ARMOURED VEHICLES
AVANI
सर्वाः प्रदिशो जयेम

अजेय

22 वां अंक

भारी वाहन निर्माणी, आवड़ी, चेन्नै - 600054

आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड की इकाई

संपादन समिति

सर्वश्री/श्री वी.हरिदासन, वरि.अनु.अधिकारी, जी.कृष्ण किशोर, महाप्रबंधक, वि.रा.रंभाड, मुख्य महाप्रबंधक,
ए.सगायराज, कार्य. प्रबंधक, टी.नन्दगोपालन, वरि.अनु.अधिकारी ।

आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड
(भारत सरकार का उद्यम) रक्षा मंत्रालय
ARMOURED VEHICLES NIGAM LIMITED
(A GOVT. OF INDIA ENTERPRISE)
MINISTRY OF DEFENCE

संजय द्विवेदी, भा आ नि से, एन डी सी
अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक
SANJAY DWIVEDI, IOFS, ndc
CHAIRMAN & MANAGING DIRECTOR

Azadi Ka Amrit Mahotsav

प्रिय श्री रंभाड जी,

यह अत्यधिक प्रसन्नता का विषय है कि भारी वाहन निर्माणी, आवडी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति वार्षिक राजभाषा पत्रिका 'अजेय' के 22वें अंक प्रकाशित करने जा रही है ।

भारत एक बहु-भाषी देश है और हिन्दी देश के अधिकतम स्थानों में बोली और समझी जाती है । आज़ादी के पूर्व से ही हिन्दी आम जनता की भाषा है । इसके द्वारा हिन्दुस्तान के साधारण से साधारण व्यक्ति तक पहुंचा जा सकता है । हमारे देश की विभिन्न भाषाएँ मोतियों की भांति है और हिन्दी उन मोतियों के हार के रूप में भारत माँ का सौंदर्य बढ़ा रही है । हिन्दी सदैव से देश की एकता और अखंडता को अक्षुण्ण रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है ।

देश के किसी भी हिस्से में जाएं, हिन्दी बोलने और समझने वाले मिल जाएंगे । लगभग सभी प्रांतों में हिन्दी भाषा की पढ़ाई हो रही है जिससे हिन्दी के प्रति लोगों का रुझान बढ़ रहा है । किसी भी राष्ट्र के लिए आवश्यक है कि वह अपनी भाषाओं के प्रति सजग रहे और उन्हें आगे बढ़ाने के लिए आवश्यकतानुसार कदम उठाए ।

हिन्दी भाषा को तकनीकी सुदृढ़ता प्रदान करते हुए कंप्यूटर पर कार्य करने की क्षमता को बढ़ावा देने चाहिए ताकि कोई भी कर्मचारी आसाने से टंकण आदि कार्य खुद कर सके, उसे किसी पर आश्रित न होना पड़े । इस प्रकार न केवल स्वत: काम करने की इच्छाशक्ति उत्पन्न होगी, दूसरों को प्रोत्साहन भी मिलेगा ।

मुझे विश्वास है कि 'अजेय' का यह अंक विविध रचनाओं के समावेश से अपने उद्देशों को हासिल कर पाठकों का मन मोहित करेगा ।

मैं पत्रिका के सफल एवं निरंतर प्रकाशन की कामना करता हूँ ।

भवदीय
संजय द्विवेदी
25/09/2022
(संजय द्विवेदी)

श्री वि. रा. रंभाड
मुख्य महाप्रबंधक
भारी वाहन निर्माणी
आवडी, चेन्नई – 600054

Phone (044) 26383601, 26384784 FAX (044) 26383653 Email : sanjaydwivedi@ord.gov.in
आवडी, चेन्नै - 600 054 / AVADI, CHENNAI - 600 054

सी.रामचन्द्रन, भाआनि से,
निदेशक / वित्त
C. RAMACHANDRAN, IOFS,
DIRECTOR / FINANCE

आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड
(भारत सरकार का उद्यम) रक्षा मंत्रालय
ARMOURED VEHICLES NIGAM LIMITED
(A GOVT. OF INDIA ENTERPRISE)
MINISTRY OF DEFENCE

प्रिय श्री रेभाड जी,

यह अति प्रसन्नता का विषय है कि भारी वाहन निर्माणी, आवडी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति वार्षिक राजभाषा पत्रिका 'अजेय' के 22वें अंक प्रकाशित करने जा रही है ।

भारत की सभी भाषाएँ समृद्ध हैं । उनका अपना साहित्य, शब्दावली तथा अभिव्यक्तियां हैं । इन सभी भाषाओं में भारतीयता की एक आंतरिक शक्ति भी है । भले ही भाषाएं अलग-अलग हों, इन्हें बोलने वाले लोग देश के अलग-अलग भागों में रहते हों, पर ये सभी भाषाएं भावानात्मक रूप से हमारी साझी धरोहर है ।

हिन्दी को उसके वर्तमान स्वरूप तक पहुंचने में देश के सभी प्रदेशों का महत्वपूर्ण योगदान रहा है । साथ ही हिन्दी को अन्य भारतीय भाषाओं से समृद्धि मिलती है । शासन का कामकाज आम जनता की भाषा में किया जाए । यदि हम चाहते हैं कि हमारा लोकतंत्र निरंतर प्रगतिशील रहे और अधिक मज़बूत बने तो हमें संघ के कामकाज में हिन्दी का अधिकतम प्रयोग करना होगा ।

मैं विश्वास करता हूँ कि पत्रिका 'अजेय' रोचक, ज्ञानवर्धक एवं सूचनाप्रद लेखों से अपने उद्देश्यों को प्राप्त करने में सफल होगा ।

मैं पत्रिका के सफल एवं निरंतर प्रकाशन हेतु मेरी हार्दिक शुभकामनाएं ।

(सी. रामचन्द्रन)

श्री वि. रा. रेभाड
मुख्य महाप्रबंधक
भारी वाहन निर्माणी
आवडी, चेन्नई – 600054

CIN-U35990TN2021GOI145504 Phone : (91) 044 26385383 FAX : (91) 044 26383653 Email : cramachandran.ofb@nic.in
आवडी, चेन्नै - 600 054 भारत / AVADI, CHENNAI - 600 054 INDIA

आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड
(भारत सरकार का उद्यम) रक्षा मंत्रालय
ARMOURED VEHICLES NIGAM LIMITED
(A GOVT. OF INDIA ENTERPRISE)
MINISTRY OF DEFENCE

बी.पट्टनायक, भाआनिसे,
निदेशक / मा.सं.
B. PATTANAIK, IOFS,
DIRECTOR / HR
DIN 09282313

Azadi Ka Amrit Mahotsav

प्रिय श्री रंभाड जी,

यह अत्यंत हर्ष का विषय है कि ए वी एन एल की महत्वपूर्ण इकाई भारी वाहन निर्माणी, आवडी वार्षिक राजभाषा पत्रिका 'अजेय' के 22वें अंक प्रकाशित करने जा रही है ।

आज हिन्दी विश्व की सर्वाधिक बोली और समझी जाने वाली भाषाओं में अग्रणी स्थान पर है जो इसकी स्वीकार्यता और व्यापक बदलाव का सूचक है । अपनी भाषा में मौलिक लेखन बहुत ही सहज और स्वभाविक होता है । हिन्दी ने सभी भारतवासियों को एक सूत्र में पिरोकर सदैव अनेकता में एकता की भावना को पुष्ट किया है ।

राजभाषा हिन्दी का विकास और प्रगामी प्रयोग सुनिश्चित करने के लिए हम सब को मिलकर प्रयास करना होगा । आज ज़रूरत इस बात की है कि हम हिन्दी को इसके सरल रूप में अपना कर अपने सभी सरकारी कार्य हिन्दी में करने को प्राथमिकता दें । हमें यह प्रण करना होगा कि हम अपने दैनिक कार्यों में हिन्दी का अधिक से अधिक प्रयोग करेंगे, यही संविधान का सच्चा अनुपालन होगा ।

पत्रिका के सफल एवं निरंतर प्रकाशन हेतु मेरी हार्दिक शुभकामनाएं ।

सादर

भवदीय

बी. पट्टनायक

(बी. पट्टनायक)

श्री वि. रा. रंभाड
मुख्य महाप्रबंधक
भारी वाहन निर्माणी
आवडी, चेन्नई - 600054

CIN-U35999TN2021GOI145504 Phone (044) 26382760 / 26843308 FAX (044) 26383653 Email : brpattanaik@ord.gov.in
hr@avnl.co.in
आवडी, चेन्नई- 600 054 / AVADI, CHENNAI - 600 054

संदेश

यह अत्यंत हर्ष का विषय है कि भारी वाहन निर्माणी आवडी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति के तत्वावधान में वार्षिक गृह राजभाषा पत्रिका "अजेय" के 22वें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है ।

भाषा मनुष्य के भावों एवं विचारों को व्यक्त करने का सबसे सशक्त माध्यम है और यही कारण है कि सामाजिक-सांस्कृतिक विकास की मूल प्रेरक शक्ति के रूप में भाषा का अपना प्रभाव है । भाषा का उत्तरोत्तर विकास एवं उत्कृष्टता की ओर अग्रसर होना मानव सभ्यता का क्रमिक विकास दर्शाता है और यही विकास समाज की संस्कृति के रूप में पीढ़ी दर पीढ़ी आगे बढ़ता है ।

' विविधता में एकता ' भारत की अनूठी विशेषता है । यह विशेषता हिन्दी के साथ-साथ देश की भिन्न-भिन्न भाषाओं के संगम में भी परिलक्षित होती है । भाषायी विविधता के साथ-साथ हिन्दी भारत जैसे विशाल देश में संपर्क भाषा का काम करती है क्योंकि अधिकांश देशवासी हिन्दी बोलते और समझते हैं । हिन्दी भाषा के इसी महत्व को ध्यान में रखते हुए, 14 सितंबर, 1949 को हिन्दी को संघ की राजभाषा के रूप में अंगीकार किया गया और तभी से प्रत्येक वर्ष यह दिन "हिन्दी दिवस" के रूप में मनाया जाता है । हिन्दी भाषा का प्रयोग कार्य के विभिन्न क्षेत्रों और विशेषकर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी जैसे क्षेत्र में उत्तरोत्तर बढ़ रहा है । आज भारत सरकार की विभिन्न योजनाओं और कार्यक्रमों की जानकारी राजभाषा हिन्दी के माध्यम से जनसाधारण तक पहंच रही है ।

निर्माणी के समस्त अनुभागों में कार्यरत कार्मिकों और विशेषकर उच्च अधिकारियों से मेरी अपील है कि आप सभी राजभाषा हिन्दी में कार्य करने का अनुकूल माहौल बनाने में सहयोग दें और अपना अधिक से अधिक सरकारी कामकाज स्वयं हिन्दी में करने के साथ-साथ दूसरे साथियों को भी इसके लिए प्रेरित करें ताकि राजभाषा हिन्दी का व्यापक प्रचार-प्रसार हो । आशा है कि ऐसे प्रयासों से वैश्वीकरण के इस युग में हिन्दी देशा की सीमाओं से आगे विश्व स्तर पर भी अपनी प्रभावी पहचान निरंतर बनाए रखेगी ।

आइए संकल्प लें कि हम अधिक से अधिक अपना मूल कार्य सरल और सुबोध हिन्दी में करेंगे और अपने संवैधानिक दायित्व का निर्वहन करेंगे ।

"अजेय" का यह अंक आप सभी सुधी पाठकों को सौंपते हुए मुझे अत्यंत खुशी हो रही है तथा पत्रिका को और अधिक सारगर्भित और सुरुचिपूर्ण बनाने के लिए आपके मूल्यवान सुझावों तथा प्रतिक्रिया की प्रतीक्षा रहेगी ।

जय हिन्द ।

12/01/2023

(वि. रा. रंभाड)
मुख्य महाप्रबंधक

मुख्य राजभाषा अधिकारी की लेखनी से .....

मुझे यह जानकर अत्यंत प्रसन्नता हो रही है कि भारी वाहन निर्माणी आवड़ी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति के तत्वावधान में वार्षिक राजभाषा पत्रिका "अजेय" के 22वें अंक का प्रकाशन किया जा रहा है ।

संघ की राजभाषा नीति के कार्यान्वयन, प्रचार-प्रसार एवं उत्तरोत्तर विकास में राजभाषा पत्रिकाएं महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है । इन पत्रिकाओं का उद्देश्य कार्मिकों की साहित्यिक प्रतिभा को बढाने के साथ-साथ उन्हें हिन्दी में सरकारी कामकाज करने के प्रति प्रोत्साहित करना भी है । राजभाषा पत्रिकाओं के माध्यम से कार्मिकों को अपनी साहित्यिक प्रतिभा प्रदर्शित करने का अवसर तो प्राप्त होता ही है साथ ही इनके माध्यम से उन्हें विविध विषयों के रोचक एवं ज्ञानवर्धक लेख और जानकारी पढ़ने को भी मिलती है और इससे उनमें हिन्दी के प्रति रुचि बढ़ती है । मुझे पूरा विश्वास है कि "अजेय" पत्रिका का यह अंक अपने उद्देश्य में अवश्य सफल होगा ।

"अजेय" के प्रकाशन से जुडे सभी कार्मिकों और संपादक मंडल को हार्दिक शुभकामनाएं ।

जी कृष्ण किशोर

(जी. कृष्ण किशोर)
महाप्रबंधक एवं मुख्य राजभाषा अधिकारी

राजभाषा अधिकारी की लेखनी से.....

भारी वाहन निर्माणी आवडी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति के तत्वावधान में प्रकाशित वार्षिक गृह राजभाषा पत्रिका अजेय का 22वाँ अंक आपको सौंपते हुए अपार प्रसन्नता का अनुभव हो रहा है।

भाषा एवं संस्कृति किसी भी समाज का न केवल अभिन्न अंग होती हैं बल्कि उस समाज के सर्वांगीण अस्तित्व को भी परिभाषित करती हैं। मानव सभ्यता के उदय के साथ ही भाषा ने जन्म लिया क्योंकि भाषा ही मनुष्य की अनुभूतियों और अभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम है, उसके विचारों की संवाहक है। विचारों और अनुभूतियों की अभिव्यक्ति से मनुष्य के बीच परस्पर संवाद बढ़ा, मानव समाज का निर्माण हुआ। कालांतर में भाषा और संस्कृति का साथ-साथ विकास हुआ और वह एक-दूसरे के पूरक बने। भारतीय सभ्यता की अविरल धारा प्रमुख रूप से हिन्दी भाषा से ही जीवंत और सुरक्षित रह पाई है।

भारी वाहन निर्माणी आवडी (आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड की इकाई) सदैव अपने संवैधानिक दायित्वों के निर्वहन के लिए तत्पर है। इस फैक्ट्री ने राजभाषा के प्रचार-प्रसार की दिशा में कई कार्य किये हैं। फैक्ट्री द्वारा किए गए सभी कार्यों का उद्देश्य अपने संवैधानिक दायित्वों को पूरा करना था और मुझे पूरा विश्वास है कि मुख्य महाप्रबंधक के मार्गदर्शन में और एच.वी.एफ. के अधिकारियों, स्टाफ और कर्मचारियों के सहयोग से हम सभी मिलकर राजभाषा हिन्दी के प्रचार-प्रसार के विकास के लिए काम करेंगे।

पत्रिका के लेखकों एवं पाठकों का सहयोग सदैव मिलता रहा है और आशा है कि बहुमूल्य सुझाव मिलते रहेंगे।

पत्रिका के रचनाकारों तथा प्रकाशन से जुड़े सभी अधिकारियों, स्टाफ और कार्मिकों के सफल प्रयासों के लिए हार्दिक बधाई व शुभकामनाएं।

ए सगायराज

(ए. सगायराज)
कार्य. प्रबंधक एवं राजभाषा अधिकारी

अनुक्रमणिका

क्रम सं.	विषय	लेखक का नाम सर्वश्री / श्रीमती / कु.	पृष्ठ स.
1	संपादकीय		
2	भारी वाहन निर्माणी आवडी में राजभाषा के बढ़ते चरण		
3	योग और युवा पीढ़ी	वी.हरिदासन,वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी	14
4	अहिंसा और सत्य के मार्गदर्शक : महात्मा गांधी	अमित कुमार सिंह, एल.डी.सी.	19
5	अनुवाद एवं पारिभाषिक शब्दावली	संतोश कुमार साकेत, एल.डी.सी.	23
6	छुई–मुई के पौधे के हैं कई औषधीय गुण	नमिता कुमारी सिंहा, एल.डी.सी.	26
7	ताली बजाने से घटता मोटापा, बढ़ती इम्यूनिटी	ए.साई किशन, चार्जमैन	27
8	घरेलू नुस्खे जो रखेंगे सामान्य रोगों से दूर	जे.बागीरथी, चार्जमैन	28
9	करते रहें शरीर का डिटॉक्सिफिकेशन	अमरजीत श्रीवास्तव, चार्जमैन	29
10	शाकाहार से किडनी रहेगी हरदम खुश	एम.प्रजिता, चार्जमैन	31
11	भारत जी20 प्रेसीडेंसी	बिन्दु सुरेश, ओ.एस.	32
12	मिल्लेट का अंतर्राष्ट्रीय वर्ष 2023	सीमा संतोश, ओ.एस.	38

संपादक मंडल

मुख्य संरक्षक

वि.रा.रंभाड, मुख्य महाप्रबंधक

संरक्षक

जी.कृष्ण किशोर, महाप्रबंधक

प्रकाशन समिति

ए.सगायराज, कार्य. प्रबंधक

संपादक

वी.हरिदासन, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

टी.नन्दगोपालन, वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी

संपादकीय.....

भारी वाहन निर्माणी आवडी, चेन्नै की राजभाषा कार्यान्वयन समिति के तत्वावधान में प्रकाशित वार्षिक राजभाषा गृह पत्रिका "अजेय" का 22वें अंक मनोरंजक एवं सूचनापरक सामग्री के साथ रंगीन कलेवर में आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए हमें अत्यंत खुशी हो रही है । पत्रिका में राजभाषा के प्रचार–प्रसार से संबंधित सामग्री, विभिन्न विधाओं के लेख और निर्माणी में आयोजित विविध गतिविधियों के छायाचित्र आदि उपयोगी जानकारी का प्रचुर मात्रा में समावेश हैं । हम आशा करते हैं कि पत्रिका आपको रुचिकर एवं ज्ञानवर्धक लगेगी ।

देश के सामाजिक–आर्थिक विकास में भाषा एक महत्वपूर्ण औजारों के रूप में कार्य करती है। जनता तथा सरकारी तंत्र के बीच बेहतर समझ और तालमेल का विकास जनता द्वारा व्यापक स्तर पर प्रयुक्त भाषा के माध्यम से ही संभव होता है । इसी आधार पर हमारे देश में हिन्दी को संघ सरकार की राजभाषा बनाई गई है । क्योंकि हिन्दी देश की सबसे बड़ी संपर्क भाषा है । यह देश के अधिकांश लोगों द्वारा पारस्परिक व्यवहार में प्रयुक्त की जाती है । राजभाषा के लिए आवश्यक है कि सरकारी कामकाज उस भाषा में किया जाए जो अधिकांश जनता समझ सकते हैं । यदि संपर्क भाषा ही राजभाषा भी हो तो एक–दूसरे की बात समझने और समझाने के लिए जनता और सरकार दोनों को सहूलियत होती है । इससे सरकार और जनता के बीच परस्पर विश्वास बढ़ता है । जनता के बीच राजभाषा के प्रति जितनी जागरूकता पैदा होगी सरकारी तंत्र में भी उसके प्रति उतनी संवेदनशीलता बढ़ेगी । इसलिए देश और समाज के व्यापक हित में राजभाषा हिन्दी के प्रति जनता और सरकारी तंत्र दोनों को अधिक से अधिक संवेदनशील और सक्रिय बनाए जाने की आवश्यकता है ।

पाठकों के लिए विविध प्रकार की उपयोगी सामग्री उपलब्ध कराने का प्रयास किया गया है । आशा है, पाठकों को यह अंक पसंद आएगा । पत्रिका को और बेहतर बनाने के लिए आपके सुझाओं का स्वागत किया जाएगा ।

अंत में, हम "अजेय" के इस अंक के प्रकाशन से प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से जुड़े उन सभी का आभार व्यक्त करते हैं जिनके प्रयासों के कारण हम वार्षिक गृह राजभाषा पत्रिका का यह अंक आपके समक्ष प्रस्तुत करने में सफल हुए हैं और आशा करते हैं कि पत्रिका का यह अंक अपने उद्देश्य की पूर्ति करने में सफल होगा ।

भारी वाहन निर्माणी आवड़ी में राजभाषा की प्रगति/दिशा और दशा

चेन्नै महानगर से करीब 40 कीलोमीटर दूर स्थित भारी वाहन निर्माणी, आवड़ी में भारत की विभिन्न भाषाओं का प्रतिनिधित्व करने वाले कर्मचारी कार्यरत हैं । यहां मुख्यत: थल सेना के लिए टैंक का निर्माण एवं टैंकों की ओवरहॉलिंग का कार्य किया जाता है । आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड की इकाई, भारत सरकार का उद्यम के इस प्रमुख संस्था में न केवल संरक्षा, गुणवत्ता व ग्राहक संतुष्टि के मानदण्ड़ों का पालन करते हुए उत्पादन लक्ष्यों को समय पर पूरा किया जाता है बल्कि राजभाषा हिन्दी के उत्तरोत्तर प्रचार–प्रसार में भी काफी उत्सुकता से काम किया जाता है और प्रगति के पथ पर निरंतर बढ़ रहे हैं । इसकी छोटी–सी झलक नीचे प्रस्तुत है:–

1. हिन्दी प्रशिक्षण

निर्माणी के अधिकारी एवं कर्मचारियों के हिन्दी प्रबोध, प्रवीण एवं प्राज्ञ एवं टंकण प्रशिक्षण के लिए निर्माणी में ही हिन्दी शिक्षण योजना का प्रशिक्षण केन्द्र स्थापित है और उल्लेखनीय बात यह है कि निर्माणी ने हिन्दी प्रशिक्षण के क्षेत्र में 100% का लक्ष्य प्राप्त कर लिया है और राजभाषा नियम, 1976 के नियम 10(4) के अधीन रक्षा मंत्रालय, रक्षा उत्पादन विभाग, नई दिल्ली ने भारी वाहन निर्माणी आवडी को भारत के राजपत्र में अधिसूचित किया गया है ।

2. हिन्दी टंकण प्रशिक्षण

निर्माणी में हिन्दी टंकण में प्रशिक्षित स्टाफ की प्रतिशतता 100 है जो निर्माणी के लिए गर्व की बात है ।

3. हिन्दी में मूल पत्राचार

हिन्दी में प्राप्त पत्रों के उत्तर शतप्रतिशत हिन्दी में ही दिए जाते है । पी.एच.पी. कार्यक्रम की सहायता से मूल पत्राचार की दिशा में निर्धारित लक्ष्य प्राप्त किया गया है ।

4. धारा 3(3) का अनुपालन

धारा 3(3) के अंतर्गत आने वाली सभी दस्तावेज शतप्रतिशत द्विभाषी में ही प्रकाशित होते है। पी.पी.सी. पैकेज के अंतर्गत आने वाले सभी पूर्व–मुद्रित प्रपत्र द्विभाषी है ।

5. हिन्दी वाचनालय

निर्माणी में राजभाषा अनुभाग द्वारा एक हिन्दी वाचनालय का संचालन किया जा रहा है । हिन्दी वाचनालय में विविध प्रकार की हिन्दी पुस्तकों के अलावा हिन्दी पत्र–पत्रिकाएं भी उपलब्ध कराई जाती है ।

6. हिन्दी कार्यशाला

संघ की राजभाषा नीति के अनुपालन में, निर्माणी में हिन्दी के सफल व प्रगामी प्रयोग बढ़ाने और अधिकारियों एवं स्टाफ को हिन्दी में काम करने की मदद एवं मार्गदर्शन देने के लिए प्रत्येक तिमाही में हिन्दी कार्यशाला आयोजित की जाती है । वर्ष 2022 के दौरान निर्धारित लक्ष्य के अनुसार 4 हिन्दी कार्यशालाएं आयोजित की गई । अनुभाग प्रमुखों/स्टाफ को पी.एच.पी. कार्यक्रम पर वर्ष 2022 के दौरान पी.एच.पी. पर 4 कार्यशालाएं आयोजित की गई ।

7. राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक

निर्माणी में राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक नियमित रूप से आयोजित की जाती है। वर्ष 2022 के दौरान 4 बैठकें आयोजित की गई ।

8. हिन्दी में काम करने हेतु प्रोत्साहन योजना के अंतर्गत नकद पुरस्कार

सरकारी कामकाज मूल रूप से हिन्दी में करने के लिए वर्ष 2022 के दौरान 10 स्टाफ को प्रोत्साहन योजना के अंतर्गत नकद पुरस्कार से सम्मानित किया गया ।

9. राजभाषा चलशील्ड

वर्ष 2022 के दौरान निर्माणी में संघ की राजभाषा नीति के कार्यान्वयन के लिए उत्कृष्ट योगदान के लिए स्थापना अनुभाग को प्रथम एवं राजभाषा चलशील्ड, सी.आर. अनुभाग को द्वितीय एवं एल. बी. अनुभाग को तृतीय पुरस्कार और इन अनुभागों के प्रभागीय अधिकारी /अनुभाग प्रमुख को प्रमाण–पत्र एवं नकद पुरस्कार से सम्मानित किया गया ।

10. निर्माणी स्तर पर अन्य पुरस्कार योजना :–

श्री पी.तमिलमणि, कनिष्ठ कार्यशाला प्रबंधक एवं अनुभाग प्रमुख/सी.आर को वर्ष 2022 के उत्कृष्ट राजभाषा कार्मिक पुरस्कार एवं स्थापना अनुभाग के अनुभाग प्रमुख श्री आर.के.मधुकुमार, कनि.कार्य.प्रबंधक और आई.टी.सी. अनुभाग के श्री आर.सतीश, कनि.कार्य.

प्रबंधक को राजभाषा विशेष उपलब्धि पुरस्कार से सम्मानित किया गया । वर्ष 2022 के दौरान हिन्दी में सबसे अधिक कार्य करने के लिए 6 अनुभागों के स्टाफ को नकद पुरस्कार सम्मानित किया गया ।

11. वार्षिक गृह राजभाषा पत्रिका "अजेय" के इक्कीसवां अंक का विमोचन

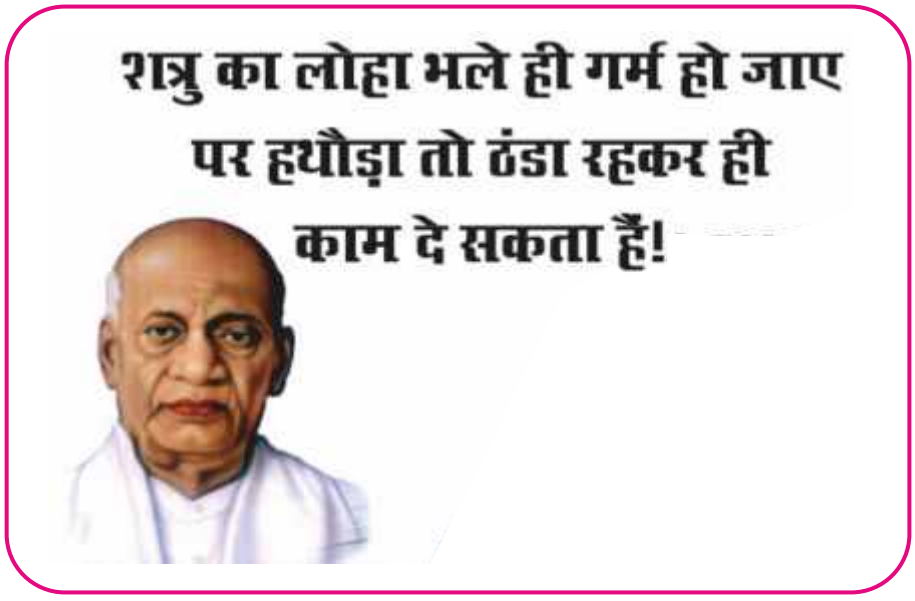
मुख्य महाप्रबंधक ने हिन्दी दिवस/पखवाड़ा : 2022 के समापन समारोह में निर्माणी की वार्षिक गृह पत्रिका "अजेय" के 21वां अंक का विमोचन किया ।

12. त्रैमासिक समाचार पत्र "भारी वाहन समाचार पत्र" का ई–प्रकाशन

निर्माणी एवं एस्टेट में संपन्न विविध गतिविधियों को निर्माणी कार्मिक तक पहुचाने के उद्देश्य से त्रैमासिक समाचार पत्र "भारी वाहन समाचार पत्र" के चार अंक ई–पत्रिका के रूप प्रकाशित किया गया ।

13. राजभाषा प्रगति समीक्षा समिति एवं राजभाषा चलशील्ड समिति द्वारा अनुभागों का निरीक्षण ।

निर्माणी में संध की राजभाषा नीति के प्रगामी प्रयोग की प्रगति की समीक्षा के लिए गठित राजभाषा प्रगति समीक्षा समिति एवं राजभाषा चलशील्ड समिति द्वारा वर्ष 2022 के दौरान सभी अनुभागों का निरीक्षण किया गया ।



गणतंत्र दिवस समारोह – 2022

भारी वाहन निर्माणी में 26 जनवरी 2022 को गणतंत्र दिवस मनाया गया । श्री एम.चंद्रसेकरन, महाप्रबंधक ने निर्माणी प्रशासन भवन के सामने ध्वजारोहण किया । डी.एस.सी. जवानों ने राष्ट्र ध्वज को सलामी दी । इस अवसर पर कार्यसमिति, यूनियन, एसोसिएशन के पदाधिकारी एवं अधिकारी, कार्मिक एवं उनके परिवार सदस्य भी उपस्थित थे ।

गणतंत्र दिवस का मुख्य समारोह अजेय स्टेडियम में संपन्न हुआ। श्री एम.चंद्रसेकरन, महाप्रबंधक ने ध्वजारोहण किया एवं सभी ने राष्ट्रीय झंडे को सलामी दी । महाप्रबंधक ने गणतंत्र दिवस के अवसर पर सभी को हार्दिक बधाई दी । इस अवसर पर रक्षा उत्पादन के क्षेत्र में किए गए उत्कृष्ट योगदान के लिए कार्मिकों को महाप्रबंधक ने प्रमाण–पत्र एवं नकद पुरस्कार से पुरस्कृत किया ।

राष्ट्रीय संरक्षा दिवस समारोह – 2022

भारी वाहन निर्माणी, आवडी में दिनांक 04.03.2022 से दिनांक 11.03.2022 तक राष्ट्रीय संरक्षा सप्ताह मनाया गया ।

प्रशासन भवन के अधिकारियो/कर्मचारियों को श्री एम.चंद्रसेकरन, महाप्रबंधक ने में संरक्षा प्रतिज्ञा दिलाई । प्रशासन भवन के अधिकारी / कार्मिक इस समारोह में उपस्थित थे । अनुभागों में आयोजित कार्यक्रम में प्रभागीय अधिकारी ने प्रतिज्ञा दिलाई।

राष्ट्रीय संरक्षा दिवस समारोह – 2022 के अवसर पर कार्मिकों को तमिल, हिन्दी एवं अंग्रेजी में प्रतियोगिताएं आयोजित की गई एवं इन प्रतियोगिताओं में प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त कार्मिकों को प्रमण–पत्र एवं नकद पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस

भारी वाहन निर्माणी में दिनांक 08.03.2022 को अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस समारोह मनाया गया । दिनांक 08.03.2022 को निर्माणी के औद्योगिक कैंटीन के मनोरंजन कक्ष में आयोजित समारोह में महाप्रबंधक श्री एम.चंद्रसेकरन मुख्य अतिथि थें ।

इस समारोह में निर्माणी की सभी महिला कर्मचारी उपस्थित थीं । महिला कर्मचारियों द्वारा प्रस्तुत सांस्कृतिक कार्यक्रम समारोह का विशेष आकर्षण था ।

रक्षा संबंधी संसदीय स्थायी समिति का अध्ययन दौरा

माननीय सांसद श्री जुएल ओराम, रक्षा संबंधी स्थायी समिति के माननीय अध्यक्ष के नेतृत्व में स्थायी समिति के 11 संसद सदस्यों ने दिनांक 25.04.2022 को एच.वी.एफ. का दौरा किया । सदस्यों के साथ लोकसभा सचिवालय और रक्षा मंत्रालय के अधिकारी भी उपस्थित थें । निर्माणी के सम्मेलन कक्ष में आयोजित बैठक में श्री संजीव किशोर, अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक एवं वरिष्ठ अधिकारीगण ए.वी.एन.एल., आवडी एवं एम. चन्द्रसेकरन, मुख्य महाप्रबंधक एवं वरिष्ठ अधिकारीगण एव.वी.एफ., आवडी का प्रतिनिधित्व किया । बैठक में "रक्षा सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रम (डी.पी.एस.यू.) के आधुनिकीकरण" के विषय पर प्रस्तुतीकरण दिया गया । बैठक के पश्चात समिति ने एच.वी.एफ. के उत्पादन शॉपों में उपलब्ध सुविधाओं का भी निरीक्षण किया।

माननीय संसदीय राजभाषा समिति की पहली उपसमिति द्वारा

भारी वाहन निर्माणी, आवड़ी में राजभाषा निरीक्षणमाननीय संसदीय राजभाषा समिति की पहली उप समिति ने दिनांक 21.05.2022 को भारी वाहन निर्माणी आवडी में राजभाषा निरीक्षण किया ।

श्री राम चन्द्र जांगड़ा, सांसद (राज्य सभा) की अध्यक्षता में संपन्न राजभाषा निरीक्षण बैठक में माननीय संसदीय राजभाषा समिति के सदस्य एवं सचिवालय के अधिकारीगण, रक्षा उत्पादन विभाग, रक्षा मंत्रालय, नई दिल्ली के संयुक्त सचिव, श्री अनुराग बाजपेई, आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड, आवडी के तत्कालीन अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, श्री संजीव किशोर, श्री बी पट्टनायक, निदेशक / एच.आर., भारी वाहन निर्माणी आवडी के मुख्य महाप्रबंधक, एम. चन्द्रसेकरन उपस्थित थे ।

आतंकवाद विरोध दिवस

निर्माणी में दिनांक 21.05.2022 को आतंकवाद विरोध दिवस मनाया गया । निर्माणी में सभी अनुभागों में ग्रुप अधिकारी / प्रभागीय अधिकारी की अध्यक्षता में संपन्न कार्यक्रम में सभी कार्मिकों ने आतंकवाद विरोध प्रतिज्ञा ली ।

दिनांक 21.05.2022 को एड्मिन ब्लॉक में संपन्न मुख्य कार्यक्रम में अस्थायी प्रभारी अधिकारी, श्रीमती सोफिया वर्गीस, महाप्रबंधक / एफ.–ए. ने अंग्रेजी में प्रतिज्ञा दिलाई । श्री संजीव कुमार भोला, महाप्रबंधक ने हिन्दी में एवं श्री एस.कदिरवेल, संयुक्त महाप्रबंधक ने तमिल में सभी अनुभागों के कार्मिकों को आतंकवाद विरोध प्रतिज्ञा दिलाई ।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस समारोह 2022

सरकार के निर्देशानुसार निर्माणी में 21 जून 2022 को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया । सभी कार्मिकों एवं उनके परिवारजनों के लाभ के लिए 21 जून 2022 को सुबह अजेय स्टेडियम में सामान्य योग प्रोटोकाल ड्रिल का आयोजन किया गया । भारी वाहन निर्माणी एवं संबद्ध स्थापनाओं के कार्मिक एवं परिवारजनों इस समारोह में भारी संख्या में भाग लिए ।

दिनांक 21.06.2022 को दोपहर 12.00 बजे सामूहिक रूप से कर्मचारियों ने अपने शॉपा/अनुभागों में शपथ ग्रहण किया । समारोह की अध्यक्षता संबंधित शॉप/अनुभाग के ग्रुप अधिकारी/ प्रभागीय अधिकारी द्वारा की गई । मुख्य महाप्रबंधक, श्री दिनेश सिंह की अध्यक्षता में एड्मिन ब्लॉक के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने 'अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की शपथ' ली। इस अवसर पर मुख्य महाप्रबंधक ने प्रश्नोत्तरी एवं चित्रलेखन प्रतियोगिता के विजयताओं को नकद पुरस्कार एवं प्रशंसा पत्र से सम्मानित किया ।

स्वतंत्रता दिवस समारोह 2022

पिछले वर्ष की भांति इस वर्ष भी भारी वाहन निर्माणी,आवडी में स्वतंत्रता दिवस समारोह 2022 मनाया गया । दिनांक 15.08.2022 को मुख्य महाप्रबंधक, श्री दिनेश सिंह ने निर्माणी के प्रशासन भवन के सामने राष्ट्रीय ध्वज फहराया । इस अवसर पर कार्य समिति के सदस्य, सभी यूनियन एवं असोसिएशन के पदाधिकारी, अधिकारी, कर्मचारी एवं उनके परिवार–जन उपस्थित थे । निर्माणी में स्वतंत्रता दिवस 2022 का मुख्य समारोह अजेय स्टेडियम में संपन्न हुए । इस समारोह के मुख्य अतिथि श्री दिनेश सिंह ने राष्ट्र ध्वज फहराया । निर्माणी के फायर ब्रिगेड अनुभाग, एच.वी.एफ. टी.एस. के ट्रेड अप्रेंटिस एवं निर्माणी एस्टेट के विद्यालयों के विद्यार्थियों ने परेड में भाग लिया ।

मुख्य अतिथि ने रक्षा उत्पादन के क्षेत्र में उल्लेखनीय एवं उत्कृष्ट योगदान के लिए कार्मिकों को प्रमाण–पत्र और नकद पुरस्कार प्रदान किया । तत्पश्चात निर्माणी एस्टेट में स्थित स्कूल के विद्यार्थियों ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किया ।

हिन्दी कार्यशाला

निर्माणी में राजभाषा हिन्दी के प्रगामी प्रयोग को बढ़ावा देने के लिए एवं गृह मंत्रालय, राजभाषा विभाग, नई दिल्ली द्वारा जारी वार्षिक कार्यक्रम को लागू करने की दिशा में निर्माणी में प्रत्येक तिमाही में कर्मचारियों की सक्रिय भागीदारी के साथ हिन्दी कार्यशाला आयोजित की जाती है ।

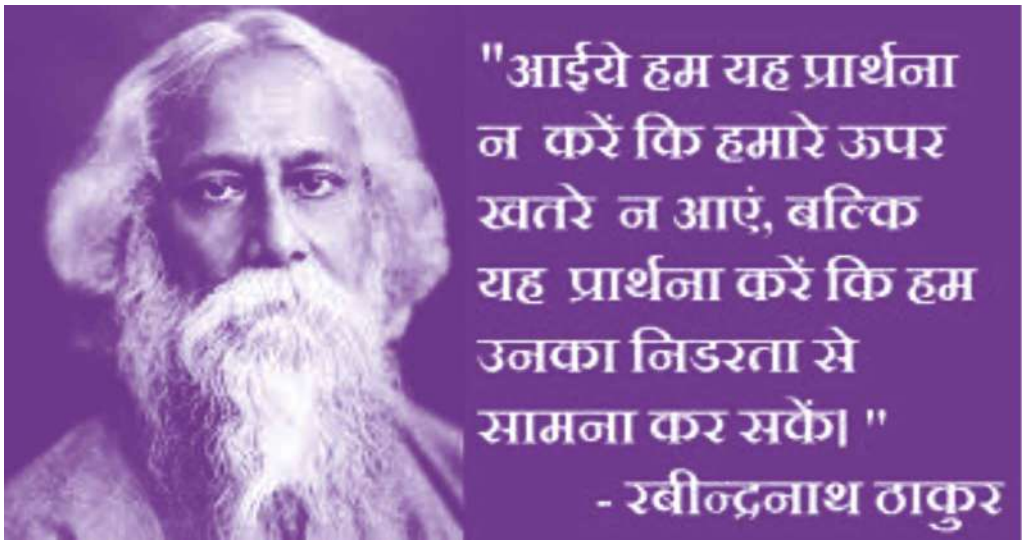
निर्माणी में दिनांक 21.02.2022 से 25.02.2022 तक हिन्दी कार्यशाला आयोजित की गई । इस कार्यशाला में 11 स्टाफ उपस्थित थे । कार्यशाला में हिन्दी में टिप्पण, अर्ध सरकारी पत्र, सामान्य पत्राचार, राजभाषा अधिनियम, राजभाषा संकल्प, राजभाषा नियम एवं यूनिकोड (मंगल फॉन्ट) आदि विषय पर व्याख्यान दिए गए एवं टिप्पण, अर्धसरकारी पत्र, सामान्य पत्राचार एवं यूनिकोड (मंगल फॉन्ट) का अभ्यास भी करवाया गया ।

आवनी की स्थापना दिवस समारोह

आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड (आवनी) को दिनांक 14.08.2021 से नए रक्षा सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रम के रूप में निगमित किया गया था और दिनांक 01.10.2021 से अपना कार्य शुरू किया है । ए.वी.एन.एल. ने दिनांक 01.10.2022 को एक वर्ष पूरा किया एवं ए.वी.एन.एल.कॉर्पोरेट मुख्यालय ने "स्थापना दिवस" मनाया गया । स्थापना दिवस के अवसर पर, दिनांक 01.10.2022 को आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड के अध्यक्ष–प्रबंध निदेशक, श्री ए.एन.श्रीवास्तव ने एच.वी. एफ. एस्टेट के प्रवेश द्वार पर 100 फुट राष्ट्रीय ध्वज खम्बे का उद्घाटन किया । निर्माणी में मुख्य महाप्रबंधक ने प्रशासन भवन में आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड (आवनी) का ध्वज फहराया ।

पी.एच.पी. पर हिन्दी कार्यशाला

निर्माणी में दिनांक 25.04.2022 से 29.04.2022 तक प्रशासन एवं सामग्री प्रभाग के अवर श्रेणी लिपिक, सुपरवाईजर एवं स्टोर कीपर कार्मिकों के लिए पी.एच.पी. पर हिन्दी कार्यशाला आयोजित की गई । इस कार्यशाला में 11 कार्मिकों ने भाग लिया। कार्यशाला में निर्माणी की वेबसाइट में पी.एच.पी. की सहायता से अपलोड की गई विविध दस्तावेजों / पत्राचारों, यूनिकोड मंगल फॉन्ट द्वारा हिन्दी टंकण पर चर्चा की गई ।



हिन्दी दिवस/पखवाड़ा समारोह 2022

भारी वाहन निर्माणी, आवडी में दिनांक 14.09.2022 से 28.09.2022 तक हिन्दी दिवस / पखवाड़ा समारोह मनाया गया । दिनांक 14.09.2022 को मुख्य महाप्रबंधक श्री दिनेश सिंह के हिन्दी दिवस 2022 के संदेश से हिन्दी दिवस / पखवाड़ा समारोह की शुरूवात की गई । मुख्य महाप्रबंधक ने उद्घाटन समारोह में सभी अधिकारियों एवं कार्मिकों को राजभाषा प्रतिज्ञा दिलाई । साथ ही महान नेताओं के उक्तियों का बैनर का विमोचन किया गया । इस अवधि के दौरान निर्माणी के कार्मिकों के लिए विविध हिन्दी प्रतियोगिताएं आयोजित की गई । प्रतियोगिताएं दो ग्रुप अर्थात हिन्दी भाषी एवं हिन्दीतर भाषी में आयोजित की गई ।

निर्माणी में दिनांक 29.09.2022 को हिन्दी दिवस / पखवाड़ा समारोह 2022 का समापन समारोह आयोजित किया गया । समारोह के मुख्य अतिथि, मुख्य महाप्रबंधक श्री दिनेश सिंह थें ।

इस अवसर पर मुख्य अतिथि ने निर्माणी में संघ की राजभाषा नीति के कार्यान्वयन में उत्कृष्ट योगदान के लिए स्थापना अनुभाग को प्रथम एवं राजभाषा चलशील्ड, सी.आर. अनुभाग को द्वितीय एवं एल.बी.अनुभाग को तृतीय पुरस्कार और इन अनुभागों के प्रभागीय अधिकारी / अनुभाग प्रमुख / अनुभागों को प्रमाण–पत्र एवं नकद पुरस्कार से सम्मानित किया गया । इस अवसर पर सी.आर.अनुभाग के अनुभाग प्रमुख श्री पी.तमिलमणि, कनि.कार्य.प्रबंधक को वर्ष 2021–22 के उत्कृष्ट राजभाषा कार्मिक पुरस्कार एवं स्थापना अनुभाग के अनुभाग प्रमुख श्री आर.के.मधुकुमार, कनि. कार्य.प्रबंधक और आई.टी.सी. अनुभाग के श्री आर.सतीश, कनि.कार्य.प्रबंधक को राजभाषा विशेष उपलब्धि पुरस्कार से सम्मानित किया गया ।

मूल रूप से हिन्दी में काम करने के लिए 10 कार्मिकों को प्रोत्साहन योजना के अधीन नकद पुरस्कार से सम्मानित किया गया । वर्ष 2021–22 के दौरान हिन्दी में सबसे अधिक कार्य करने के लिए 6 अनुभागों के स्टाफ को नकद पुरस्कार सम्मानित किया गया । मुख्य महाप्रबंधक ने हिन्दी दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित हिन्दी प्रतियोगिताओं में प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त कार्मिकों को प्रमाण–पत्र एवं नकद पुरस्कार से सम्मानित किया गया । इस अवसर पर मुख्य महाप्रबंधक ने निर्माणी की वार्षिक गृह पत्रिका "अजेय" के 21वां अंक का विमोचन किया गया ।

योग और युवा पीढ़ी

रोजगार समाचार में प्रकाशित

(हिंदी अनुवाद : **वी.हरिदासन,वरिष्ठ अनुवाद अधिकारी)**

आज की तेज गति और प्रौद्योगिकी–संचालित दुनिया में, युवाओं को कई चुनौतियों का सामना करना पड़ता है जो उनके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकती हैं। योग, स्वास्थ्य और कल्याण के प्रति अपने समग्र दृष्टिकोण के साथ, युवाओं के जीवन को बदलने के लिए एक शक्तिशाली उपकरण के रूप में उभरा है।

वर्तमान में, युवा पीढ़ी के शारीरिक और मानसिक कल्याण के दृष्टिकोण में उल्लेखनीय बदलाव आया है। कार्य संस्कृति में बदलाव और गतिहीन जीवन शैली के बढ़ने, तनाव के स्तर में वृद्धि और समग्र स्वास्थ्य की आवश्यकता के बारे में बढ़ती जागरूकता के साथ, अधिक से अधिक युवा अपने जीवन को बदलने के साधन के रूप में योग की ओर रुख कर रहे हैं। योग, भारत में उत्पन्न हुई एक प्राचीन पद्धति है, जो सभी उम्र के व्यक्तियों के लिए व्यापक लाभ प्रदान करती है। युवा पीढ़ी पर इसका प्रभाव विशेष रूप से उल्लेखनीय है।

निरंतर परिवर्तन, तीव्र तकनीकी प्रगति और बढ़ते सामाजिक दबाव वाले युग में, युवा पीढ़ी को असामान्य चुनौतियों का सामना करना पड़ता है जो उनकी भलाई और व्यक्तिगत विकास को प्रभावित कर सकती हैं। इन जटिलताओं के बीच, एक समय–सम्मानित अभ्यास आशा और परिवर्तन का प्रतीक बनकर उभरा है – योग। भारत में अपनी प्राचीन जड़ों के साथ, योग सांस्कृतिक सीमाओं को पार कर एक वैश्विक घटना बन गया है, जो युवा व्यक्तियों के शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक कल्याण के लिए गहरा लाभ प्रदान करता है।

योग का अभ्यास युवा व्यक्तियों में शरीर की सकारात्मकता और आत्म–स्वीकृति को बढ़ावा देता है। सोशल मीडिया और अच्छे दिखने के सामाजिक मानकों के युग में, योग व्यक्तियों को अपने शरीर को वैसे ही अपनाने के लिए प्रोत्साहित करता है जैसे वे हैं, उनकी अद्वितीय ताकत और आंतरिक अनुभवों की खामियों का जश्न मनाते हैं, योग एक स्वस्थ शरीर की छवि और स्वयं के साथ सकारात्मक संबंध को बढ़ावा देता है।

शारीरिक स्वास्थ्य और कल्याण

योग युवा पीढ़ी के लिए शारीरिक फिटनेस और कल्याण के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण प्रदान करता है। योग मुद्राओं (आसन) के नियमित अभ्यास से फ्लेक्सिबिलिटि, शक्ति, संतुलन और समन्वय में सुधार करने में मदद मिलती है। चूँकि युवा शरीर अभी भी विकसित हो रहे हैं, योग शारीरिक व्यायाम, स्वस्थ विकास को बढ़ावा देने और चोटों को रोकने के लिए एक सुरक्षित और गैर–प्रतिस्पर्धी वातावरण प्रदान करता है। इसके अलावा, योग उचित मार्गरेखा पर जोर देता है और शरीर की जागरूकता एक सकारात्मक शारीरिक छवि विकसित करती है और आत्म–स्वीकृति को बढ़ावा देती है, जिससे व्यक्ति के शारीरिक OH के साथ एक स्वस्थ संबंध का पोषण होता है। सावधानीपूर्वक डिजाइन किए गए आसनों की एक श्रृंखला के माध्यम से, युवा व्यक्ति अपनी मांसपेशियों को धीरे–धीरे खींच और मजबूत कर सकते हैं, उनकी गति की सीमा में सुधार कर सकते हैं और मांसपेशियों की टोन बढ़ा सकते हैं। कुछ उच्च प्रभाव वाली गतिविधियों के विपरीत, योग का मार्गरेखा और क्रमिक प्रगति पर जोर चोटों के जोखिम को कम करता है, जिससे यह सभी फिटनेस स्तरों के व्यक्तियों के लिए उपयुक्त हो जाता है।

मानसिक स्वास्थ्य में वृद्धि

योग के अभ्यास से युवाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर महत्वपूर्ण सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। योग सचेतनता और आत्म–जागरूकता को बढ़ावा देता है, युवाओं को क्षण में उपस्थित रहना और अपने और दूसरों के प्रति गैर–निर्णयात्मक रवैया विकसित करना सिखाता है। यह भावनात्मक स्थिति स्थापक पैदा करता है और उन्हें तनाव, चिंता और अवसाद के प्रबंधन के लिए मूल्यवान उपकरणों से लैस करता है। योग अभ्यास में सांस नियंत्रण, ध्यान और विश्राम तकनीकों का संयोजन मन को शांत करने, ध्यान केंद्रित करने और तनाव की भावनाओं को कम करने में मदद करता है। परिणामस्वरूप, युवा अभ्यासकर्ताओं को उन्नत मानसिक स्पष्टता, बेहतर एकाग्रता और आधुनिक जीवन के दबावों से निपटने की अधिक क्षमता का अनुभव होता है।

आत्मसम्मान और आत्मविश्वास को बढ़ाना ।

युवा पीढ़ी में आत्म–सम्मान और आत्मविश्वास बढ़ाने में योग महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। नियमित अभ्यास के माध्यम से, युवा व्यक्तियों में उपलब्धि की भावना विकसित होती है क्योंकि वे अपने अभ्यास में प्रगति करते हैं और अपना विकास देखते हैं। योग आत्म–स्वीकृति और आत्म–करुणा को प्रोत्साहित करता है, जिससे युवाओं को अपनी विशिष्टता को अपनाने और एक सकारात्मक आत्म–छवि विकसित करने की अनुमति मिलती है। योग कक्षाओं का सहायक और गैर आलोचनात्मक वातावरण

अपनेपन की भावना को बढ़ावा देता है और सकारात्मक सामाजिक संपर्क को प्रोत्साहित करता है, जो आत्मसम्मान को और बढ़ा सकता है। इसके अतिरिक्त, आत्मचिंतन और आत्मनिरीक्षण पर योग का जोर युवा अभ्यासकर्ताओं को अपनी शक्तियों और अपनी क्षमता के बारे में गहरी समझ हासिल करने में मदद करता है, जिससे उन्हें आत्मविश्वास के साथ जीवन की चुनौतियों का सामना करने में सशक्त बनाया जाता है।

सचेतनता और तनाव से राहत।

योग युवाओं को सचेतनता विकसित करने और तनाव को प्रबंधित करने की तकनीक सीखने का अवसर प्रदान करता है। शारीरिक पहलुओं से परे, योग सचेतनता और आत्म–जागरूकता पैदा करता है, जो समग्र कल्याण में योगदान देता है। केवल सांसों पर ध्यान केंद्रित करने और क्षण में उपस्थित रहने से, युवा व्यक्ति अपने शरीर के साथ तालमेल बिठाना, अपनी सीमाओं को पहचानना और अपनी आंतरिक आवाज को सुनना सीखते हैं। यह बढ़ी हुई आत्म–जागरूकता उन्हें पोषण, नींद और स्वयं की देखभाल के संबंध में स्वस्थ विकल्प चुनने की अनुमति देती है जिससे समग्र कल्याण में सुधार होता है। साँस लेने के व्यायाम, ध्यान और सामान्य योग मुद्राएँ उन्हें अपने शरीर और भावनाओं के बारे में जागरूकता विकसित करने, विश्राम और शांति को बढ़ावा देने में मदद कर सकती हैं।

सामाजिक संबंध

बढ़ती डिजिटल और अलगाया हुआ दुनिया में, प्रामाणिक सामाजिक संबंध बनाए रखना युवाओं के लिए एक चुनौती बन गया है। सोशल मीडिया, प्रत्यक्ष कनेक्शन प्रदान करते समय, अक्सर वास्तविक मानवीय संपर्क की हमारी सहज आवश्यकता को पूरा करने में विफल रहता है। हालाँकि, योग भारत से उत्पन्न एक प्राचीन अभ्यास है जो युवा व्यक्तियों के बीच सामाजिक संबंध को बढ़ावा देने और सार्थक संबंध बनाने में एक शक्तिशाली उपकरण के रूप में उभरा है। योग समूह कक्षाओं और कार्यशालाओं के अभ्यास के माध्यम से सामाजिक संबंध को सुविधाजनक बनाता है। योग स्टूडियो, सामुदायिक केंद्र और स्कूल अक्सर युवा व्यक्तियों को शारीरिक और मानसिक कल्याण के लिए एकजुट होकर एक साझा स्थान पर एक साथ आने के अवसर प्रदान करते हैं। इन कक्षाओं में भाग लेने से न केवल बातचीत के लिए एक मंच मिलता है बल्कि साथियों के बीच सौहार्द और समर्थन की भावना भी बढ़ती है। सहयोगी योग और समूह गतिविधियाँ जैसे सहयोगी अभ्यास, सहयोग, संचार और सहानुभूति को प्रोत्साहित करते हैं, स्वस्थ और सार्थक संबंधों को बढ़ावा देते हैं। इसके अतिरिक्त, युवा व्यक्तियों के लिए योग रिट्रीट और कार्यशालाओं में विविध पृष्ठभूमि के समान विचारधारा वाले व्यक्तियों से जुड़ने का मौका मिलता है।

परिवर्तनकारी अनुभवों को साझा करके और सांप्रदायिक प्रथाओं में संलग्न होकर, ये गहन अनुभव पोषण संबंधी विकास, आत्मचिंतन और गहरे संबंध बनाने की सुविधा प्रदान करते हैं। युवा लोग स्थायी हाथ बना सकते हैं और अपने सामाजिक नेटवर्क का विस्तार करके अपनेपन और समर्थन की भावना पैदा कर सकते हैं। योग स्वीकार्यता और समावेशिता की संस्कृति को बढ़ावा देकर सामाजिक संबंध का भी पोषण करता है। योग कक्षा में, अलग–अलग क्षमताओं, शरीर के प्रकार और पृष्ठभूमि के व्यक्ति बिना किसी निष्कर्ष के एक साथ आते हैं।

रचनात्मकता और आत्म अभिव्यक्ति

योग मन को शांत करके और प्रवाह की स्थिति को सुविधाजनक बनाकर रचनात्मकता को उत्तेजित करता है। आसन (आसन) और सचेत श्वास के अभ्यास के माध्यम से, युवा व्यक्ति बाहरी विकर्षणों और सचेत श्वास को छोड़कर अपना ध्यान वर्तमान क्षण पर केंद्रित करना सीखते हैं। केंद्रित जागरूकता की यह स्थिति रचनात्मक विचारों को उभरने के लिए जगह बनाती है क्योंकि मन नई संभावनाओं और दृष्टिकोणों के प्रति ग्रहणशील हो जाता है। प्रवाह की इस स्थिति में, युवा अपनी कल्पना का उपयोग कर सकते हैं, दायरे से बाहर सोच सकते हैं और अपने सामने आने वाली चुनौतियों के लिए नवीन समाधान तलाश सकते हैं।

एकाग्रता

अशांति से भरी दुनिया में, योग युवाओं को उनकी एकाग्रता और फोकस को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है। ऐसे योग मुद्राओं और अनुक्रमों का अभ्यास करना जिनमें संतुलन और मानसिक जुड़ाव की आवश्यकता होती है, कार्यों पर ध्यान केंद्रित करने की क्षमता बढ़ सकती है।

तनाव प्रबंधन

शैक्षणिक दबाव, सामाजिक अपेक्षाओं और तकनीकी विकर्षणों के कारण युवा पीढ़ी को अक्सर उच्च स्तर के तनाव का सामना करना पड़ता है। योग प्रभावी तनाव प्रबंधन तकनीक प्रदान करता है जो भावनात्मक लचीलेपन को बढ़ावा देता है। सचेतन साँस लेने के व्यायाम (प्राणायाम) का अभ्यास तंत्रिका तंत्र को विनियमित करने में मदद करता है और विश्राम की स्थिति उत्पन्न करता है, जिससे तनाव और चिंता का स्तर कम होता है। योग के माध्यम से आत्म–जागरूकता और भावनात्मक बुद्धिमत्ता विकसित करके, युवा लोग तनाव कम करने और भावनात्मक कल्याण के लिए मूल्यवान उपकरण प्राप्त करते हैं जो उनके व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन पर सकारात्मक प्रभाव डाल सकते हैं।

व्यक्तिगत विकास

योग युवा पीढ़ी में व्यक्तिगत विकास और आत्म खोज के लिए उत्प्रेरक के रूप में कार्य करता है। नियमित अभ्यास के माध्यम से, युवा व्यक्ति अपनी शक्तियों, कमजोरियों और जुनून को उजागर करते हुए आत्म अन्वेषण की यात्रा पर निकलते हैं। योग उन्हें अपने आराम क्षेत्र से बाहर निकलने, चुनौतियों को स्वीकार करने और असफलताओं से सीखने के लिए प्रोत्साहित करता है। आत्म–चिंतन और आत्मनिरीक्षण को बढ़ावा देकर, योग युवाओं को स्वयं, उनके मूल्यों और जीवन में उनके उद्देश्य की गहरी समझ विकसित करने में मदद करता है। यह आत्म–खोज प्रक्रिया उन्हें अपने प्रामाणिक स्वयं के अनुरूप जागरूक विकल्प चुनने में सक्षम बनाती है, जिससे वे अधिक पूर्ण और उद्देश्यपूर्ण जीवन जी पाते हैं।

योग का युवा पीढ़ी पर परिवर्तनकारी प्रभाव पड़ता है, जो शारीरिक फिटनेस, मानसिक स्वास्थ्य, आत्मसम्मान, तनाव प्रबंधन और व्यक्तिगत विकास के लिए समग्र दृष्टिकोण प्रदान करता है। योग के अभ्यास को अपनाकर, युवा व्यक्ति अपने समग्र स्वास्थ्य को बढ़ा सकते हैं, सचेतनता विकसित कर सकते हैं, लचीलापन विकसित कर सकते हैं, सामाजिक संबंध को बढ़ावा दे सकते हैं, अपनी रचनात्मकता को उजागर कर सकते हैं और आत्म खोज की यात्रा पर निकल सकते हैं। जैसे–जैसे योग के लाभों को पहचाना जा रहा है, योग को युवाओं के जीवन में शामिल करने से उन्हें आज की दुनिया की चुनौतियों को अनुग्रह, आत्मविश्वास और आंतरिक सद्भाव की भावना के साथ नेविगेट करने में सशक्त बनाया जा सकता है।

अहिंसा और सत्य के मार्गदर्शक : महात्मा गांधी

(राजभाषा विभाग की पत्रिका राजभाषा भारती से आभार)

अमित कुमार सिंह, एल.डी.सी.

महात्मा गांधी एकमात्र ऐसे महामानव थे जिन्होंने अपने समय में राजनीति के अतिरिक्त धर्म, दर्शन, शिक्षा, समाज–व्यवस्था और अर्थतंत्र को व्यापक रूप से परिष्कृत, पल्लवित व पुष्पित किया था । अस्पृश्यता निवारण और सांप्रदायिक सद्भाव आदि कुछ अन्य ज्वलंत प्रश्न थे, जिनके हल उन्होंने सुझाए थे । गांधी जी जीवन में सत्य के पक्षधर थे । उनकी भूमिका एक क्रांतिकारी चिंतक एवं सक्रिय सामाजिक कार्यकर्ता की थी ।

अहिंसा भारतीय चिंतन – धारा की एक महत्वपूर्ण अवधारणा और भारतीय जीवन शैली की एक विशिष्ट धरोहर है । यह 'अ' और 'हिंसा' – इन दो शब्दों के संयोग से बना है । 'अ' का अर्थ 'नहीं' और 'हिंसा' का अर्थ 'प्राणियों को मारने–काटने जैसा शारीरिक कष्ट देने की वृत्ति होता है, इसलिए इन दोनों से बने 'अहिंसा' का शाब्दिक अर्थ किसी प्राणी को कोई शारीरिक कष्ट नहीं पहुंचना होता है । परंतु व्यापक अर्थ में इसका प्रयोग किसी प्राणी की शारीरिक, मानसिक, आत्मिक, आर्थिक, बौद्धिक, नैतिक आदि किसी प्रकार कोई कष्ट या क्षति नहीं पहुंचाने के लिए किया जाता क्योंकि अहिंसा 'जीवन की एकता का सिद्धांत' है । इस सत्य की स्वीकृति का सिद्धांत है कि जो जीवन किसी एक प्राणी के अन्दर है वही जीवन दूसरे प्राणी के अंदर भी मौजूद है । अब जब कि सब के भीतर एक ही जीवन व्याप्त है, तब दूसरे को दुख देना स्वयं को ही दुख देना हैं अतरू इस दुख से बचने के लिए अहिंसा अनिवार्य है ।

गांधी जी ने माना कि अहिंसा ईश्वर की कल्पना की तरह अनिर्वचनीय एवं अगोचर है, पर जीवन में इसके आभास होते रहते हैं । 1940 में कोलकाता के समीप मलिकंदा में अपने शीर्षस्थ साथियों की सभी में गांधी जी ने कहा था "अहिंसा अगर व्यक्तिगुण गुण है तो यह मेरे लिए त्याज्य है और मेरे साथियों के लिए भी याज्य होनी चाहिए । हम तो यह सिद्ध करने के लिए पैदा हुए हैं कि सत्य और अहिंसा केवल व्यक्तिगत आधार के नियम नहीं है । यह समुदाय, जाति और राष्ट्र की नीति हो सकती है ।" उन्होंने आगे कहा, "मैंने इसी को अपना कर्त्तव्य माना है । चाहे सारा जगत मुझे छोड दे, तो भी मैं इसे नहीं छोडूंगा । इसे सिद्ध करने के लिए ही मैं जीऊंगा और उसी प्रयत्न में मैं मरूंगा ।"

वास्तव में महानायक बनने में उनके जिस विचार ने सर्वाधिक महत्वपूर्ण भूमिका निभाई वह उनका अहिंसा का ही विचार था । इसीलिए देश की आजादी को अति महत्वपूर्ण लक्ष्य मानते हुए भी वह उसे अहिंसा को त्यागकर प्राप्त करना नहीं चाहते थे । अंग्रेजों से लडने के लिए हिंसा के बदले अहिंसा को हथियार बनाने का कारण भी यही था ।

महात्मा गांधी के दक्षिणी अफ्रिका प्रवास पर यदि हम विहंगम दृष्टि डालें तो स्पष्ट होगा कि एक साधारण से व्यक्ति के रूप में पहुंचे गांधी जी ने 22 वर्ष की लंबी लफाई में अपमान, भूख, मानसिक संताप व शारीरिक यातनाएं झेलते हुए न केवल राजनीतिक बल्कि सामाजिक व नैतिक क्षेत्र में जो उपलब्धियां प्राप्त कीं, उसकी मिसाल अन्यत्र मिलना असंभव है । उनके भारत लौटने पर गुरुदेव टैगोर ने कहा था "भिखारी के लिबास में एक महान आत्मा लौटकर आई है ।" सन 1919 से लेकर 1948 में अपनी मृत्यु तक भारत के स्वाधीनता आंदोलन के महान ऐतिहासिक नाटक में गांधी जी की भूमिका मुख्य अभिनेता की रही । उनका जीवन उनके शब्दों से भी बडा था । उनका आचरण विचारों से महान था और उनकी जीवन प्रक्रिया तर्क से अधिक सृजनात्मक थी ।

अहिंसा के लिए यह परम आवश्यक है कि यह वस्तुपरक सत्य पर आधारित हो । स्नेह एवं क्करुणा का मार्ग हमारा मुख्य ध्येय हो, हम अपना आदर करने के साथ–साथ दूसरों का भी आदर करने की समझ रखें । समाज के अन्य वर्गों, संप्रदायों, धर्मों, संस्कृतियों व भाषाओं में समन्वय की दृष्टि स्थापित करने की भरपूर चेष्टा करें तभी एक स्वस्थ दृढ़ समाह की स्थापना हो सकती है । आसक्ति से मुक्त हुए बिना हम जागृत अवस्था को प्राप्त नहीं कर सकते । राजनैतिक अथवा सामाजिक स्तर पर मुक्त हो जाने से इसकी इतिश्री नहीं हो जाती । आसक्ति मुक्त होने का अर्थ है कि व्यक्ति संयम एवं तत्पर हो । भले ही इसके लिए उसे धन–संपत्ति, नौकरी, यहां तक कि जीवन भी बलिदान क्यों न करना पडे ।

यह भी उल्लेखनीय है कि गांधी जी की अहिंसा कायरों की अहिंसा नहीं है, जो भय के कारण साधी जाती है । यह तो शक्तिशाली और निर्भय लोगों का गुण है । जो व्यक्ति हिंसा का उत्तर हिंसा से दे सकता है, शक्ति का प्रतिकार शक्ति से कर सकता है, परंतु इस हिंसा और शक्ति को त्यागकर जो इनका उत्तर प्रेम और करुणा से देता है, अहिंसा उसी के लिए है । इसलिए गांधी जी अहिंसा का जन्म भय से नहीं बल्कि प्रेम से मानते हैं और उसमें कायरता और दुर्बलता को कोई स्थान नहीं देते । गांधी जी का यह कथन कि "अहिंसा मानवता के हास्थ में बड़ी ताकतवार है । यह मनुष्य द्वारा विकसित किए गए सबसे शक्तिशाली हथियार से भी कहीं ज्यादा ताकतवार है ।" सर्वथा उचित ही है ।

अहिंसा की प्रकृति करुणामयी है । करुणा मानव जीवन ही नहीं अपितु प्राणि मात्र के अस्तित्व को अक्षुण्ण बनाए रखने के लिए परमावश्यक है । अहिंसा भय का विनाश कर मनुष्य में निडरता का संचार करती है, इस कारण यह अभयदात्री है । करुणा मानवता के विकास के लिए संजीवनी बूटी है अतरू करुणामयी अहिंसा को कायरता कदापि नहीं कहा जा सकता । क्रोध, लोभ तथा मोह आदि मनोवृत्तियों के वशीभूत किसी प्राणी को मारना, सताना या भभीत करना हिंसा है हिंसा से बचना अहिंसा है । अहिंसा दुखों से बचाती है दुखी जनों को शांति प्रदान करती है । 'कुरान शरीफ' व 'बाइबिल' में भी हिंसा के परित्याग तथा अहिंसा –वृत्ति अपनाने पर विशेष बल दिया गया हैं । कहने का अभिप्राय यह है कि संसार के सभी धर्मों एवं संप्रदायों ने अहिंसा के मार्ग को अपनाने पर बल दिया है ।

गांधी जी ने अपनी पूर्ण अहिंसा को परिभाषित करते हुए, 9 मार्च, 1920 ई. के 'यंग इंडिया' के अंक में लिखा था "पूर्ण अहिंसा सभी प्राणियों के प्रति दुर्भावना के अभाव का नाम है । इस प्रकार अहिंसा अपने क्रियात्मक्क रूप में सभी जीवनधारियों के प्रति सद्भावना का नाम है । यह तो विशुद्ध प्रेम है ।" और यही प्रेम सद्भावना व सत्याग्रह में भी है । गांधी जी के शब्दों में "अपने विरोधियों को दुखी बनाने की बजाए, स्वयं अपने पर दुख डालकर सत्य की विजय प्राप्त करना ही सत्याग्रह है ।" यह सत्य के लिए नैतिक व आध्यात्मिक संघर्ष है । किंतु अहिंसा और सत्याग्रह निर्बलों की चीज नहीं है । इसके लिए अपार आत्मबल और नैतिक शक्ति की आवश्यकता है ।

सत्याग्रह का विपरीत भाव है – दुराग्रह । सत्य के लिए आग्रह सत्याग्रह है । किंतु सत्य का एक ही पक्ष नहीं होता । सत्य के अनेक पक्ष होते हैं । जरूरी नहीं कि सत्य के जिस पक्ष पर हम अडे हों, हमारे प्रतिपक्षी को भी वही पक्ष ग्राह्य हो । संभव है, उसका पक्ष भी उतना ही सही हो, जितना हमारा । इसलिए उसे हम नितांत गलत कहकर दृढ़पूर्वक नहीं झुका सकते । अतरू सत्य के हितकारी पक्ष के प्रति किसी व्यक्ति या व्यक्ति समूह को आग्रह और प्रेमपूर्वक झुकाया जा सकता है । यही सत्याग्रह है, जिसमें दोनों पक्षों में समझौते की गुंजाइस रहती है । इसके विपरीत अपनी ही बात को सबसे बड़ा सत्य मानकर उस पर अड़ जाना दुराग्रह है, जिसमें प्रतिपक्षी के प्रति कोई सद्भावना नहीं होती । यह वाणी का अहंकार है, जिसमें विरोधियों के प्रति दुर्भावना और द्वेष होते हैं । यह हिंसा है ।

पूज्य बापू ने ग्रामोद्योग, छुआछूत निवारण, मद्यनिषेध व बुनियादि शिक्षा जैसे कार्यक्रमों द्वारा व्यावहारिक जीवन में अहिंसा, प्रेम और सत्य जैसे विचारों की नींव डाली थी । गांधी जी का अहिंसा संबंधी विचार नया नहीं था, वह हमारी संस्कृति का सदा से अंग रहा है । ऋषिगण

इसकी घोषणा युगों से करते आ रहे हैं । महाभारत के आदि पर्व में वेद व्यास जी ने कहा है "अहिंसा परमोधमार्रू" अर्थात अहिंसा सबसे उत्तम धर्म है । वेद व्यास जी ने अनुशासन पर्व में कहा है "अहंसा परम सत्य है।"

इस समय अहिंसा ही एक मूल मंत्र है जो विश्व को शांति की राह पर ला सकता है । आइए हम आह्वान करें कि भारत एक बार फिर विश्व गुरु की पदवी प्राप्त करें और विश्व को अहिंसा के मूल मंत्र का मूल्य समझाए । आज विश्व भौतिकवाद की जिस अति तक पहुंच चुका है वहां से अहिंसा को मन, वचन और कर्म से अपनाना ही एक मात्र मार्ग है जिससे सुख, संतोष, शांति एवं प्रगति का पथ प्रशस्त हो सकता है ।

संपूर्ण विश्व आज जिस सुख और शांति के लिए व्याकुल है, वह उसे अहिंसा और शांति से ही प्राप्त कर सकता है जिस प्रकार व्यक्ति के जीवन में 'अहिंसा' कल्याण की वर्षा करती है, उसी प्रकार बड़े–बड़े राष्ट्रों के जीवन में भी अहिंसा से सुख शांति की संवर्द्धना होती है । आज के जगत में कहीं भी सुख शांति नहीं है । संसार के सभी राष्ट्रों के भीतर आज हिंसा व कलह का चीत्कार हो रहा है । गंभीरता से विचार करने पर हमारा ध्यान बरबस अहिंसा की ओर चला जाता है क्योंकि अहिंसा 'जीओ और जीने दो' का दर्शन है । इसलिए यही एक मात्र साधन है, एक मात्र विकल्प है । इसी से पूरी मानवता, पूरा प्राणीजगत, पूरा पर्यावरण और पूरा विश्व सुरक्षित रह सकता है । सबका कल्याण हो सकता है । तभी इस मंगल वचन का उद्घोष संभव हो सकता है :–

"सर्वे भवंतु सुखिनरू सर्वे संतु निरामया :
सर्वे व भद्राणि पश्यंतु मा कश्चित दुखभाग्भवेत"

जो बदलाव आप दुनिया मे देखना चाहते है
वह पहले स्वयं मे लाये।
~ महात्मा गाँधी

अनुवाद एवं पारिभाषिक शब्दावली

संतोश कुमार साकेत, एल.डी.सी.

अनुवाद में पारिभाषिक शब्दावली की विशेष भूमिका रहती है । क्योंकि किसी विषय विशेष का अनुवाद करते समय पारिभाषिक शब्दावली की सहायता लेनी पड़ती है । पारिभाषिक शब्दावली के बिना उस विषय के शब्दों के प्रयोग के बिना उस विषय–विशेष का बोधगम्य नहीं होता है ।

पारिभाषिक शब्द अंग्रेजी के टेकनीकल शब्द का पर्याय है । कोश ग्रंथों के अनुसार टेकनीकल का अर्थ of a particular Art(Science) Craft or about Art अर्थात विशिष्ट कला, विज्ञान, शिल्प अथवा कल विषयक होता है । इसका अर्थ यह हुआ कि पारिभाषिक शब्द वह है जो किसी ज्ञान–विज्ञान के विषय विशेष क्षेत्र में एक विशिष्ट तथा सुनिश्चित अर्थ के बोध के लिए प्रयोग किया जाता है ।

शब्द दो प्रकार के होते हैं सामान्य एवं विशेष शब्द । सामान्य शब्द की कोई सीमा नहीं होती है किंतु विशेष शब्द की एक सीमा होती है जिसका प्रयोग विषय विशेष के प्रयोग के लिए किया जाता है । उदाहरणस्वरूप अंग्रेजी के एक शब्द मोटिव को लिया जाए । मोटिव का सामान्य अर्थ ध्येय माना जाता है किंतु विषय–विशेष अर्थात कला के क्षेत्र में मोटिव का अभिप्राय विष्यवस्तु होता है । इस प्रकार पारिभाषिक शब्दावली से तात्पर्य यह होता है कि जो शब्द मानविकी, कल्ला–संगीत, समाज शास्त्र, कृषि, चिकित्सा आदि से संबंधित क्षेत्रों में विषय विशेष के अर्थ को सुनिश्चित करने के लिए प्रयोग किए जाते हैं ।

संविधान की धारा 351 में भारत की सामाजिक संस्कृति को ध्यान में रखते हुए आठवीं अनुसूचि में विनिर्दिष्ट भारत की अन्य भाषाओं के प्रयुक्त रूप, शैली और पदों का आत्मसात करते हुए, जहां आवश्यक या वांचनीय हो वाहं उनके शब्द भंडार के लिए मुख्यत : संस्कृत और गौणतरू अन्य भाषाओं के शब्द ग्रहण करते हुए उसकी समृद्धि सुनिश्चित करें ।

संविधान की इन धाराओं के अनुसार ही पारिभाषिक शब्दावली का निर्माण भी आवश्यक है । भाषा वैज्ञानिक ने स्वीकार भी किया है कि भारत की समस्त भाषाओं में आर्यकुल की भाषाओं के अतिरिक्त द्रविड भाषाओं एवं बोलियों में संस्कृत मूल के शब्द विद्यमान हैं । इसलिए संस्कृत आधारित शब्द लगभग सभी भारतीय भाषाओं को स्वीकार्य है । उदाहरणस्वरूप पानी एवं तेजाब को देखा जाए । पानी के लिए जल एवं तेजाब के लिए अम्ल सभी भारतीय भाषाओं में स्वीकार्य है ।

पारिभाषिक शब्दावली की आवश्यकता विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी के विकास के साथ–साथ उसकी तकनीकी शब्दावली के लिए जिसकी आवश्यकता प्रयोजनमूलक भाषाओं के लिए चाहे वह बंगला, मराठी, गुजराती आदि क्यों न हों, अनुभव की गई । फलस्वरूप हिन्दी में प्रशासन, विधि, विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी से संबंधित पारिभाषिक शब्दावली का निर्माण एवं प्रचलन हुआ ।

पारिभाषिक शब्दों की अपनी एक स्वतंत्र सत्ता होती है । हिन्दी भाषा मूल संस्कृत होने के कारण, उसमें संस्कृत के पारिभाषिक शब्दों का बाहुल्य है । आज के भूमंडलीकरण के युग में संपूर्ण विश्व एक छत के नीचे आने के लिए प्रयासरत है । इसलिए भारतीय भाषाओं को विशेषकर हिन्दी को इस भूमंडलीकरण के युग में अपने को उसके समकक्ष प्रस्तुत करने की आवश्यकता है । भारतीय आर्य भाषाओं के मूल संस्कृत में यह क्षमता है । उसके पास विषय विशेष के लिए अपने शब्द भी निर्धारित हैं किंतु हम लोग अपनी अदूरदर्शिता के कारण इसके प्रयोग से हिचकते हैं । पश्चिमी भाषाओं के अनुकरण पर अपनी भाषाओं शब्द ढूढने का प्रयास करते हैं । फलस्वरूप कभी–कभी इसका रूपांतरण करते समय अर्थ का अनर्थ कर बैठते हैं । क्लिष्ट एवं दुर्बोध्य शब्दों का प्रयोग करके वाक्य को बोधगम्य से दूर ले जाते हैं । उदाहरणस्वरूप इस शब्द को लिया जा सकता है – अंग्रेजी का शब्द रोसोर्स पर्सन है जो मानविकी एवं समाज विज्ञान के क्षेत्र में हिन्दी में इसका प्रयोग हम मार्गदर्शक अथवा विषय–विशेष के लिए करते हैं । किंतु हमारे यहां इसके लिए निपुण / सुविज्ञ शब्द हैं जो रिसोर्स पर्सन का समानार्थक है ।

सामान्यत : विशेषज्ञ से यह अभिप्राय लिया जाता है जो किसी विषय–विशेष में दक्षता रखता हो । किंतु अंग्रेजी में इसका पर्यावाची शब्द स्पेशलिस्ट है । इस

स्पेशलिस्ट का अर्थ सामान्यत : चिकित्सा विज्ञान के किसी रोग या औषध के क्षेत्र में दक्षता प्राप्त व्यक्ति का बोधक है ।

भारतीय भाषाओं मे पारिभाषिक शब्दावली को हम संस्कृत के शब्दों के माध्यम से समानता ला सकते हैं । क्योंकि संस्कृत में ये शब्द उपलब्ध हैं । अंग्रेजी का एक शब्द **Election** है । इसका प्रचलित अर्थ हिन्दी में चुनाव है । अन्य भाषाओं में इसके लिए अलग–अलग शब्द हैं किंतु चुनाव शब्द के बदले निर्वाचन शब्द प्रयोग करते हैं तब वह सभी भाषाओं से मिलती है । चुनाव शब्द का आगे विकास नहीं हो सकता है किंतु निर्वाचन शब्द से बहुत से शब्द का निर्माण हो सकता है । उदाहरणस्वरूप प्रस्तुत है :

निर्वाचन	–	Election
निर्वाचक	–	Elector
निर्वाचकीय	–	Electoral
निर्वाचित	–	Elected
निर्वाचन सूची	–	Electoral Roll
निर्वाचन समिति	–	Election Committee
निर्वाचन आयोग	–	Election Commission

इस प्रकार एक ऐसी पारिभाषिक शब्दावली की आवश्यकता है जो राष्ट्र के निर्माण एवं विकास में भाषा सेतु का कार्य करे । अंग्रेजी के पास शब्द भंडार सीमित हैं। अंग्रेजी में एक ही शब्द विभिन्न अर्थों के द्योतक होते हैं । अंग्रेजी का अत्यंत ही लोकप्रिय शब्द है **Uncle** जिसका प्रयोग काका, मामा, सभी के लिए करते हैं । किंतु भारतीय भाषा विशेषकर काका शब्द पिताजी के भाई एवं मामा माँ के भाई का बोध कराता है । इसी प्रकार अंग्रेजी का एक शब्द मीट है जिसका अर्थ भेंट, मुलाकात है ।

इसी मीट शब्द के साथ पदह जोड देने पर मीटिंग कर देने पर इसका अर्थ बैठक हो जाता है । यही नहीं किसी सोगोष्ठी / सम्मेलन के लिए मीट शब्द का प्रयोग करते हैं । उदाहरणस्वरूप **Poet meet / Writer meet** को लें । किंतु हिन्दी में दोनों के लिए अलग–अलग शब्द हैं । उदाहरणस्वरूप **Poet meet** के लिए कवि संगोष्ठी एवं **Writer meet** के लिए लेखक सम्मेलन प्रचलित है ।

छुई-मुई के पौधे के हैं कई औषधीय गुण

नमिता कुमारी सिंहा, एल.डी.सी.

छुई–मुई के पौधे के औषधीय गुणों के बारे में बहुत कम लोग ही जानते है । इसका पौधा कई समस्याओं जैसे आंखों के काले घरे, आंतों के घाव, कब्ज, शारीरिक कमजोरी, नकसीर, नपुंसकता, नेत्र रोग, मधुमेह रोग, टॉन्सिल्स, पेट के कीड़े, पेट दर्द, फोड़े / फुंसी, बदहजमी, बवासीर, डायबिटीज को दूर करने में किया जाता है । जानते हैं इसके फायदे :–

डायबिटीज : मधुमेह के रोगियों को छुई–मुई का काढ़ा पिला सकते है । इससे काफी आराम मिलता है । इसे बनाने के लिए इसकी 100 ग्राम पत्तियों को 300 मिली, पानी में डालकर काढ़ा बनाएं और रोगी को दे ।

शारीरिक कमजोरी : तीन इलायची, तीन ग्राम छुई–मुई की जड़, तीन ग्राम सेमल की छाल को अच्छे से पीस लें । इसे एक गिलास दूध में मिलाकर रोजाना रात को सोने से पहले पीने से पुरूषों में शारीरिक कमजोरी दूर होती है ।

भरते घाव : यदि किसी को घाव हो जाए तो छुई–मुई की जड़ का 2 ग्राम चूर्ण दिन में तीन बार गुनगुने पानी के साथ पीने से घाव जल्दी भरते लगता हैं ।

टॉन्सिल की समस्या : टॉन्सिल की समस्या होने पर छुई–मुई की पत्तियों को पीस कर दिन में दो बार गले पर लगाने से राहत मिलती है ।

ताली बजाने से घटता मोटापा, बढ़ाती इम्यूनिटी

ए.साई किशन, चार्जमैन

कई शोधों से पता चला है कि ताली बजाना सेहत के लिए फायदेमंद होता है । साथ ही कई रोगों का भी इससे इलाज संभव है । ताली सबसे सरल उपयोगी प्रक्रिया (सहज योग) है । यदि प्रतिदिन नियमित रूप से कम–से–कम एक या दो मिनट भी तालियां एक्सरसाइज के रूप में बजाई जाएं तो शरीर को फायदा होता है ।

ऐसा करने से रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है । साथ ही ताली बजाने से शारीर में विद्यमान श्वेत कणों को शक्ति मिलती है । विज्ञान की दृष्टि से देखा जाए तो हमारी हथेलियों में शरीर की सभी आंतरिक उत्सार्जन से जुड़े पाटर्स और बिंदू होते हैं । ऐसे में ताली बजाने के दौरान जब इन पर दवाब पड़ता है तो ये एक्टिव होकर अपना काम शुरू कर देते हैं । ऐसी स्थिति में वात, पित्त, कफ तीनों नियंत्रित होते हैं । इसके अलावा शरीर की अतिरिक्त चर्बी भी घटने लगती है । जिससे मोटापा नियंत्रित होता है और व्यक्ति खुद को फिट फील करता है ।

जीवनशैली में बदलाव जरूरी : विशेषज्ञ बताते है कि ताली बजाने का फायदा आपको मिले, इसके लिए कुछ खास बातों को भी ध्यान में रखने की जरूरत होती है । जैसे शराब, सिगरेट, गुटका, सीतल पेय आदि से बचें । ये शरीर में रोगों को बढ़ाने का काम करते है । इसके अलावा जितनी आपकी जीवनशैली प्राकृतिक होगी उतना ही तालियों का लाभ मिलेगा ।

घरेलू नुस्खे जो रखेंगे सामान्य रोगों से दूर

जे.बागीरथी, चार्जमैन

मौसम का बदलाव अक्सर बच्चे से लेकर सभी को प्ररेशान करता है । खासकर गर्मी में शरीर का तापमान बढ़ने और खानपान का ध्यान न रखने से कब्ज, अपच की दिक्कत बढ़ जाती है । जानते है जोधपुर के वैद्य बंकटलाल पारीक से कुचा उपयोगी घरेलु आयुर्वेदिक नुस्खों के बारे में :–

गर्म दूध में थोड़ी सी हल्दी डालकर उबालकर पीने से कब्ज दूर हो जाती है ।
हिचकी आने पर सूखे नीम्बू को जलाकर शहद के साथ चाटें ।
खांसी होने पर अदरक का रस शहद में बराबर मात्रा में मिलाकर सुबह–शाम 2–3 बार लें।
राई का चूर्ण जोड़ो पर मलने से गठिया रोगी का दर्द भी कम हो सकता है ।
अदरक का रस शहद में मिलाकर दांत पर लगाने से दर्द दूर हो जाता है ।
पीपल के पत्तों का रस शहद के साथ सुबह–शाम लेने से जुकाम दूर होता है ।
जल जाने पर घाव पर कच्चा आलू पीसकर लगाएं, आराम होगा ।
पेटदर्द होने पर अजवाइन के साथ थोड़ा मीठा सोडा लेने से आराम होगा ।
मुंहासे होने पर रात को सोते समय कालीमिर्च पीसकर लगाएं ।

हफ्ते में 1–2 बार बालों को दही या छाछ से धोने से बालों के साथ–साथ जड़ को भी मजबूती मिलेगी ।

नीम की कोमल पत्तियां पीसकर फेटने से उसमें झाग बढ़ेगे । इसे शरीर पर लगाने से जलन की समस्या दूर होगी ।

यदि मोच आई हो तो नारियल की गिरी को महीम पीसकर चौथाई भाग में हल्दी का चूर्ण मिलाएं, पोटली बनाकर आग पर गरम कर मोच पर इससे सिकाई करें । रात को सोते समय इस पोटली को हल्का गरम बांधे ।

करते रहें शरीर का डिटॉक्सिफिकेशन

अमरजीत श्रीवास्तव, चार्जमैन

शरीर से जहर समान विषैली गंदगी को निकालना यानी डिटॉक्सिफिकेशन करने को निराविषिकरण करना कहा जाता है । समय–समय पर शरीर का शुद्धीकरण होना बेहद जरूरी माना जाता है ।

विष के प्रमुख स्रोत : भोजन, पानी, वातावरण, ब्यूटी केयर और पर्सनल केयर प्रोडकट्स एवं तनाव और नकारात्मक सोच । क्यों जरूरत है शुद्धता की : आधुनिक उद्योगों से जहरीले रसायनों में इजाफा, वातावरण में प्रदूषण व कीटनाशक, घर के सामान और पर्सनल केयर आइटम्स में जहरीले रसायन, विष का शरीर में जमा होना ।

डिटॉक्सिफिकेशन करने वाले अंग रू 7 ऐसे प्रमुख अंग है जो हर तरह के कचरे को साफ करते है और शरीर से बाहर निकालने मेजं मदद करते है । लिम्फिक सिस्टम, त्वचा, फेफड़े, लीवर, किडनी, खून एवं कोलोन ।

शरीर शुद्ध रहे तो क्या है फायदे : तन की सेहत रोग प्रतिरोध मजबूत ऊर्जा के स्तर में बढ़ोतरी पाचन किया अच्छी होती है । खून साफ रहता है और शरीर के हर अंग, हर कोशिका को जरूरी पोषण मिलता है । मन की सेहत नींद अच्छी आती है । मस्तिष्क की क्षमता बढ़ती है और कामों में मन लगता है । जीवन की सेहत आहार में सुधार फिजीकल एक्टिविटीज बढ़ती है ।

नेचुरली करें डिटॉक्सिफिकेशनरू शरीर से जहरीले कचरे को निकालना उतना ही जरूरी है जितना की अच्छा आहार लेना । डिटॉक्सिफिकेशन के लिए दवाइयों और क्विक–फिक्स उपायों की जगह कुदरती तरीके अपानाएं तो सभी का भला होता है ।

कुछ उपाय : ना कहना सीखें हर एक नकली चीज को, कृतिम रसायनों से बनी चीजों को और लुभावने प्रलोभनों को । ध्यान करें मन का कचरा निकलेगा, एकाग्रता बढ़ेगी और आप तन से अच्छी तरह जुड पाएंगे । बातें करें वा लिखें अपनी समस्याओं और परेशानियों को बातचीत करके या लिखकर सुलझाएं तो मन में कचरा नहीं बढ़ेगा। ग्रीन टी पीएं शरीर को शुद्ध करने के लिए जापानियों की तरह ग्रीन टी को अपनी दिनचर्या का अहम हिस्सा बनाएं ।

दूध की चाय की बजाय ग्रीन टी पीएं और दूसरों को भी पिलाएं । 30 मिनट सेहत के नाम हर रोज कम से कम 30 मिनट एक्सरसाइज जरूर करें । रूप कोई भी हो आपको करना जरूरी है । बुरी आदतों से तौबा करें संयम, संकल्प और कोशिश करके सिगरेट, शराब और रिफाइंड शुगर खाने जैसी बुरी आदतों को छोड़ी जा सकती है ।

एक बार पूरे मन से कोशिश तो कीजिए । लीवर, किडनी का रखें खास खयाल ऐसी कुदरती चीजों का उपयोग बढ़ाएं जो लीवर और किडनी की सफाई के साथ उन्हें एक्टिव बनाए रखने में मदद करती है जैसे,मौसमी फल, नींबू, अदरक, लहसून, दही, छाछ आदि ।

खाने में बढ़ाएं रेशों की मात्रा अच्छे पाचन के लिए और शरीर से कचरे को बाहर करने रेशों यानी फाइबर्स से भरपूर फल, सब्जियां और सूखे मेवे जरूर लें । जैसे – केला बादाम, पालक, हर तरह की फलियां आदि ।

शाकाहार से किडनी रहेगी हरदम खुश

एम.प्रजिता, चार्जमैन

कैंसर और दिल की बीमारी के बाद किडनी में खराबी तीसरी सबसे बढ़ी जानलेवा बीमारी बनती जा रही है । एन.जी.ओ. ' द नेशनल किडनी फाउंडेशन ओफ इंडिया ' से जुड़े विशेषज्ञों ने अध्ययन के बाद यह खुलासा कि है कि भारत में किडनी संबंधी बीमारियों के मरीज काफी तादाद में बढ़ रहे हैं । आंकड़े बताते हैं कि भारत में सालाना करीब 90 हजार किडनी ट्रांसप्लांट करने को जरूरत पड़ती है ।

शाकाहारी बनो : एक नए शोध में पाया गया है कि अगर शाकाहारी भोजन किया जाए तो किडनी से संबंधित कई बीमारियों से निजात पाई जा सकती है । इंडियाना विश्वविद्यालय की शेरोन मोई और उनके टीम द्वारा किए गए एक अध्यय्न में शाकाहार और मांसाहार भोजन के प्रभावों पर गौर कर पाया कि जो लोग शाकाहार पर रहे उनकी तुलना में मांसाहारी लोगों के मूत्र में अधिक फास्फोरस पाया गया । हृदय संबंधी बीमारियों में भी शाकाहारियों को ज्यादा फायदा देखने को मिला है ।

किडनी हैल्दी रहेगी ताजे फल–सब्जी और कम वसा वाले पदार्थ खाएं । धूम्रपान और शराब सेवन से बचें । नियमित व्यायाम करें । मोटापा और अधिक वजन न बढ़ने दें । खाने में नमक की मात्रा घटाएं । रक्तदाब और कॉलेस्ट्रोल नियंत्रित रखें । दर्द निवारक दवाइयों का ज्यादा इस्तेमाल ना करें और पानी भरपूर पीएं ।

भारत जी20 प्रेसीडेंसी

बिन्दु सुरेश, ओ.एस.

G20 INDIA: भारत का मानना है कि छोटे–छोटे गरीब और अल्पविकसित देशों की बातें अक्सर अनसुनी कर दी जाती हैं। भारत G20 की प्राथमिकताओं को तय करने में कम विकसित देशों की राय और हितों को भी जगह देगा ।

भारत दुनिया का नया सिरमौर बनने की राह पर है। दुनिया की पांचवी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था भारत हाल के वर्षों में बड़ी वैश्विक शक्ति के रूप में उभरा है। वो बिना किसी लाग–लपेट के वैश्विक जिम्मेदारियों को निभाने के लिए भी पूरी तरह से तैयार है। भारत में हर बड़े मुद्दे पर वैश्विक बिखराव को सामूहिक सहयोग में बदलने की क्षमता है। अगले एक साल तक भारत दुनिया के सबसे ताकतवर आर्थिक समूह G20 की अगुवाई करेगा।

G20 समूह की अध्यक्षता संभालते ही प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने पूरी दुनिया के लिए स्पष्ट संदेश दे दिया है। उन्होंने कहा है कि भारत दुनिया में एकता की सार्वभौमिक भावना को बढ़ावा देने के लिए काम करेगा। भारत 'एक पृथ्वी, एक परिवार, एक भविष्य' के मंत्र के साथ आगे बढ़ेगा। इस मंत्र के साथ ही भारत ने अपने इरादे जता दिए हैं कि वो दुनिया की अगुवाई करने के लिए पूरी तरह से तैयार है।

बाली घोषणापत्र में दिखा भारत का दम –

15–16 नवंबर को इंडोनेशिया के बाली में हुए G20 के 17वें शिखर सम्मेलन में भारत ने मजबूती के साथ हर मुद्दे पर अपनी बात रखी। इस शिखर सम्मेलन में दुनिया के शीर्ष नेताओं ने यूक्रेन में रूस के युद्ध की निंदा करते हुए जो साझा बयान जारी किया, उसमें एक वाक्य था कि आज का युग युद्ध का युग नहीं है। ये वही वाक्य है जिसे भारत ने दो महीने पहले ही कह दिया था।

उज्बेकिस्तान के समरकंद में सितंबर में हुए शंघाई सहयोग संगठन (SCO) के शिखर सम्मेलन के दौरान भारतीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने रूस के राष्ट्रपति

व्लादिमीर पुतिन से कहा था कि आज का युग युद्ध का नहीं है। प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने इसी भावना को बाली के G20 के सम्मेलन में भी दोहराया था।

उन्होंने कहा था कि हमें यूक्रेन में युद्ध विराम और कूटनीति के रास्ते पर लौटने का रास्ता खोजना होगा। उनकी इस भावना को दुनिया के शीर्ष नेताओं ने G20 के ऑफिशियल दस्तावेज में जगह दी। इससे जाहिर होता है कि चाहे मुद्दा कोई भी हो, हालात कितने भी मुश्किल हों, समाधान के लिए दुनिया की नजर भारत पर जरूर टिकी होती है।

G20 को मजबूत संगठन बनाने पर जोर

भारत ने हमेशा ही G20 को एक मजबूत संगठन बनाने और सदस्य देशों के बीच आर्थिक के साथ ही मानवीय सहयोग बढ़ाने पर जोर दिया है। 2018 में अर्जेंटीना की राजधानी ब्यूनस आयर्स में हुए G20 के 13वें सम्मेलन में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने पुरजोर तरीके से कहा था कि पूरी दुनिया के हित में है कि वैश्विक अर्थव्यवस्था, टिकाऊ विकास, जलवायु परिवर्तन, और भगोड़ा आर्थिक अपराधियों जैसे मुद्दों पर सदस्य देशों के बीच सहयोग बढ़।

सबको साथ लेकर चलने की क्षमता

भारत का हमेशा से मानना रहा है कि दुनिया के शीर्ष ताकतों को सिर्फ अपने बारे में नहीं सोचना चाहिए। आर्थिक रूप से संपन्न देशों को छोटे–छोटे देशों के हितों का भी उतना ही ख्याल रखना होगा। प्रधानमंत्री के एक पृथ्वी, एक परिवार, एक भविष्य का मंत्र इस बात की ओर ही संकेत है।

भारत में वैश्विक विकास को फिर से पटरी पर लाने, खाद्य और ऊर्जा सुरक्षा, पर्यावरण, स्वास्थ्य और डिजिटल परिवर्तन जैसे वैश्विक चिंता के प्रमुख मुद्दों पर दुनिया की अगुवाई करने की क्षमता है। इस पहलू को अब दुनिया की तमाम बड़ी शक्तियां भी स्वीकार करने लगी है।

अंतर्राष्ट्रीय मंचों से प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने बार–बार कहा है भारत "वसुधैव कुटुम्बकम" की भावना से काम करता है, जिसमें छोटे–छोटे देशों के हितों को पूरा करने के लिए समान विकास और साझा भविष्य का संदेश भी निहित है।

क्या हो G20 के भविष्य की दिशा ?

अध्यक्षता ग्रहण करने के बाद प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने G20 के भविष्य की दिशा भी स्पष्ट कर दी है। उन्होंने कहा है कि क्या जी20 अब भी और आगे बढ़ सकता है? क्या हम समूची मानवता के कल्याण के लिए मानसिकता में मूलभूत बदलाव ला सकते हैं। भारत की ये सोच ही बताती है कि वो सिर्फ चुनिंदा देशों को लेकर चलने वाला नहीं है। उसके लिए पूरी मानवता महत्वपूर्ण है।

टकराव और संघर्ष मानवता के लिए खतरा

भारत का मानना है कि आज हमारे पास दुनिया के सभी लोगों की बुनियादी जरूरतों को पूरा करने के लिए पर्याप्त उत्पादन के साधन हैं। ये भारत की आशावादी सोच को दर्शाता है। टकराव और संघर्ष को मानवता के लिए खतरा बताते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा है कि मौजूदा दौर में हमें अपने अस्तित्व के लिए लड़ने की जरूरत नहीं है।

भारत ने अपनी विदेश नीति के जरिए हमेशा ही ये संदेश दिया है कि आज दुनिया जलवायु परिवर्तन, आतंकवाद और महामारी जैसी जिन सबसे बड़ी चुनौतियों का सामना कर रही है। उनका समाधान आपस में लड़कर नहीं बल्कि मिलकर काम करके ही निकाला जा सकता है। G20 की अध्यक्षता के स्वहव और थीम का अनावरण करते हुए 8 नवंबर को ही प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने इस समूह के प्रति भारत की सोच को दुनिया के सामने रख दिया था। इस मौके पर उन्होंने कहा था कि G20 शिखर सम्मेलन सिर्फ राजनियक बैठक नहीं है। भारत इसे एक नई जिम्मेदारी और दुनिया के भरोसे के तौर पर लेता है।

विकासशील देशों की आवाज है भारत

भारत के पास सबसे मजबूत लोकतंत्र, डायवर्सिटी, इंडीजीनस अप्रोच, इंक्लूसिव सोच, लोकल लाइफस्टाइल, ग्लोबल थॉट है और दुनिया इन्हीं आइडियाज में अपनी सभी चुनौतियों का समाधान देख रही है। भारत विकसित देशों से तो मजबूत रिश्ते रखता ही है, विकासशील देशों के हितों को भी अच्छी तरह से समझता है। भारत अपने ग्लोबल साउथ के सभी दोस्तों के दु:ख–दर्द को समझते हुए उनकी मदद

के लिए हमेशा आगे रहता है। ग्लोबल साउथ का इस्तेमाल विकासशील और कम विकसित लैटिन अमेरिकी, एशियाई, अफ्रीकी और ओशियानिया क्षेत्र के देशों के लिए किया जाता है।

भारत हमेशा इस बात को उठाते रहा है कि दुनिया की बड़ी आर्थिक शक्तियों ने अपने हितों के लिए इन देशों की अनदेखी की है। 'एक पृथ्वी, एक परिवार, एक भविष्य' के मंत्र के जरिए भारत इन देशों को भी समानता के धरातल पर लेकर चलने की बात करता है।

'फर्स्ट वर्ल्ड या थर्ड वर्ल्ड नहीं, सिर्फ वन वर्ल्ड'

प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने भी बार–बार इस बात को दुनिया के सामने रखा है कि विश्व में कोई भी फर्स्ट वर्ल्ड या थर्ड वर्ल्ड नहीं हो, सिर्फ और सिर्फ वन वर्ल्ड हो। इसी नजरिए से भारत... वन सन, वन वर्ल्ड, वन ग्रिड के मंत्र के साथ विश्व में रिन्यूएबल एनर्जी में रिवोल्यूशन लाने की अगुवाई कर रहा है।

रूस–यूक्रेन युद्ध में बन सकता है शांतिदूत

अगले कुछ दिनों में रूस–यूक्रेन के जारी बीच युद्ध के 10 महीने हो जाएंगे। इन दोनों ही देशों की ओर से पीछे हटने के कोई संकेत नहीं मिल रहे हैं। इस युद्ध से कच्चे तेल और गैस की कीमतों में तेजी से इजाफा हो रहा है। इस वजह से दुनिया पर आर्थिक मंदी का खतरा भी बढ़ते जा रहा है। रूस, अमेरिका समेत कई पश्चिमी देशों की सख्त चेतावनी और पाबंदी के बावजूद अपने रुख पर अड़ा है।

ऐसे में युद्ध को खत्म कराने के नजरिए से दुनिया की नजर भारत पर टिकी है। भारत की अनूठी जियो–पॉलिटिकल स्थिति की वजह से ये उम्मीद और बढ़ गई है। भारत ऐसा देश है जो पश्चिम और रूस दोनों के करीब है। G20 की अध्यक्षता मिलने के बाद इस मसले पर भारत दुनिया के सामने ज्यादा प्रभावी भूमिका निभाने की स्थिति में है। आर्थिक महाशक्तियों के साथ ही विदेश मामलों के ज्यादातर जानकारों का भी मानना है कि रूस और पश्चिमी देशों के बीच खाई पाटने की क्षमता सिर्फ भारत में ही है। G20 में भारत का बढ़ता प्रभाव भी इसके पीछे एक महत्वपूर्ण कारण है।

वैश्विक एजेंडे को तय करेगा भारत

भारत रूस और पश्चिमी देशों के साथ अपने संबंधों में बेहद ही कूटनीतिक तरीके से संतुलन बनाकर चल रहा है। भारत की विदेश नीति वैश्विक मंच पर नेतृत्व की भूमिका निभाने के लिए विकसित हो रही है।

G20 की अध्यक्षता भारत के लिए वैश्विक एजेंडा तय करने के नजरिए से अगुवा बनने का एक अनूठा मौका है। दुनिया में जबरदस्त उथल–पुथल मची है, ऐसे दौर में भारत G20 की अध्यक्षता की जिम्मेदारी निभाने जा रहा है। भारत के पास बड़ी सोच और बेहतर नतीजे देने की कला है। लंबे वक्त से दुनिया के अधिकांश देश भारत से वैश्विक चुनौतियों से निपटने में पहल की आस में हैं।

क्या है G20 और क्यों पड़ी जरुरत

G20 दुनिया का सबसे ताकतवर आर्थिक समूह है। यह यूरोपीय संघ और दुनिया की 19 बड़ी अर्थव्यवस्थाओं का समूह है । यह समूह अंतर्राष्ट्रीय आर्थिक मुद्दों पर वैश्विक सोच को आकार देने और मजबूत बनाने का काम करता है।

एशियाई वित्तीय संकट के बाद 1999 में G20 की स्थापना की गई थी। शुरुआत में ये वैश्विक आर्थिक और वित्तीय मुद्दों पर चर्चा करने के लिए वित्त मंत्रियों और केंद्रीय बैंक के गवर्नरों के लिए एक मंच था। इसकी पहली बैठक दिसंबर, 1999 में बर्लिन में हुई।

2008 में G20 का हुआ अपग्रेडेशन

2007 के वैश्विक आर्थिक और वित्तीय संकट को ध्यान में रख कर इस मंच को अपग्रेड किया गया। 2008 से इस समूह का वार्षिक शिखर वार्ता आयोजित होने लगा जिसमें सदस्य देशों के राष्ट्राध्यक्ष या सरकारी प्रमुख शामिल होने लगे। नवंबर 2008 में अमेरिका की राजधानी वाशिंगटन डीसी में G20 देशों के राष्ट्राध्यक्षों की पहली शिखर वार्ता हुई। उसके बाद से अब तक बाली को मिलाकर 17 शिखर वार्ता का आयोजन हो चुका है। G20 का 18वां शिखर वार्ता अगले साल सितंबर में दिल्ली में होना है।

क्यों इतना महत्वपूर्ण है G20 का मंच

दुनिया की सभी बड़ी आर्थिक शक्तियां **G20** के सदस्य हैं। वैश्विक जीडीपी में जी20 का हिस्सा करीब 85 प्रतिशत है। वैश्विक व्यापार में इस समूह का योगदान 75 फीसदी से भी ज्यादा है। मानव संसाधन के नजरिए से भी ये बेहद महत्वपूर्ण है। इस समूह के सदस्य देशों में विश्व की कुल आबादी का 67 प्रतिशत हिस्सा रहता है। यही सारे देश वैश्विक अर्थव्यवस्था की दिशा और दशा तय करते हैं. हम कह सकते हैं कि The Group of Twenty यानी **G20** अंतर्राष्ट्रीय आर्थिक सहयोग का सबसे महत्वपूर्ण और ताकतवर मंच है। इसमें विकसित देश भी हैं और विकासशील देश भी। अंतर्राष्ट्रीय वित्तीय संरचना में सुधार के साथ ही ये समूह वैश्विक वित्तीय संकट को टालने के उपाय खोजता है।

कौन–कौन देश हैं G20 के सदस्य

जी20 के सदस्यों में यूरोपीय संघ के अलावा 19 देश शामिल हैं। **G20** में उत्तर अमेरिका से कनाडा, मेक्सिको और संयुक्त राज्य अमेरिका है। दक्षिण अमेरिका अर्जेंटीना और ब्राजील शामिल हैं। अफ्रीका महाद्वीप से दक्षिण अफ्रीका है। पूर्व एशिया से तीन देश चीन, जापान और दक्षिण कोरिया शामिल हैं। दक्षिण एशिया से भारत और दक्षिण–पूर्व एशिया से इंडोनेशिया शामिल हैं। वहीं मध्य–पूर्व एशिया से सऊदी अरब शामिल हैं। यूरेशिया से रूस और तुर्की के अलावा यूरोप से फ्रांस, जर्मनी, इटली और यूनाइटेड किंगडम इसके सदस्य हैं। ओशियानिया से ऑस्ट्रेलिया **G20** का सदस्य है। इनके अलावा यूरोपीय संघ भी इसका सदस्य है।

मिल्लेट का अंतर्राष्ट्रीय वर्ष 2023

सीमा संतोश, ओ.एस.

अंतर्राष्ट्रीय मिल्लेट वर्ष 2023, मिल्लेट के पोषण और स्वास्थ्य लाभों और प्रतिकूल और बदलती जलवायु परिस्थितियों में खेती के लिए उनकी उपयुक्तता के बारे में जागरूकता बढ़ाने और नीतिगत ध्यान देने का एक अवसर होगा । यह वर्ष उत्पादकों और उपभोक्ताओं के लिए नए स्थायी बाजार अवसर प्रदान करने की उनकी क्षमता को उजागर करते हुए मिल्लेट के स्थायी उत्पादन को भी बढ़ावा देगा।

मिल्लेट उपभोग के पोषण और स्वास्थ्य लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और नीतिगत ध्यान देना, प्रतिकूल और बदलती जलवायु परिस्थितियों में खेती के लिए मिल्लेट की उपयुक्तता, वैश्विक स्तर पर किसानों और उपभोक्ताओं को लाभ पहुंचाने के लिए बाजरा के लिए काम करने वाले कई देशों के लिए सतत और अभिनव बाजार के अवसर पैदा करना।

अंतर्राष्ट्रीय मिल्लेट वर्ष 2023 को किसानों, युवाओं और नागरिक समाज जैसे विभिन्न हितधारकों के बीच बाजरा में रुचि बढ़ाने और सरकारों और नीति निर्माताओं को इन अनाजों के उत्पादन और व्यापार को प्राथमिकता देने के लिए प्रेरित करने की उम्मीद है।

मिल्लेट में अनाज का एक विविध समूह शामिल है जिसमें मोती, प्रोसो, फॉक्सटेल, बार्नयार्ड, लिटिल, कोडो, ब्राउनटॉप, फिंगर और गिनी बाजरा, साथ ही फोनियो, सोरघम (या ग्रेट बाजरा), और टेफ शामिल हैं। मिल्लेट अफ्रीका और एशिया के लाखों लोगों के लिए पोषण का एक महत्वपूर्ण स्रोत हैं।

वे स्वदेशी लोगों की संस्कृति और परंपराओं में गहराई से निहित हैं और उन क्षेत्रों में खाद्य सुरक्षा की गारंटी देने में मदद करते हैं जहां वे सांस्कृतिक रूप से प्रासंगिक हैं। भारत, नाइजीरिया और चीन दुनिया में मिल्लेट के सबसे बड़े उत्पादक हैं, जो वैश्विक उत्पादन का 55% से अधिक हैं।

मिल्लेट का महत्व

मिल्लेट न्यूनतम इनपुट के साथ शुष्क भूमि पर उग सकता है और जलवायु में परिवर्तन के प्रति लचीला है। इसलिए वे देशों के लिए आत्मनिर्भरता बढ़ाने और आयातित अनाज पर निर्भरता कम करने के लिए एक आदर्श समाधान हैं । छोटे किसानों को सशक्त बनाने, सतत विकास हासिल करने, भूख को खत्म करने, जलवायु परिवर्तन के अनुकूल होने, जैव विविधता को बढ़ावा देने और कृषि–खाद्य प्रणालियों को बदलने के हमारे सामूहिक प्रयासों में मिल्लेट एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है और योगदान दे सकता है। अधिक मिल्लेट उत्पादन छोटे किसानों की आजीविका का समर्थन कर सकता है और महिलाओं और युवाओं के लिए अच्छी नौकरियां प्रदान कर सकता है । सृजित राजस्व आर्थिक विकास को बढ़ावा दे सकता है। मिल्लेट के साथ एक स्वस्थ अनाज विकल्प की संभावना के साथ, उत्पादन के झटके से जुड़े जोखिमों को कम किया जा सकता है। मिल्लेट में मानव शरीर के लिए आवश्यक विभिन्न पोषक तत्व और खनिज शामिल हैं, इसलिए इसका सेवन बढ़ाने से भारत और दुनिया भर में लोगों के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद मिलेगी। मिल्लेट में पाया जाने वाला आहार फाइबर रक्तचाप और शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद करता है। मिल्लेट रोग/कीटों के खिलाफ प्रतिरोधी फसल है और रोग और कीट प्रबंधन के नियंत्रण के लिए तिलहन और दलहन में जाल फसलों के रूप में भी उगाया जाता है। इसलिए, उन्हें रसायनों, उर्वरकों और कीटनाशकों के लिए कम समर्थन की आवश्यकता होती है। भले ही कोविड के बाद से बाजरे की लोकप्रियता में वृद्धि हुई है, लेकिन अभी भी एक लंबा रास्ता तय करना बाकी है। अपनी खपत बढ़ाने और भविष्य की मांग को पूरा करने के लिए बाजरा का अधिक उत्पादन किया जाना चाहिए।

अंतर्राष्ट्रीय मिल्लेट वर्ष के लिए भारत

सिंधु घाटी सभ्यता के दौरान इसकी खपत के कई प्रमाणों के साथ मिल्लेट भारत में पालतू बनाई जाने वाली पहली फसलों में से एक थी। वर्तमान में 130 से अधिक देशों में उगाया जाने वाला मिल्लेट एशिया और अफ्रीका के आधे अरब से अधिक लोगों के लिए पारंपरिक भोजन माना जाता है। भारत में, बाजरा मुख्य रूप से एक खरीफ फसल है, जिसमें अन्य समान खाद्य पदार्थों की तुलना में कम पानी और कृषि इनपुट की आवश्यकता होती है। भारत आम तौर पर ज्ञात सभी नौ बाजरा का उत्पादन करता है और दुनिया में बाजरा का सबसे बड़ा उत्पादक और पांचवां सबसे

बड़ा निर्यातक है। राजस्थान, उत्तर प्रदेश, हरियाणा, गुजरात, मध्य प्रदेश, महाराष्ट्र, कर्नाटक, तमिलनाडु, आंध्र प्रदेश और तेलंगाना प्रमुख बाजरा उत्पादक राज्य हैं।

हरित क्रांति से पहले, मिल्लेट सभी खेती वाले अनाज का लगभग 40 प्रतिशत था, जो पिछले कुछ वर्षों में घटकर लगभग 20 प्रतिशत रह गया है। मिल्लेट आजीविका उत्पन्न करने, किसानों की आय बढ़ाने और दुनिया भर में खाद्य और पोषण सुरक्षा सुनिश्चित करने की अपनी विशाल क्षमता के कारण महत्वपूर्ण है। मिल्लेट की विशाल क्षमता को पहचानते हुए, जो संयुक्त राष्ट्र के कई सतत विकास लक्ष्यों (एसडीजी) के अनुरूप भी है, भारत सरकार ने बाजरा को प्राथमिकता दी है।

अप्रैल 2018 में, मिल्लेट को "न्यूट्री अनाज" के रूप में पुनः ब्रांड किया गया, जिसके बाद वर्ष 2018 को बड़े पैमाने पर प्रचार और मांग सृजन के उद्देश्य से बाजरा का राष्ट्रीय वर्ष घोषित किया गया । कृषि एवं किसान कल्याण विभाग ने इस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए एक सक्रिय बहु–हितधारक सहभागिता दृष्टिकोण (केंद्र सरकार के सभी मंत्रालयों, राज्यों/केंद्रशासित प्रदेशों, किसानों, स्टार्ट–अप, निर्यातकों, खुदरा व्यवसायों, होटलों, भारतीय दूतावासों को शामिल करते हुए) अंतर्राष्ट्रीय मिल्लेट वर्ष 2023 और भारतीय मिल्लेट को वैश्विक स्तर पर ले जाना अपनाया है ।

गणतंत्र दिवस समारोह 2022 की झलकियां

दिनांक 21.05.2022 को एच.वी.एफ. आवडी में माननीय संसदीय राजभाषा समिति द्वारा राजभाषा निरीक्षण बैठक की झलकियां

एच.वी.एफ. आवडी में माननीय रक्षा संबंधी संसदीय स्थायी समिति की बैठक की झलकियां

स्वतंत्रता दिवस समारोह 2022

हिन्दी दिवस/पखवाड़ा 2022 की झलकियां

हिन्दी दिवस/पखवाड़ा 2022 की झलकियां

गुणवत्ता माह 2022

हिन्दी कार्यशाला (ग्रुप फोटो)

12–18 अगस्त 2022 के दौरान आयोजित आजादी का अमृत मोहत्सव

आजादी का अमृत मोहत्सव – प्रदर्शनी

ए.वी.एन.एल स्थापना दिवस की झलकियां

प्रशासन भवन

भारी वाहन निर्माणी, आवड़ी, चेन्नै - 600054.

भारी वाहन निर्माणी, आवड़ी, चेन्नै - 600054.

आर्मर्ड व्हीकल्स निगम लिमिटेड की इकाई

HEAVY VEHICLES FACTORY, AVADI, CHENNAI - 600054.

A UNIT OF ARMOURED VEHICLES NIGAM LIMITED