्च स्तर होता है, जो मेटाबॉलिज्म के माध्यम से शरीर द्वारा किए गए सेलुलर क्षति के लिए एंटीऑक्सिडेंट के रूप में कार्य करता है। तो अगर आपको हमेशा जवान बने रहना है तो आज से ही गाजर का मुरब्बा खाना शुरू कर दें।

दिल की बिमारी से बचाए

चूँकि गाजर के मुरब्बे में कैरोटेनॉयड्स भरपूर मात्रा में पाया जाता है, इसलिए यह हृदय रोग के जोखिम को कम करता है। गाजर अल्फा-कैरोटीन और ल्यूटिन का समृद्ध स्रोत है। रोजाना इसके सेवन से आप कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम कर सकते हैं।

आँखों की दृष्टि बढ़ाए

आँखों की रोशनी बढ़ाने के लिए गाजर अच्छा आहार माना जाता है। गाजर में बीटा-कैरोटीन होता है, जो लिवर तक पहुँचने के दौरान विटामिन ए में परिवर्तित हो जाता है। इसके अलावा विटामिन ए रोडोप्सिन में परिवर्तित हो जाता है, जो कि नाइट विजन के लिए महत्वपूर्ण होता है। गाजर मोतियाबिंद से भी बचाता है। यदि आप नियमित रूप से गाजर के मुरब्बे का सेवन करते हैं, तो आपको मोतियाबिंद विकसित होने की संभावना 40% कम होगी।

पाएँ जवाँ और खूबसूरत स्किन

गाजर का मुरब्बा त्वचा के लिए कमाल का साबित हो सकता है। यह एंटी ऑक्सिडेंट और विटामिन ए से भरा होता है, जो त्वचा को सूरज की क्षति से बचाने के लिए सुरक्षा कवच की तरह काम करता है। विटामिन ए की कमी से त्वचा, बाल और नाखून सूख जाते हैं। आप समय से पहले बूढ़े होने लगते हैं। चेहरे पर झुर्रियाँ, ड्राइ स्किन, झाएँयाँ और मुँहासे दिखने लगते हैं।

दांतों और मसूड़ों की बिमारियों से बचाए

गाजर के मुरब्बे के सेवन से आप अपने मुँह और दांतों की सफाई कर सकते हैं। गाजर का मुरब्बा बहुत अधिक लार को ट्रिगर करता है, जो क्षारीय होता है और एसिड बनाने और कैविटी बनाने वाले बैक्टीरिया को संतुलित करने का काम करता है। गाजर में पाए जाने वाले मिनरल्स दाँतों को नुकसान से बचाते हैं।



डार्क सर्कल्स

अक्सर पोषक तत्वों की कमी के चलते भी डार्क सर्कल्स होते हैं। इसीलिए ध्यान दें कि कहीं आपकी डायट में कुछ कमी तो नहीं रह गयी। डार्क सर्कल्स आंखों के नीचे होने वाले, गहरे रंग के धब्बे हैं। अक्सर, इनमें स्किन का रंग बाकी चेहरे के रंग से अधिक गहरा या डार्क होता है। इनसे, बचने के लिए 8 घंटों की नींद जरूरी है। क्योंकि, इनकी एक वजह नींद की कमी भी हो सकती है। लेकिन, अक्सर पोषक तत्वों की कमी के चलते भी डार्क सर्कल्स होते हैं। इसीलिए, ध्यान दें कि आपकी डायट में कुछ कमी तो नहीं रह गई।

निम्न पोषक तत्वों की कमी से हो सकते हैं डार्क सर्कल्स :

विटामिन ए की कमी :

दरअसल, विटामिन ए एंटी-ऑक्सिडेंट के तौर पर स्किन को हेल्दी बनाता है। इसीलिए, अपनी डायट में विटामिन ए से भरपूर भोजन शामिल करें। क्योंकि, विटामिन ए की कमी से डार्क सर्कल्स की समस्या हो सकती है। विटामिन ए से भरपूर भोजन त्वचा की कसावट बढ़ाएगा और ब्लड सर्कुलेशन को भी बेहतर बनाएगा। इसी तरह यह शरीर से विषैले तत्वों को बाहर निकालने या डिटॉक्स में भी मदद करता है।

ऐसे में, अपनी डायट में गाजर, कद्दू, ऐप्रिकोट, खरबूजा और पपीता जैसी चीज़ें इस्तेमाल करें जो विटामिन ए का अच्छा स्रोत हैं।



विटामिन सी की कमी :

अक्सर, इस फायदेमंद विटामिन की कमी, आंखों के नीचे काले धब्बों या डार्क सर्कल्स की वजह बनती है क्योंकि, विटामिन सी स्किन को हेल्दी और निखरी हुई दिखाने के लिए जरूरी पोषक तत्व है। विटामिन सी नसों को मजबूत बनाता है। इसके सेवन से त्वचा की लचक बनी रहती है। जिससे आंखों के नीचे की त्वचा में कोई सूजन नहीं दिखती।

इसीलिए, विटामिन सी के स्रोत माने जाने वाले फलों और सब्जियों का सेवन करें। संतरा, नींबू, कीवि, फूल गोभी, हरी पत्तेदार सब्जियाँ और ब्रोकली जैसे फूड्स विटामिन सी के अच्छे स्रोत हैं।



कठिन है रहगुज़र थोड़ी दूर साथ चलो
बहुत बड़ा है सफ़र थोड़ी दूर साथ चलो ।
तमाम उम्र कहाँ कोई साथ देता है
मैं जानता हूँ मगर थोड़ी दूर साथ चलो ।
नशे में चूर हूँ मैं भी तुम्हें भी होश नहीं
बड़ा मज़ा हो अगर थोड़ी दूर साथ चलो ।
ये एक शब की मुलाक़ात भी गनीमत है
किसे है कल की खबर थोड़ी दूर साथ चलो ।
अभी तो जाग रहे हैं चिराग राहों के
अभी है दूर सहर थोड़ी दूर साथ चलो ।
तवाफ़-ए-मंज़िल-ए-जानां हमें भी करना है
'फ़राज़' तुम भी अगर थोड़ी दूर साथ चलो ।



आँख से दूर ना हो दिल से उतर जाएगा
वक़्त का क्या है गुज़रता है गुज़र जाएगा ।
इतना मायूस ना हो खिलवट-ए-ग़म से अपनी
तू कभी खुद को भी देखेगा तो डर जाएगा ।
तुम सर-ए-राह-ए-वफ़ा देखते रह जाओगे
और वो बाम-ए-रफ़ाक़त से उतर जाएगा ।
ज़िंदगी तेरी अता है तो ये जानेवाला
तेरी बक़शीश तेरी दहलीज़ पे धर जाएगा ।
डूबते डूबते कशती को ओछाला दे दूँ
मैं नहीं कोई तो साहिल पे उतर जाएगा ।
ज़ब्त लाज़िम है मगर दुख है क़यामत का 'फ़राज़'
ज़ालिम अब के भी ना रोएगा तो मर जाएगा ।

- अहमद फ़राज़



वर्ग पहेली 16

1	28		29	30		2	31		3	32	33		34	
		4				5	35							
					6	36						7	37	
8		38			9	39					10	40		
11			41						12	42				43
	13						14	44					15	
45		16		46		47						17		
		18			19						48			
											20		49	
21		50	51	52		22			23	53			24	54
	25							26					27	



बाएँ से दाएँ :

- अचानक, एकदम (4)
- शरीर, काया, अंग (2)
- परिवेश, आब-ओ-हवा, माहौल (5)
- राज, गोपनीयता, छुपा हुआ (3)
- गर्मी - सर्दी का मानक, अंग्रेज़ी में टेम्परेचर (4)
- चाप, धीमी ध्वनि, कदमों की मद्धम आवाज़ (3)
- पानी, जल, नीर (2)
- तिनका, अणु, छोटा-सा दाना (2)
- पाताल, धरती के एकदम नीचे, धरती का निचला भाग (4)
- समंदर, रत्नाकर, समुद्र (3)
- नयनों को सुख देने वाला, दृष्टि के लिए मनोरम (6)
- हत्या, कल्ल (2)
- गीला, पानी में भीगा हुआ (2)
- खिड़की, झरोखा, रोशनदान (4)
- काम, क्रिया, कार्य, गतिविधि (2)
- जिसमें विषयगत बात हो, वस्तुनिष्ठ (5)
- असाधारण, छिन्न-भिन्न, तितर-बितर, अनूठा, कम घना (3)
- काम, शृंगार-लीला, वासनायुक्त (2)
- जो विचार योग्य हो, सोचने वाली बात (5)
- दाम, मूल्य, लागत (3)
- टूटा हुआ, टूटा-फूटा, जो खंड-खंड हो चुका हो, नुकसान के बाद की स्थिति (4)
- धीरज, सन्न, संयम (2)
- सम्मान, आदर, इज्जत (2)
- मार्ग, पथ, रास्ता (2)
- नदी, समुद्र में होने वाला जल का उत्थान-पतन, पानी की हिलोर (3)
- रीति, रिवाज़, परम्परा, पद्धति (3)
- सत्य, सच्चाई (2)

ऊपर से नीचे :

- देखना, जाँचना, नज़र डालना (5)
- यादगार, किसी के स्मरण में बनाया हुआ, स्मरणार्थ सृजित (4)
- निचला हिस्सा, अंतिम छोर, गहन भाग (2)
- जख्मी, चोटिल, जिसे ज़ख्म हुआ हो/ चोट लगी हो, जो मर चुका हो (4)
- महिलाओं की प्रसिद्ध हिंदी पत्रिका (2)
- राग, स्वर का एक रूप (2)
- रास्ता दिखाने वाला, मार्गदर्शक (4)
- काउंटर, मेज़, लेन-देन के लिए विद्यमान चौखटा (3)
- विश्राम, राहत, विराम (3)
- अग्नि, अनल (2)
- नेत्र, आँख, चक्षु (3)
- भूमि, धरती, ज़मीन (2)
- छोट, ज़रिया, माध्यम (3)
- नामवाला, नामचीन, रूसूखवाला (4)
- अवस्था, उम्र, दौर (2)
- कामकाज करने की जगह, दफ्तर (4)
- बोलने में चतुर, वाक-कुशल, भाषा पारंगत (5)
- कामना पूरी करने वाला पेड़, इच्छा-पूर्ति का वृक्ष (4)
- गुणगान, प्रशंसा, अत्यधिक तारीफ (2)
- सूरज, सूर्य, दिनकर (2)
- विश्वास के साथ, पूरी उम्मीद सहित, अत्यंत आशायुक्त (4)
- अंधेरा, अंधकार (3)
- जिससे तेल निकाला जाता है, जिसके लड्डू भी बनते हैं (2)
- ब्रह्मांड में पूरे नौ हैं, नक्षत्र के आधार पर ज्योतिषी (2)
- स्थिति, स्टैटस, लेवल (2)
- सामान, वस्तु-चीज़ें आदि (2)
- विगत, बीता हुआ, के अंतर्गत (2)



नयनाभिराम शहर शिमला

नगेंद्र कुमार सिंह, सहायक प्रबंधक, केंद्रीय कार्यालय

शिमला उत्तर भारत के राज्य हिमाचल प्रदेश की राजधानी है तथा सबसे बड़ा नगर है। यह इसी नाम के एक जिले का मुख्यालय भी है, जो दक्षिण-पूर्व में उत्तराखण्ड राज्य, उत्तर में मण्डी और कुल्लू, पूर्व में किन्नौर, दक्षिण में सिरमौर और पश्चिम में सोलन जिलों से घिरा हुआ है। 1864 में, शिमला को भारत में ब्रिटिश राज की ग्रीष्मकालीन राजधानी घोषित किया गया था। राज के साथ साथ यह ब्रिटिश भारतीय सेना के कमांडर-इन-चीफ का मुख्यालय और 1876 के बाद से पंजाब प्रान्त की भी ग्रीष्मकालीन राजधानी रहा। स्वतंत्रता के बाद, शिमला नगर पूर्वी पंजाब राज्य की राजधानी बन गया और बाद में हिमाचल प्रदेश के गठन पर इसे राज्य की राजधानी घोषित कर दिया गया। एक लोकप्रिय पर्यटन स्थल, शिमला को अक्सर पहाड़ों की रानी के नाम से भी जाना जाता है। यह राज्य का प्रमुख वाणिज्यिक, सांस्कृतिक और शैक्षिक केंद्र है।



मॉल शॉपिंग सेंटर

1815 से पहले क्षेत्र में कुछ बस्तियों के विवरण दर्ज हैं, जब ब्रिटिश सेना ने इस क्षेत्र पर नियंत्रण प्राप्त कर लिया था। हिमालय के घने जंगलों में स्थित इस क्षेत्र की जलवायु परिस्थितियों ने शहर की स्थापना के लिए अंग्रेजों को आकर्षित किया। ग्रीष्मकालीन राजधानी के रूप में, शिमला ने 1914 के शिमला समझौते और 1945 के शिमला सम्मेलन सहित कई महत्वपूर्ण राजनीतिक बैठकों की मेजबानी की। स्वतंत्रता के बाद, 28 रियासतों के एकीकरण के परिणामस्वरूप 1948 में हिमाचल प्रदेश राज्य अस्तित्व में आया। स्वतंत्रता के बाद भी, शहर एक महत्वपूर्ण राजनीतिक केंद्र बना रहा, और इसने 1972 के शिमला समझौते की मेजबानी की। हिमाचल प्रदेश राज्य के पुनर्गठन के बाद, मौजूदा महासू जिले का नाम शिमला रखा गया।



रिज

शिमला में अनेकों इमारतें स्थित हैं, जिनमें औपनिवेशिक युग के समय की ट्यूडरबेटन और नव-गॉथिक वास्तुकला के साथ-साथ कई मन्दिर और चर्च शामिल हैं। ये ब्रिटिशकालीन इमारतें तथा चर्च और शहर का प्राकृतिक वातावरण बड़ी संख्या में पर्यटकों को आकर्षित करता है। शहर के प्रमुख आकर्षणों में वाइसराय लॉज, क्राइस्ट चर्च, जाखू मन्दिर, माल रोड और रिज शामिल हैं, जो सभी एक साथ मिलकर शहर के केंद्र का निर्माण करते हैं। यूनेस्को द्वारा विश्व विरासत स्थल के रूप में घोषित ब्रिटिश-

निर्मित कालका-शिमला रेलवे लाइन भी एक प्रमुख पर्यटक आकर्षण है। अपने कठोर इलाके के कारण, शिमला माउंटेन बाइकिंग रेस एमटीबी हिमालय की मेजबानी करता है, जो सर्वप्रथम 2005 में शुरू हुआ और दक्षिण एशिया में अपनी तरह का सबसे बड़ा आयोजन माना जाता है। शिमला में दक्षिण एशिया का सबसे बड़ा प्राकृतिक आइस स्केटिंग रिंक भी है। एक प्रमुख पर्यटन केंद्र होने के अलावा, यह शहर कई कॉलेजों और शोध संस्थानों के साथ एक शैक्षिक केंद्र भी है।

इतिहास: वर्तमान शिमला नगर जहाँ स्थित है, वह तथा उसके आस-पास का अधिकांश क्षेत्र 18 वीं शताब्दी के अंत तक घने वनों से भरा हुआ था। पूरे क्षेत्र में बसावट के नाम पर केवल जाखू मन्दिर तथा इसके इर्द-गिर्द स्थित कुछ बिखरे हुए घर ही थे। श्यामला देवी, जिन्हें देवी काली का एक अवतार माना जाता है, के नाम पर ही इस क्षेत्र का नाम 'शिमला' रखा गया था। क्षेत्र पर 1806 में नेपाल के भीमसेन थापा ने आक्रमण कर कब्जा कर लिया था। तत्पश्चात ब्रिटिश ईस्ट इंडिया कंपनी ने गोरखा युद्ध (1814-16) में नेपाल पर विजय प्राप्त करने के बाद सुगौली संधि के अंतर्गत इस क्षेत्र पर नियंत्रण प्राप्त कर लिया। 30 अगस्त 1817 को इस क्षेत्र का सर्वेक्षण करने वाले गेराड बंधुओं ने



काली बाड़ी मंदिर



जाखू मंदिर

अपनी डायरी में शिमला को "एक मध्यम आकार का गाँव" बताया, जहाँ "यात्रियों को पानी पिलाने वाला एक फकीर रहता है।" 1819 में, लेफ्टिनेंट रॉस, जो हिल स्टेट्स में सहायक राजनीतिक एजेंट थे, ने शिमला में एक लकड़ी का कॉटेज स्थापित किया। इसके तीन साल बाद, उनके उत्तराधिकारी और स्कॉटिश सिविल सेवक चार्ल्स प्रैट कैनेडी ने 1822 में क्षेत्र में वर्तमान हिमाचल प्रदेश विधान सभा भवन के निकट क्षेत्र का पहला पक्का घर बनाया। धीरे धीरे क्षेत्र की ठंडी जलवायु, सुरम्य प्राकृतिक दृश्य, हिमाच्छादित पहाड़ियाँ, और चीड़ और देवदार के घने जंगल भारतीय गर्मियों के दौरान कई ब्रिटिश अधिकारियों को आकर्षित करने लगे। और इस प्रकार 1826 तक,

कुछ अधिकारियों ने तो अपनी पूरी छुट्टियाँ शिमला में ही बिताना शुरू कर दिया था।

1827 में, बंगाल के तत्कालीन गवर्नर जनरल लॉर्ड एम्हर्स्ट शिमला के दौरे पर आये; जहाँ वह कैनेडी हाउस में रहे। इसके एक साल बाद, भारत में ब्रिटिश सेनाओं के कमांडर-इन-चीफ लॉर्ड कॉम्बरमियर भी शिमला आये, और उसी स्थान पर रुके। अपने निवास के दौरान कॉम्बरमियर ने जाखू के पास एक तीन मील की सड़क और एक पुल का निर्माण करवाया था। 1830 में, अंग्रेजों ने केंथल और पटियाला के प्रमुखों से सोलन जिले के रवीन और कांगड़ा जिले के भारौली परगना के बदले शिमला के आस पास की जमीन का अधिग्रहण किया। इसके बाद शिमला का बहुत तेजी से विकास हुआ; 1830 में 30 घरों वाले इस नगर में 1881 में 1,141 घर बन चुके थे। 1832 में, शिमला ने अपनी पहली राजनीतिक बैठक देखी: तत्कालीन गवर्नर-जनरल लॉर्ड बैन्टिक और महाराजा रणजीत सिंह के दूतों के बीच। कर्नल चर्चिल को लिखे एक पत्र में बेंटिक ने लिखा: शिमला लुधियाना से केवल चार दिनों की पैदल दूरी पर है, पहुंचने में आसान है, और हिंदुस्तान के जलते हुए मैदानों के मुकाबले एक बहुत ही स्वीकार्य पनाह साबित होता है।

कॉम्बरमियर के उत्तराधिकारी अर्ल डलहौजी ने भी उसी वर्ष शिमला का दौरा किया। इस समय तक तो ब्रिटिश भारत के गवर्नर जनरल और कमांडर-इन-चीफ नियमित रूप से शिमला आने-जाने लगे थे। इन लोगों के साथ मिलने जुलने के लिए कई युवा ब्रिटिश अधिकारी इस क्षेत्र में जाने लगे; और फिर उनके पीछे पीछे कई महिलाओं ने भी अपने रिश्तेदारों के लिए शादी के गठजोड़ की तलाश में शिमला आना शुरू किया। इस प्रकार शिमला पार्टियों और अन्य उत्सवों के लिए प्रसिद्ध हिल स्टेशन बन गया। इसी समय में उच्च वर्ग के परिवारों के विद्यार्थियों के लिए पास के क्षेत्र में आवासीय विद्यालय स्थापित किए गए। 1830 के दशक के अंत तक, शहर थिएटर और कला प्रदर्शनियों का केंद्र भी बन गया।

आबादी बढ़ने के साथ-साथ, शहर भर में कई बंगले बनाए गए, और कस्बे में एक बड़ा बाजार स्थापित किया गया। बढ़ती यूरोपीय आबादी की जरूरतों को पूरा करने के लिए बड़ी संख्या में भारतीय व्यापारी, मुख्य रूप से सूद और पारसी समुदायों से, इस क्षेत्र में पहुंचने लगे। 9 सितंबर 1844 को क्राइस्ट चर्च की नींव रखी गई थी। इसके बाद, कई सड़कों को चौड़ा किया गया और 1851-52 में 560 फीट की एक सुरंग वाली हिंदुस्तान-तिब्बत सड़क का निर्माण किया गया। यह सुरंग, जिसे अब धल्ली सुरंग के रूप में जाना जाता है, 1850 में मेजर ब्रिग्स द्वारा शुरू की गई थी और 1851-52 की सर्दियों में पूरी हुई थी। 1857 के विद्रोह से शहर के यूरोपीय निवासियों में खलबली मच गई, हालाँकि शिमला विद्रोह से अप्रभावित रहा था।

1863 में, भारत के तत्कालीन वायसराय, जॉन लॉरेंस ने ब्रिटिश राज की ग्रीष्मकालीन राजधानी को शिमला में स्थानांतरित करने का फैसला किया। इस तथ्य के बावजूद कि कलकत्ता और इस अलग केंद्र के बीच 1,000 मील की दूरी थी, उन्होंने एक वर्ष में दो बार प्रशासन को



प्रोस्पेक्ट हिल

स्थानांतरित करने की परेशानी उठाने का निर्णय लिया। लॉर्ड लिटन (भारत के वायसराय; 1876-1880) ने 1876 में शहर की योजना बनाने के प्रयास किए, जब वह पहली बार किराए के घर में रहे। उन्होंने ही ऑब्जर्वेटरी हिल पर बनाए गए वायसेग्रल लॉज के लिए योजना शुरू की। "अपर बाजार" नामक जिस क्षेत्र (जिसे आजकल द रिज के नाम से जाना जाता है) में मूल भारतीय आबादी रहती थी, एक आग की घटना की वजह से काफी प्रभावित हो गया। इसे ही यूरोपीय शहर का केंद्र बनाने की पूर्वी छोर की योजना के कारण बचे खुचे भारतीय लोगों को निचले इलाकों पर मध्य और निचला बाजारों में जाने के लिए मजबूर कर दिया गया। इसके बाद ऊपरी बाजार को साफ कर

इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ
पुसवांस स्टडीस



लाइब्रेरी और थिएटर जैसी कई सुविधाओं वाले पुलिस और सैन्य स्वयंसेवकों के साथ-साथ नगरपालिका प्रशासन के लिए एक टाउन हॉल का निर्माण किया गया था।

गोरखा युद्ध के बाद सैनिक टुकड़ियों के सुरक्षित जगह पर आराम के लिये 1819 में शिमला की स्थापना की गई थी। शिमला इन्हीं कारणों से यह भारत की ग्रीष्मकालीन राजधानी हुआ करता था। 1864 में शिमला को अंग्रेजों की राजधानी बनाया गया था। शिमला एक पर्यटक स्थल के रूप में भी मशहूर है। शिमला की खोज अंग्रेजों ने सन् 1819 में की थी। चार्ल्स कैनेडी ने यहाँ पहला ग्रीष्मकालीन घर बनाया था। जल्दी ही

शिमला लॉर्ड विलियम बेन्टिन्क की नज़रों में आ गया, जो कि 1828 से 1835 तक भारत के गवर्नर जनरल थे। 19 वीं सदी के अंत में यहाँ ब्रिटिश वाइसरॉय के आवास (राष्ट्रपति निवास) का निर्माण हुआ था। आजकल इसमें इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ एडवांस्ड स्टडीस है।

शिमला में कई मंदिर हैं और यहाँ अक्सर आसपास के ग्रामों और शहरों से भक्त दर्शन करने आते हैं। काली देवी को समर्पित एक मंदिर मॉल के पास ही स्थित है। हनुमान को समर्पित जाखू मंदिर शिमला में सबसे उच्चतम चोटी पर स्थित है। शहर से लगभग 10 किलोमीटर (6.2 मील) शिमला-कालका राजमार्ग पर संकट मोचन नामक एक और हनुमान जी का मंदिर स्थित है, जो इसके आसपास के क्षेत्रों में पाए जाने वाले कई बंदरों के लिए प्रसिद्ध है। नज़दीक ही स्थित तारा देवी का मंदिर वहाँ आयोजित होने वाले अनुष्ठान और त्योहारों के लिए जाना जाता है। अन्य प्रमुख धार्मिक स्थलों में बस टर्मिनल के पास स्थित एक गुरुद्वारा और रिज पर स्थित क्राइस्ट चर्च शामिल हैं।



वैदविक जलप्रपात

शिमला में निर्मित कला और शिल्प उत्पादों की पर्यटकों में अत्यधिक मांग रहती है। यहाँ उत्कृष्ट आभूषणों, कढ़ाई वाले शॉल और कपड़ों से लेकर चमड़े की वस्तुओं और मूर्तियां तक कई चीज़ें बनाई जाती हैं। शिमला के आस पास चीड़ और देवदार के पेड़ भी बहुतायत में मिलते हैं। शिमला की सभी प्रमुख इमारतों में इन पेड़ों की लकड़ी का बड़े पैमाने पर उपयोग किया जाता है। लकड़ी से बने शिमला के विभिन्न प्रकार के शिल्पों में छोटे बक्से, बर्तन, छवि नक्काशी और स्मृति चिन्ह शामिल हैं। शिमला के कालीन भी सैलानियों के लिए एक बड़ा आकर्षण हैं। इनके निर्माण में विभिन्न पुष्प और अन्य रूपांकनों का उपयोग किया जाता है। उन का उपयोग कंबल

और कालीन बनाने के लिए किया जाता है। इसके अतिरिक्त यहाँ के रूमाल, हाथ के पंखे, दस्ताने और टोपी इत्यादि भी प्रसिद्ध हैं।

शिमला में दक्षिण एशिया की एकमात्र प्राकृतिक आइस स्केटिंग रिक भी है। इस स्थल पर अक्सर राज्य और राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिताएं आयोजित की जाती हैं। आइस स्केटिंग का मौसम आमतौर पर दिसंबर की शुरुआत में शुरू होता है और फरवरी के अंत तक चलता है। शिमला आइस स्केटिंग क्लब, जो रिक का प्रबंधन करता है, हर साल जनवरी में एक कार्निवल की मेजबानी करता है, जिसमें एक फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता और फिगर स्केटिंग इवेंट शामिल हैं। शिमला और उसके आसपास ग्लोबल वार्मिंग और बढ़ते शहरी विकास के प्रभावों के कारण, पिछले कुछ वर्षों में हर सर्दियों में इन बर्फीले स्तरों की संख्या कम हो रही है। स्केटिंग रिक के अतिरिक्त शहर में इंदिरा गांधी राज्य खेल परिसर जैसे क्रीडास्थल भी हैं। शहर से आगे नालदेहरा नौ-होल गोल्फ कोर्स है, जो भारत में अपनी तरह का सबसे पुराना है। कुफरी एक स्की रिसॉर्ट (केवल शीतकालीन) है जो मुख्य शहर से 19 किलोमीटर (12 मील) की दूरी पर स्थित है।

शिमला की संस्कृति हालाँकि धार्मिक और अज्ञेय किन्नौरी लोगों तक खो जाती है, जो शहर की भीड़-भाड़ से दूर रहते हैं।

दर्शनीय स्थल : हिमाचल प्रदेश की राजधानी और ब्रिटिश कालीन समय में ग्रीष्म कालीन राजधानी शिमला राज्य का सबसे महत्वपूर्ण पर्यटन केन्द्र है। यहाँ का नाम देवी श्यामला के नाम पर रखा गया है जो काली का अवतार है। शिमला लगभग 7267 फीट की ऊंचाई पर स्थित है और यह अर्ध चक्र आकार में बसा हुआ है, जहाँ पूरे वर्ष ठण्डी हवाएं बहने का वरदान है। यहाँ घाटी का सुंदर दृश्य दिखाई देता है और महान हिमालय पर्वत की चोटियां चारों ओर दिखाई देती हैं। इसके उत्तर में बर्फ मानो क्षितिज तक जमी हुई है। यहाँ ठण्डी हवाएं बहती हैं और ओक तथा रोडोडेंड्रॉन के वनों से गुजरती हैं। शिमला का सुखद मौसम, आसानी से पहुंच और ढेरों आकर्षण इसे उत्तर भारत का एक सर्वाधिक लोकप्रिय पर्वतीय स्थान बना देते हैं।



संकट मोचन



रिज : शहर के मध्य में एक बड़ा और खुला स्थान, जहां से पर्वत शृंखलाओं का सुंदर दृश्य देखा जा सकता है। यहां शिमला की पहचान बन चुका न्यू-गॉथिक वास्तुकला का उदाहरण क्राइस्ट चर्च और न्यू-ट्यूडर पुस्तकालय का भवन दर्शनीय है।

मॉल : शिमला का मुख्य शॉपिंग सेंटर, जहां रेस्तरां भी हैं। गेयटी थियेटर, जो पुराने ब्रिटिश थियेटर का ही रूप है, अब सांस्कृतिक गतिविधियों का केंद्र है। कार्ट रोड से मॉल के लिए हि.प्र.प.वि.नि. की लिफ्ट से भी जाया जा सकता है। रिज के समीप स्थित लकड़ बाजार, लकड़ी से बनी वस्तुओं और स्मृति-चिह्नों के लिए प्रसिद्ध है।

काली बाड़ी मंदिर : यह मंदिर स्कैंडल प्वाइंट से जनरल पोस्ट ऑफिस से की ओर कुछ गज की दूरी पर स्थित है। माना जाता है कि यहां श्यामला देवी की मूर्ति स्थापित है।

जाखू मंदिर : (2.5 कि॰मी॰) 2455 मी. : शिमला की सबसे ऊंची चोटी से शहर का सुंदर नजारा देखा जा सकता है। यहां "भगवान हनुमान" का प्राचीन मंदिर है। रिज पर बने चर्च के पास से पैदल मार्ग के अलावा मंदिर तक जाने के लिए पोनी या टैक्सी द्वारा भी पहुंचा जा सकता है। माना जाता है कि इस स्थान पर हनुमान जी ने लक्ष्मण जी के लिए जडी बुटी का पर्वत ले जाते समय विश्राम किया था। इसलिए भी यह मन्दिर प्रसिद्ध है।

प्रोस्पेक्ट हिल : (5 कि॰मी॰) 2155 मी. : कामना देवी मंदिर को समर्पित यह हिल शिमला-बिलासपुर मार्ग पर बालुगंज से 15 मिनट की पैदल दूरी पर है। हिल से इस क्षेत्र का विहंगम दृश्य दिखाई देता है।

समर हिल :

(7 कि॰मी॰) 1983 मी. : शिमला-कालका रेलमार्ग पर एक सुंदर स्थान है। यहां के शांत वातावरण में पेड़ों से घिरे रास्ते हैं। अपनी



आइस स्केटिंग रिक

शिमला यात्रा के दौरान राष्ट्रपिता महात्मा गांधी राजकुमारी अमृत कौर के शानदार जार्जियन हाउस में रुके थे। यहां हिमाचल प्रदेश विश्वद्यालय है।

चैडविक जलप्रपात :

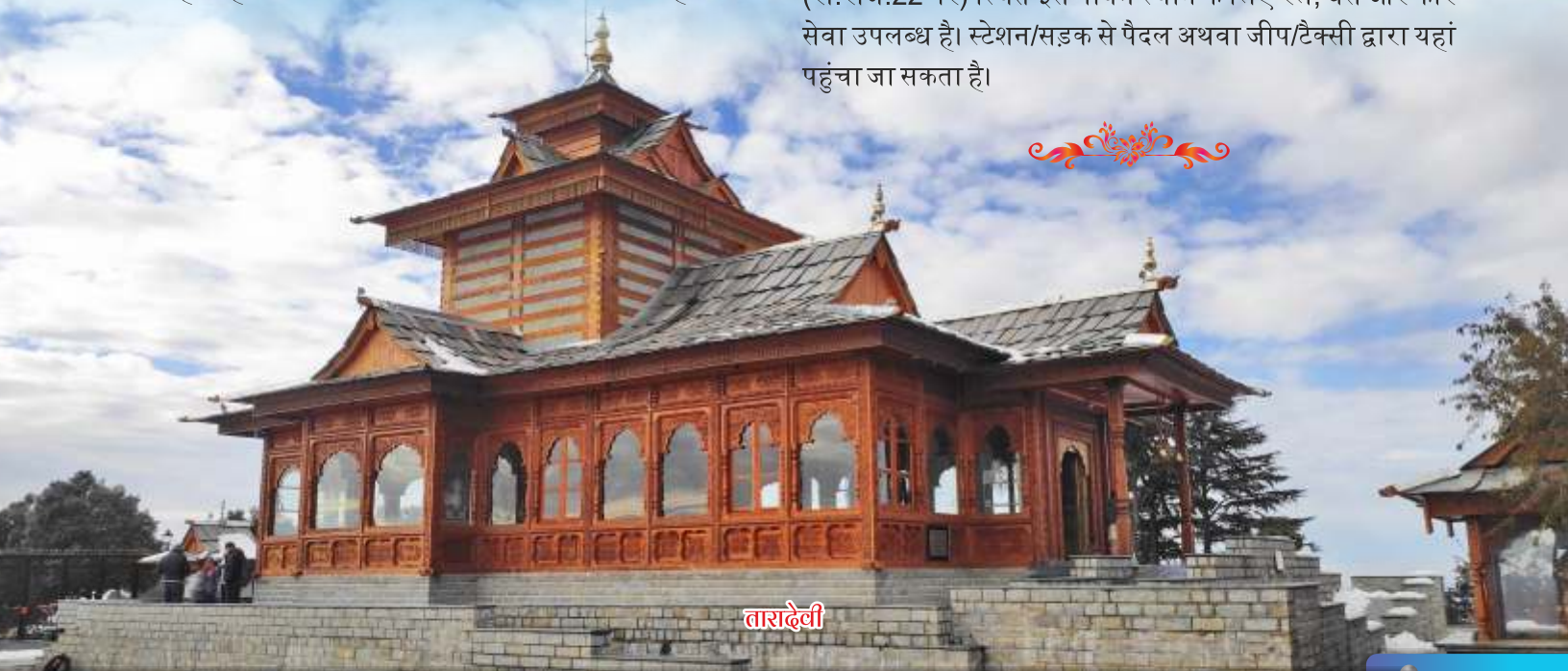
(7 कि॰मी॰) 1586 मी. : घने जंगलों से घिरा यह स्थान समर हिल चौक से लगभग 45 मिनट की पैदल दूरी पर है।

संकट मोचन :

(7 कि॰मी॰) 1975 मी. : शिमला-कालका सड़क मार्ग पर (रा.राज.22 पर) "भगवान हनुमान" का प्रसिद्ध मंदिर है। यहां से शिमला शहर का सुंदर दृश्य दिखाई देता है। यहां बस/टैक्सी द्वारा पहुंचा जा सकता है।

तारादेवी :

(11 कि॰मी॰) 1851 मी. : शिमला-कालका सड़क मार्ग पर (रा.राज.22 पर) स्थित इस पवित्र स्थान के लिए रेल, बस और कार सेवा उपलब्ध है। स्टेशन/सड़क से पैदल अथवा जीप/टैक्सी द्वारा यहां पहुंचा जा सकता है।



तारादेवी

गतिविधियाँ



पुणे क्षेत्र में एमएसएमई ग्राहक बैठक के दौरान सभा को संबोधित करते हुए हमारे एमडी व सीईओ महोदय श्री कर्नम शेखर । उनके साथ मंच पर आसीन हैं - श्री गोपाल एस, मु.क्षे.प्र., पुणे क्षे.का. एवं अंचल प्रबंधक श्री आर सुरेश ।

बैंक के अनुसूचित जाति एवं अनुसूचित जनजाति संघ की 73वीं बैठक के दौरान संघ के प्रतिनिधि मंडल ने हमारे एमडी व सीईओ महोदय श्री कर्नम शेखर से मुलाकात की । साथ में हैं कार्यपालक निदेशक द्वय श्री के स्वामीनाथन एवं श्री अजय कुमार श्रीवास्तव ।



इसी अवसर पर संघ के गणमान्य सदस्यों ने हमारे एमडी व सीईओ महोदय श्री कर्नम शेखर का अभिनन्दन किया ।





इण्डियन ओवरसीज़ बैंक

(भारत सरकार का उपक्रम)
आपकी प्रगति का सच्चा साथी

चाहिए सपनों का आवास तो आएं हमारे पास

आइओबी

शुभगृह

आवास ऋण

त्वरित व निर्बाध संसाधन

वेतनभोगी व स्वरोज़गारयुक्त पेशेवरों के लिए

आवास ऋण के लिए 90% तक वित्तपोषण



* शर्तें लागू



www.iob.in



1800 425 4445



@IOBIndia



travelcard@iobnet.co.in

अधिक जानकारी के लिए अपनी नज़दीकी आइ ओ बी शाखा से संपर्क करें ।