<table>
<thead>
<tr>
<th>पता : रेलवे बोर्ड, नये दिल्ली केन्द्र, नई दिल्ली-110001.</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Email : <a href="mailto:dol@rb.railnet.gov.in">dol@rb.railnet.gov.in</a></td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>संरक्षक</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>वि.के. यादव</td>
</tr>
<tr>
<td>अध्यक्ष, रेलवे बोर्ड</td>
</tr>
<tr>
<td>मनोज पाण्डे</td>
</tr>
<tr>
<td>सदस्य कार्यकारी</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>प्रबंधन संपादक</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>एस.पी. माही</td>
</tr>
<tr>
<td>कार्यपालक निदेशक, स्था.(आर)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>संपादक</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>डॉ. ब्रह्म कुमार</td>
</tr>
<tr>
<td>निदेशक, राजभाषा</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>उप संपादक</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>नीरू पटनी</td>
</tr>
<tr>
<td>संयुक्त निदेशक, राजभाषा</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>सह संपादक</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>संस्थान समस्या समिति</td>
</tr>
<tr>
<td>उप निदेशक, राजभाषा</td>
</tr>
<tr>
<td>मो. सादिर अली हसन सिद्धिकी</td>
</tr>
<tr>
<td>वरिष्ठ. अनुवाद अधिकारी</td>
</tr>
</tbody>
</table>
अटल विबारी वाजपेयी जी भारत के 10वें परमंत्री थे। उन्होंने 16 मई से 1 जून 1996 तक, तथा फिर 19 मार्च 1998 से 22 मई 2004 तक भारत के प्रधानमंत्री रहे। उन्होंने 19 जून से 1 जून 1996 तक, तथा फिर 19 मार्च 1998 से 22 मई 2004 तक भारत के प्रधानमंत्री रहे। वे हिंदी कवि, पत्रकार व एक प्रखर बल्क्ष्य थे। वे भारतीय जनसंघ के संस्थापकों में एक थे, और 1968 से 1973 तक उसके अध्यक्ष भी रहे। उन्होंने अपने लम्बे समय तक राष्ट्रपति, पारंपरिक और वैराजुन्य आदि राष्ट्रीय भावना से ओत-परोत अनेक पत्र-पत्रिकाओं का संपादन भी किया।

वह चार दशकों से भारतीय संसद के सदस्य थे और लोकसभा, निबंध सदन से दस बार और दो बार राज्य सभा, ऊपरी सदन में चुने गए थे। उन्होंने 2009 तक (उत्तर प्रदेश) लखनऊ के लिए संसद सदस्य के रूप में कार्य किया। उन्होंने 2005 से वे राजनीति से संन्यास ले चुके थे और उन्होंने दिल्ली में 6-ए कुष्मांडन मार्ग राजस्थान से समर्पित करने का प्रयास स्वीकार किया।

अटल विबारी वाजपेयी जी भारत के 10वें परमंत्री थे। उन्होंने 24 दलों के गठबंधन से सरकार बनाई थी जिसमें 81 संशोधक थे। 2005 से वे राजनीति से संन्यास ले चुके थे और नई दिल्ली में 6-ए कुष्मांडन मार्ग राजस्थान से समर्पित करने का प्रयास स्वीकार किया।

अटल विबारी वाजपेयी जी भारत के 10वें परमंत्री थे। उन्होंने 24 दलों के गठबंधन से सरकार बनाई थी जिसमें 81 संशोधक थे। 2005 से वे राजनीति से संन्यास ले चुके थे और नई दिल्ली में 6-ए कुष्मांडन मार्ग राजस्थान से समर्पित करने का प्रयास स्वीकार किया।

आराध्यक की जीवन

उत्तर प्रदेश में आगरा जनपद के प्राचीन स्थान बटेर में बौद्ध विश्वासी विष्णु वाजपेयी भारत रत्न राष्ट्र राय विवाहित रहने के संकल्प ले चुके थे। उन्होंने 2009 तक (उत्तर प्रदेश) लखनऊ के लिए संसद सदस्य के रूप में कार्य किया। उन्होंने 2005 से वे राजनीति से संन्यास ले चुके थे और नई दिल्ली में 6-ए कुष्मांडन मार्ग राजस्थान से समर्पित करने का प्रयास स्वीकार किया।
छात्र जीवन से वे राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ के स्वयं सेवक बने और तभी से राष्ट्रीय स्तर की बाद-बिवाद प्रतियोगिताओं में भाग लेते रहे।

कानपुर के डीएवी कॉलेज से राजनीति शाखा में एम.-एच.-डी. की परीक्षा प्रथम थेरी में उपर्युष की। उसके बाद उन्होंने अपने पिताजी के साथ-साथ कानपुर में ही एल॰एल॰बी॰ की पढ़ाई भी प्रारंभ की लेकिन उसे बीच में ही बिराम देकर पूरी निश्चित से संघ के कार्य में जुट गये। डॉ॰ श्यामा पर्साद मुख्य और पिण्डत दीनदयाल उपाध्याय के निर्देशन में राजनीति का सीख तो पढ़ा ही, साथ-साथ पांडुर्जन, राष्ट्रीय, दैनिक स्वदेश और बीसी-पितर के समपादन का कार्य भी कुशलता-पूर्वक करते रहे।

सर्वत्र रायपुर की विकास के लिए किए गए योगदान तथा असाधारण कार्यों के लिए 2015 में उन्हें भारत रत्न से सम्मानित किया गया।

राजनीतिक जीवन

वह भारतीय जनसंघ की स्थापना करने वाले में से एक थे और सन 1938 से 1973 तक वह उसके राष्ट्रीय अध्यक्ष भी रहे थे। सन 1952 में उन्होंने पहली बार लोकसभा चुनाव लड़ा, परन्तु सफलता नहीं मिली। लेकिन उन्होंने हिस्सा नहीं हारी और सन 1957 में बलरामपुर (जिला गोण्डा, उत्तर प्रदेश) से जनसंघ के प्रारंभी के रूप में विजयी होकर लोकसभा में पहुँचे। सन 1957 से 1977 तक जनता पार्टी की स्थापना तक के दौरान तक लगातार जनसंघ के संसदीय दल का नेता रहे। राजनीतिक दल लीग के नेतृत्व में निगमन के आयाम छुए। सन 2004 में कार्यकाल पूरा होने से पहले वह भारतीय जनता पार्टी के नेतृत्व बाले राष्ट्रीय जनतात्मक गठबन्धन (एन॰डी॰ए॰) ने वाजपेयी के नेतृत्व में चुनाव लड़ने और भारत उदय (अंग्रेजी में इण्डिया शाइनिंग) का नाम दिया। इस चुनाव में किसी भी पार्टी को बहुमत नहीं मिला।

बाजपेयी अपने पूरे जीवन अविवाहित रहे। उन्होंने लंबे समय से दीर्घ प्रति जनसंघ की स्थापना करने वाले और बी-एच-डी कॉलेज की बैठक निमित्ता भट्टवर्तन की दल के पत्रकार के रूप में स्वीकार किया।

बजपेयी अपने पूरे जीवन अविवाहित रहे। उन्होंने लंबे समय से दीर्घ प्रति जनसंघ की स्थापना करने वाले और बी-एच-डी कॉलेज की बैठक निमित्ता भट्टवर्तन की दल के पत्रकार के रूप में स्वीकार किया।
अटल बिहारी वाजपेयी राजनीतिज्ञ होने के साथ-साथ एक कवि भी थे। मेरी इक्यावन किवताएँ अटल जी का पर्वत है। वाजपेयी जी को काव्य रचनाशीलता एवं रसावट के गुण बिश्वास में मिले हैं। उनके पिता कृष्ण बिहारी वाजपेयी ने विश्वास में अपने समय के जाने-माने कवि थे। वे प्रभुपाद और खड़ी बोली में काव्य रचना करते थे। पारिवारिक वातावरण साहित्यिक एवं काव्यमय होने के कारण उनकी रचनाएँ काव्य रक्त-रस अनबत घूमता रही हैं। उनकी संरचनागत कविता ताजमहल थी। इसमें बंगार रस के प्रस्तुत न चढ़कर "एक शहीद ने बनाया हुआ ताजमहल, हम गरीबों की मोहब्बत का उड़ाया है मजाक" की तरह उनका भी ध्यान ताजमहल के बारे में बोलने के लिए उनकी रचना है। उनका ध्यान ताजमहल के कारीगरों के कारण पर ही गया। वास्तव में कोई भी कवि हृदय कभी कविता से बंचत नहीं रह सकता।

अटल जी ने किशोर वय में ही एक अद्भुत कविता लिखी थी - "हिन्दू तन-मन हिन्दू जीवन, रंग-रंग हिन्दू मेरा परिचय", जिसमें यह पता चलता है कि वंचित ही हुआ है। उनका ध्यान ताजमहल के कारीगरों के कारण पर ही गया। वास्तव में कोई भी कवि हृदय कभी कविता से बंचत नहीं रह सकता।

राजनीति के साथ-साथ समझि एवं राष्ट्र के प्रति उनकी दृष्टि संवेदनशीलता आदर्शपात्र प्रकट होती है। उनके संरचनामय जीवन, परिवर्तनशील परिस्थितियों, राष्ट्रवादी आन्दोलन, जेल-जीवन आदि अनेक आयामों के प्रभाव एवं अनुभूति ने काव्य में सदेव ही अभिव्यक्ति पायी। विभिन्न गज़ल गायक जगजीत सिंह ने अटल जी की शुमिदा कविताओं को संगीतवाद करके एक एल्बम भी निकाला था।

उनकी कुछ प्रमुख प्रकाशित रचनाएँ

- रग-रग हिन्दू मेरा परिचय
- मृत्यु या हत्या
- अमर बलदान
  (लोक सभा में अटल जी के वक्तव्यों का संग्रह)
- कृष्ण जीवन की कुंडलियाँ
- संसद में तीन दशक
- अमर आग है
- कुछ लेख: कुछ भाषण
- सेक्युलर वाद
- राजनीति की रपटीली राहें
- बिन्दु बिन्दु निबंध, हत्यादि
- मेरी इक्यावन किवताएँ

पुरस्कार

- 1992: पद्म विभूषण
- 1993: डी लिट
  (कानपुर विधानसभा)
- 1994: लोकमान्य तिलक पुरस्कार
- 1994: शर्मा सारंद पुरस्कार
- 1994: भारत रत चंद्र गोविंद बलभ पंत पुरस्कार
- 2015: डी लिट
  (मध्य प्रदेश भोज मुक्त विधानसभा)
- 2015: 'फ्रैंड्स ऑफ बांग्लादेश निवर्तन वार अवॉर्ड', (बांग्लादेश सरकार द्वारा प्रदत्त)
- 2015: भारतरत्न से सम्मानित
अटल बिहारी वाजपेयी की कविताएं

उस रोज़ दिवाली होती है

उस रोज़ दिवाली होती है, जब मन में हो मौज-बहाराओं की, 
चमकाए छमक सितारों की, जब खुशियों के शुभ घेरे हों 
तन्हाई में भी मेले हो आनंद की आभा होती है, 
उस रोज़ दिवाली होती है।।

जब प्रेम के दीपक जलते हों, सपने जब सच में बदलते हों, 
मन में हो मधुरता भावों की, जब लहकों फसल में चावों की, 
उत्साह की आभा होती है, 
उस रोज़ दिवाली होती है।।

जब तन-मन-जीवन सज जाए, सद्दाम के बाजे बज जाएं, 
महकाए बुड़ बुड़ खुशियों की, सुमकाए चंदनिया सुधियों की, 
तुम की आभा होती है, 
उस रोज़ दिवाली होती है।।

कदम मिलाकर चलना होगा....

बाधाएं आती हैं आएं, विरोध प्रलय की घर घटाएं, 
पावॅं जब सींच धंगे, निज जारों में हंसते-हंसते, आग लगाकर जलना होगा......
कदम मिलाकर चलना होगा.

उस रोज़ दिवाली होती है जब प्रेम के दीपक जलते हों, सपने जब सच में बदलते हों, 
मन में हो मधुरता भावों की, जब लहकों फसल में चावों की, 
उत्साह की आभा होती है, 
उस रोज़ दिवाली होती है।।

कदम मिलाकर चलना होगा.
भारत हमारा देश - पावन, सुहावन और मनभावन। अनादिकाल से बैदिक काल होते हुए अब तक इस देश में ऋषियों, महिष्यों, मुख्यरीयों एवं विभिन्न कालजयी मनमिथियों द्वारा ईमानदारी, त्याग और परोपकार हेतु अपना सर्वेक्ष्य न्योद्धार करने वाले तक कि अपने प्राणों की आहुति देने जैसे अनेकानेक कथानक हमारे समय मुख्यत्व उभरकर आते हैं। ईमानदारी और निष्ठा देश की रग-रग में और हर मिट्टी की बुखार में बनी है। शूर-वीर, समर्थ और योद्धाओं द्वारा ईमानदारी, न्यायप्रीति और निष्ठा का निर्भरता करते हुए सब कुछ जानने हुए भी देश और मातृभूमि की गरिमा की बरकरार रखने के लिए ईमान की बेटी पर स्वयं वाले बनवाने वाले भारतवंशयों से इतिहास भरा पड़ा है। जिस तरह है कि ईमानदारी और कर्तव्यपरायणता हमारे देश की नैसिगक पर्कृति है जो कालान्तर में कुछ बाह्‍य व्यभिचार और धोखाधड़ी आकर्षणों तथा बिखियों द्वारा संयं लगाने से प्रतिकृत हो गई सी प्रतीत होती है।

निःस्वार्थ और निष्काम भाव से जिम्मेदारियों का निर्भरता ही ईमानदारी का न्याय है और इसे रोजमर्रा की क्रिया-प्रणाली में उतार लेना ही जीवन धार्मिक है। ईमानदारी की सीख माता-पिता से शुरू होकर शिष्यों और अन्य ईमानदार व अनुक्रमणिय व्यक्तियों के माध्यम से प्राप्त होती है। सत्यनिष्ठा एक आंतरिक और स्वाभाविक गुण है जिसके प्रभाव से व्यक्ति परिवार में, व्यवसाय में, कार्य-क्षेत्र में, समाज में और राष्ट्रीय स्तर पर समृद्धि रहता है। यह देश भक्ति की भावना में आत-प्रोट और सामाजिक सदृश्य में अभिमूल होता है।

हमें पद, योग्यता और बढ़तन की परवाह किए बिना स्वच्छ चरित्र का परिचय देना चाहिए और इस जीवन में धारण करना चाहिए। यह सुख-शक्ति और अमन-चैन की सही मायने में कुंजी है। इतिहास काशी है कि महाभारत व रामायण काल से हर चाणक्य और अशोक जैसे महान प्रतापी हिस्तयों से लेकर न्यूटन, आइंस्टीन, अब्राहम लिंकन, लाल बहादूर शाही, महात्मा गांधी, लियो टोलस्टोय, मारिन लूथर किंग जैसे महान हिस्तयों ने ईमानदारी साथ मानवता को समिपत अपना जीवन अपनित कर दिया और इस समुदायों को दुनिया कभी भुला नहीं पाएगी।

ईमानदारी जीवन को सरल, बोझमुक्त और समाज में जीने का मूलतंत्र सिखाती है। यह आत्मविश्वास, सहलशक्ति, विनम्र परिस्थितियों में जूझने की असीम ध्रुवता देती है जिसे कोई वीमारी, थकान, निराशा, अवसाद, चिंता या मानसिक तनाव काबा नहीं पहुंच सकता। ईमानदार व्यक्ति चरित्रवान, विश्वासपात्र और नैतिकता बिखिय करता है और उसकी संपूर्ण क्रिया-प्रणाली एक चुरु निताब की तरह होती है।
जिस दिन व्यक्ति के जीवन में वह पड़ी आ जाए, जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में सफलता उसके कदम चुमेंगी, समाज का उत्थान होगा और समस्या और गुण निर्माण होगा। ईमानदारी ईश्वर का अमूल्य उपहार है जो हर मुश्किल का सामना करने की शक्ति देता है और प्रतिष्ठा से जीने का हक देता है। व्यक्ति के समाज और राज्य को अच्छी विशेषता है जो अभयता से जुड़ा हुआ है और उसकी सफलता को सोपान है।

अतिरिक्त संगठन के अनुसार “ईमानदारी सबर्शर्ेनीति है” अथात् ईमानदारी जीवन में सफलता प्राप्त के लिए सबसे अच्छा उपकरण है। एक अच्छे नागरिक के लिए समाज, परिवार और अधिकारीय स्तर पर भी इसे सुटका और टिकाऊ रखने के लिए रीढ़ की तूफान जो संयीत है जो बिनासित समाज व राज्य के निर्माण के लिए आवश्यक है। मूलतः ईमानदारी असीमित सुख-शान्ति और आनंद का घोर है जिसमें व्यक्ति में आत्म-संतुष्टि, आत्म-सम्मान और आत्मविश्वास का उत्पन्न होती है। यह समाज सत्य है कि उन्हें संघ तो, महात्मा देश तथा सक्षम के अक्षर तक सभी ईमानदार व्यक्ति को ही अपनाया जाता है। ईमानदारी से मुख्य तत्परता है कि कभी भी किसी तरह कोई अनुसंधान नहीं करने की तबता का परिलक्षण कर देता। यह हमें अद्वैत और असीमित ईश्वरीय शक्ति प्रदान करता है जिससे हमारे आचरण और चरित्र को ऐसा संवर भिजता है कि जीवन सुरक्षित और बेहतर बन जाता है।

व्यक्ति के साथ-साथ परिवार, समाज और राज्य का विकास होता है। अन्तर संस्कारों का द्वार खुल जाता है और प्रगति का मार्ग प्रशस्त होता है। ईमानदारी व्यक्ति को अन्तर्निकता का सीमांकन को शोध कर मन और आस्था के बीच संतुलन कायम करता है। ईमानदारी की तुलना में अनन्त उच्चता, दयालुता तथा क्योंकि अंतर्निकता तुच्छ और मानसिक शक्ति निभे ईमानदारी से ही प्राप्त हो सकती है। ईमानदारी से अलौकिक उद्योग का संचार होता है।

इतिहास गवाह है कि हमारे देश में समृद्धिता का सदृस्य मिसाल पेश किया है और परिवर्तनस्वरूप हमारी संस्कृति को सर्वोपरि रहनेवाला गाँव प्राप्त है। हमारी इतिहास, विचारधारा और संस्कारों में ईमानदारी और निष्ठा कृत-कृत कर भी हैं तथापि अनप्राप्त संस्कार और स्वार्थभक्ति से गति बादाम में उत्पन्न किया जा रहा है। हमारे पूरे सामाजिक परिवेश और मानसिक दृष्टि का ढांचा कर दिया जाता है।

संस्कारवाचक क्षण इस कृतिका को सत्य के लिए समूल उपाधि प्रदान कर और अपने देश के निष्कासन नागरिक की गरीबार्थी च्यूक को पुनर्निर्मीत करने के लिए हम पूर्णतः प्रतिकृत हैं।

रेलवे में साधन सत्यिनद्रा की शुरुआत हो चुकी है जिसके तहत कार्य-संस्कृति को बेहतर, पारदर्शी, सार्वजनिक सूचनाओं का विकटोरीकरण, उपमानक्ताओं के लिए सृजनात्मक प्रभाव किया-प्रणाली तंत्र में रेलवे रचना और सदाचरण शामिल हैं।
सावर्जिनक जीवन में नैतिकता, ईमानदारी और सत्यविष्ठ जैसे विषयों को प्रथम पंक्ति में रखा गया है। सभी अधिकारियों और कर्मचारियों को सही आचरण और सत्यविष्ठ का अनुपालन करते हुए नीती और सावर्जिनक जीवन में उच्च मानक स्थापित करने और नैतिकता के निर्वहन के साथ-साथ जनता में भी जागरूकता फैलाने का दायित्व सौंपा गया है।

- शशि मोहन पाण्डेय
कार्यालय निदेशक/सतर्कता (ईंजी.)

ज्ञान धारा – लघु बौद्ध कथा

एक बार भगवान बुद्ध से उनके शिष्य आनंद ने पूछा- 'भगवान्! जब आप प्रवचन देते हैं तो सुनने वाले नीचे बैठते हैं और आप ऊंचे आसन पर बैठते हैं, ऐसा क्यों?' भगवान बुद्ध बोले- 'ये बताओ कि पानी झरने के ऊपर खड़े होकर पिया जाता है या नीचे जाकर?' आनंद ने उत्तर दिया- 'झरने का पानी ऊंचाई से गिरता है. अतः उसके नीचे जाकर ही पानी पिया जा सकता है.' भगवान बुद्ध ने कहा- 'तो फिर यदि प्यास को संतुष्ट करना है तो झरने को ऊंचाई से ही बना होगा न?' आनंद ने 'हां मैं उत्तर दिया.' यह सुनकर भगवान बुद्ध बोले- 'आनंद! ठीक इसी तरह यदि तुम्हें किसी से कुछ पाना है तो स्वयं को नीचे लाकर ही प्राप्त कर सकते हो और तुम्हें देने के लिए दाता को भी ऊपर खड़ा होना होगा. यदि तुम समर्पण के लिए तैयार हो तो तुम एक ऐसे सागर में बदल जाओगे, जो ज्ञान की सभी धाराओं को अपने में समेट लेता है.'
दिनांक 16-09-2019 को आयोजित रेलवे बोर्ड राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 135 वीं बैठक के दृश्य

दिनांक 16.9.2019 को रेलवे बोर्ड राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 135 वीं बैठक आयोजित की गई जिसमें रेलवे बोर्ड और उपकर्मों के 56 अधिकारियों ने भाग लिया और बैठक में रेलटेल कार्यालय के अधिकारी ने रेलटेल कार्यालय की अपने कार्य संबंधी प्रस्तुति भी दी।

इसके अतिरिक्त ‘ई-राजभाषा’ की पत्रिका के 26वें अंक का विमोचन किया गया और कॉफमो की गृह-पत्रिका “अभिव्यक्ति” प्रवेशांक का विमोचन भी किया गया।

इस दौरान राजभाषा कार्यान्वयन के क्षेत्र में किए गए उल्कृष्ट एवं सराहनीय कार्य के लिए भारतीय रेल राष्ट्रीय अकादमी, बड़ोदरा के महानिदेशक श्री प्रदीप कुमार को कमलापति ट्रिपाठी राजभाषा स्वर्ण पदक तथा रेलवे बोर्ड सहित रेलों/उत्पादन कारखानों आदि के वरिष्ठ प्रशासनिक श्रेणी एवं उनसे ऊपर के स्तर के 30 अन्य अधिकारियों को रेल मंत्री राजभाषा रजत पदक से सम्मानित किया गया।
दिनांक 16-09-2019 को आयोजित रेलवे बोर्ड राजभाषा कार्यन्वयन समिति की 135 वीं बैठक के दृश्य...

ई-राजभाषा वैब पत्रिका के 26 वें अंक का विमोचन

रेलटेल द्वारा पॉवर पॉइंट प्रस्तुति
कॉफमो की गृह पत्रिका ‘अभिव्यक्ति’ के प्रवेशांक का विमोचन

कमलापति शिपाठी स्वर्ण पदक एवं रेलमंत्री राजभाषा रजत पदक पुरस्कार वितरण के दृश्य
कमलापति त्रिपाठी स्वर्ण पदक एवं रेलमंत्री राजभाषा रजत पदक पुरस्कार वितरण के दृश्य
कविता-

आज तक हम हैं कोरे

बो तराने भला क्या लिखेंगे
जो कभी गुनगुनाए नहीं है।

गर्मी उनको क्या महसूस होगी
घुप में जो नहाए नहीं है।

रोये उनके लिए कोई कैसे
उनको रिश्ते ही भाये नहीं हैं।

कोई भ्रमण उन्हें क्या सिखाये
आज तक बो मुस्कराए नहीं है।

बो क्या रोशन करेंगे जहां को
जो कभी खिलमिलाए नहीं हैं।

क्या घटा जख्म का दर्द क्या है
चोट दिल पे जो खाये नहीं हैं।

घात का उनको खतरा हो कैसे
यार जिन्होंने बनाये नहीं हैं।

इसलिए आज तक हम हैं कोरे
आप होली में आये नहीं है।

कैसे सावन में गाये तरबूम
संग सावन बिताए नहीं हैं।

डॉ. विभा खरे
नन्दपुरा, झांसी
उबटन

मौसम में परिवर्तन, तेज़ हवा, धूल/प्रदूषण से लचीन निरंतर प्रभावित होती रहती हैं, ऐसे में उसकी उचित देखभाल न की जाए तो असमय ही चेहरे की लचीन हुरियाँ दाग की शिकार होने लगती हैं। उबटन से लचीन कांपतमय बनती है, तभी तो शादी के 1 माह पहले में ही दुनिया को रोज़ उबटन लगाया जाता रहा है। उबटन के प्रयोग से लचीन में नमी व नमक बनी रहती है, वह मूत लचीन को हटा कर लचीन को नई ताजगी प्रदान करता है। उबटन के प्रयोग से लचीन का रंग-संचार सुचार होने लगता है, क्योंकि इसके उतारने में लचीन की मालिश/मसाज हो जाती है और चेहरे के रंग में निखार आता है। ज्यादातर उबटनों में हल्दी का प्रयोग किया जाता है, अतः लचीन, कई रोगों से बची रहती है।

अनेक लाख होने के बावजूद, उबटन का प्रयोग हमेशा अपनी लचीन के अनुरूप ही करना चाहिए। सूखी लचीन के लिए कभी खाँड़े फल जैसे नींबू और संतरे का रस प्रयोग नहीं करना चाहिए। विशेष ध्यान देने वाली बात है कि उबटन के लिए इस्तेमाल की जाने वाली सामग्री, आप की लचीन के अनुकूल हो, ताकि आपको किसी एलवोल का सामना ना करना पडे। साथ ही जब उबटन को स्क्रूब करें, तो हलके हाथों से करें, ताकि के साथ उबटन को से छुड़ाए। ऐसा करने में लचीन क्षतिग्रस्त हो सकती है, उस पर शैक्ष पड़ सकते हैं। हलके हाथों से गोलाई में बुझाते हुए उबटन को उतारना चाहिए।

विभिन्न प्रकार के चरूलू उबटन बनाने की विधि:-

1. केले का उबटन बनाने की विधि - एक केला लेकर उसका गुड़ अच्छी तरह मसाल कर लिस्टिसिमा बनाकर उसमें दो चमच गुलाब जल, दो बुंदों हल्दी, बस-बस तथा चार बुंद जिलमरना मिलाकर एक साफ शीशी में भर कर रख लें। आपकी लचीन सूखी हो, तो मेकअप करने से पहले चेहरे पर कीम की कर लंगर लमारित करें। सूख जाने पर गुलाबी पानी से भिजा लें। यह फेस पैक सात दिनों तक बनाकर रखा जा सकता है। यदि चेहरे/खुराक होने की आशंका हो तो गुलाब जल और मिला लेना चाहिए।

2. आलू का उबटन बनाने की विधि - यदि आपके चेहरे पर चेहरे या झाड़ियों के दाग या जाल आदि हों तो आलू पीसकर, तीन बुंद जिलमरना, सिकाका, गुलाब का अर्क मिलाकर फेस पैक बना लें। इसे तीन मिनट तक चेहरे पर अंधकार तथा मसाल-मसाल कर लगाएं। यह चेहरे के रंगों तथा झाड़ियों से चमकावर्क रूप में सूक्ष्म दिला सकता है। इसे कुछ दिन धैर्यपूर्वक लगातार प्रयोग करना चाहिए।
मुलातानी मिट्टी से उबटन बनाने की विधि - मुलातानी मिट्टी का एक टुकड़ा लेकर उसे बहत ही बारिक पीस कर पाउडर के समान बना लें। अब इस पाउडर में इतना पानी मिलाएंकि इस पाउडर की लुम्बी (पेस्ट) बन जाए। अब  
दो पेस्ट को चेहरे पर लगायें। फिर गुलाम ने पानी से धो लें। यह जिवा मसाह में दो बार की 
जाए तो चेहरे पर ताजगी बनी रहेगी।

4. मसूर की दाल से उबटन बनाने की विधि - मसूर की दाल रात को भिजो कर सुबह बारिक पीस कर, इसमें एक छोटा चम्मच दही (पेस्ट कर) मिलाकर, चेहरे पर लगायें। सूखने पर गुलाम ने धो लें।

5. सोयाबीन और मसूर की दाल प्रत्येक 3-3 चम्मच, रात को पानी में भिजों दें। सुबह काढ़ू दो दृश्य में पीसकर चेहरे पर लगायें। चेहरा चमक उठेगा।

6. मसूर की दाल धी में भूकर तथा रात कर रख लीजिए। सबसे-शाम एक चम्मच दाल और दो चम्मच दृश्य मिलाकर चेहरे पर लगायें। चेहरा ठोड़े ही दिनों में सुन्दर एवं कोमल हो जाएगा।

7. धूकी ही मसूर की दाल लवा के रोम-रोम में रात हुई संस्कृती को साफ करने में सहाय होती है। धूकी-सी मसूर की 
दाल, गुलाब की सुंडी पंखूडियां और चन्दन का चूरा भर चूरा, दृश्य में (रातभर) पानी में पेस्ट कर चेहरे पर हल्के-हल्के हाथ से अच्छी तरह लगायें, और नतीजे पर उसे छुड़ा लें। इसके बाद घर पर लाए भर तक हल्की 
धूप में चेहरे को रखें। बाद में गुलाम ने पानी से धो डालें। इसमें गर्मी में लवा को ठंडा पड़ने वाली है।

8. मुस्लिम से उबटन बनाने की विधि - ताजा मुस्लिम के टुकड़े पीसे लें। इसे निवाह कर कपड़े से ढाल कर रस निकाल लें। 
इस रस में वरादार का मक्खन मिला लें, लीस्का तैयार है। नहा लें। पहले रोजा चेहरे पर इस लीस्का का लेप 
कीजिए। जल्दी ही आपकी लवा में निवाह आ जाएगा।

9. चावल से उबटन बनाने की विधि - चावल का आदा लेकर तोई बनाएं। इसमें एक छोटी चन्दन का पेस्ट, एक 
चूरा चन्दनी पीसी ही हल्की, दो चम्मच दूध जल डालकर सुबह अच्छी तरह पेस्ट कर गांठे के बाद, आधा घंटे के लिए धूप में 
रख दें। मेकअप करने से आधा ढंग चाहे चेहरे पर लगायें और अच्छी तरह मसाले रहें। 
बाद में हल्के गुलाम ने पानीसे 
धोकर अच्छी तरह मेकअप कर लें चेहरे को सौनते ही इतने छल्ले ही छल्ले उभरेगा।

10. पपीते का उबटन बनाने की विधि - पपीते के बाद रामचरण तत्त्व लवा की तैयार परत को हटाएं में सब्में 
है। अच्छी तरह पके हुए पपीते का गुड लेकर अच्छी तरह पेस्ट बना लें, 15 मिनट तक गुडे का पेस्ट चेहरे पर 
मसाल कर कुछ देर। बाद गुलाम ने पानी से धो लें। यदि लवा रूपी हो तो पपीते के गूंडे में गुलाम जल, चन्दन का 
बुरादा तथा हल्दी मिलाकर उबटन बना लें। इसको बाद में ठंडे पानी से धो डालें चाहिए।
11. गाजर से उबटन बनाने की विधि - गाजर को पीसकर उसका रस निचिह्न लें या रस निकालकर उसमें चन्दन का बुराया, गुलाब जल तथा बेसन मिलाकर पेस्ट बना लें। इसको चेहरे पर अच्छी तरह लगाकर मसलें चाहिए। सादे पानी में धो लें।

12. सेव का उबटन - सेव का थोड़ा-सा गुड़ लेकर उसमें बेसन, चन्दन का पाउडर, हल्दी मिलाकर पेस्ट बना लें। इसको चेहरे पर हल्के-हल्के हाथों से लगाकर मालिश करनी चाहिए। खुरियाँ, मुंहामों और दांत आदि छुड़ाने के लिए इसका प्रयोग काफी लाभकर रहता है।

13. दाज-गन्धियों के लिए पैक - एक बड़े चम्मच बेसन में आधा चम्मच हल्दी, दो चम्मच संतरे के छिलकों का पिसा हुआ पाउडर, एक चम्मच दूध और एक चम्मच गुलाब जल, नींबू का रस, एक चम्मच नारंगी का तेल डाल कर अच्छी तरह पेंट लें। चेहरे पर लगाकर सूखने तक लगाये रखें, फिर धो डालें। दो महीने तक, हफ्ते में 3 से 4 बार यह पैक लगाने से हर तरह के दाज, धंसी दूर होने लगते हैं।

14. संतरे के छिलकों से उबटन बनाने की विधि - 100 ग्राम संतरे के छिलकों छाया में सुखा कर महीना पीस लें। इतनी ही मात्र में बाजरा का आटा, 10 ग्राम हल्दी, थोड़ा-सा नींबू का रस-इन सब को एक साथ मिलाकर पानी में आटे की तरह गूंथ लें और इसे चेहरे पर मले।

15. दही से उबटन बनाने की विधि - दही में बेसन मिलाकर चेहरे पर लगा दें, सूखने के बाद डुंठे पानी से धो डालें। लहराए जा रहे कुण्डलिनी का शैवाल उद्भाव (Sunburn) भी दही के प्रयोग से दूर हो जाता है। चेहरे को सफ्क करने के लिए दही या नारंगी का रस मिलाकर प्रयोग किया जायेगा तो यह एक अच्छा चिंजर (चिंजर्जिंग मिल्क) की तरह ही कार्य करता है। दही के प्रयोग से लहराए जा रहे चेहरे में निकाल आता है। मुंहामों के लिए दही में चावल का आटा मिलाकर लगाया जायेगा तो मुंहामे काफी जल्दी ठीक हो जाते हैं।

16. डीप क्लीनिंग मास्क - एक बड़ा चम्मच बने के आटे में थोड़ा-सा दूध मिलाकर इस लेप की चेहरे पर मालिश करें। मालिश करने से लहराए चेहरे के भीतर दूधी दंतों का बाहर आ जाएगी और लबर साफ हो जाएगी। मास्क लगाने के 20 मिनट बाद हुड़ायें। इसके बाद दो धोने तक में तो लगते हैं। मास्क समाप्त में दो बार लगाएं।

प्राकृतिक सामग्री से बने मास्क हानिकारक नहीं होते। मास्क लगाने के बाद चेहरे पर हल्के हाथ से गोल-गोल मालिश करें, इसमें रक्त-संचार बढ़ता है और लबर स्वस्थ, दागरहित व कांतिमय होने लगती है।

सरिता कुकर्जा, सहायक अनुभाग अभिकारी, रेलवे बोर्ड
रेल मंत्रालय (रेलवे बोर्ड) में हिंदी दिवस के उपलक्ष्य में दिनांक 09 सितंबर से 20 सितंबर, 2019 तक आयोजित राजभाषा पखवाड़ा के संबंध में – एक रिपोर्ट

रेल मंत्रालय (रेलवे बोर्ड) में हिंदी दिवस के उपलक्ष्य में दिनांक 09 सितंबर से 20 सितंबर, 2019 तक राजभाषा पखवाड़ा का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया। इस दौरान बोर्ड कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों में राजभाषा के प्रति अभिव्यक्ति उत्पन्न करने के उद्देश्य से विभिन्न कार्यक्रम यथा - हिंदी निबंध प्रतियोगिता, हिंदी वाक्य प्रतियोगिता, हिंदी टिप्पणि एवं प्रारूप लेखन प्रतियोगिता, हिंदी कार्यशालाएं एवं संगोष्ठियाँ तथा अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिता का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया, जिसमें बोर्ड कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों ने बड़-बड़ कर हिस्सा लिया।

हिंदी निबंध प्रतियोगिता:
राजभाषा पखवाड़ा की शुरुआत 09 सितंबर, 2019 को "हिंदी निबंध प्रतियोगिता" के साथ हुई, जिसमें 'जल संरक्षण - आवश्यकता और उपाय' और ‘भारत की तकनीकी प्रगति में रेल की भूमिका’ जैसे विषय हिंदी में निबंध लेखन के लिए रखे गए।
हिन्दी टिप्पण एवं प्रारूप लेखन प्रतियोगिता

इसी कड़ी में, 11 सितंबर, 2019 को "हिन्दी टिप्पण एवं प्रारूप लेखन प्रतियोगिता" का आयोजन किया गया जिसमें बोर्ड कार्यालय के 14 अधिकारियों/कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

हिन्दी वाक्य प्रतियोगिता

12 सितंबर, 2019 को 'हिन्दी फिल्में और भारतीय रेल' तथा 'स्वच्छ रेल - स्वच्छ भारत' जैसे विषयों पर 'हिन्दी वाक्य प्रतियोगिता' का आयोजन किया गया जिसमें बोर्ड कार्यालय के 6 अधिकारियों/कर्मचारियों ने भाग लिया।
हिंदी कार्यशाला

13 सितंबर, 2019 को बोर्ड कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों के लिए "हिंदी कार्यशाला" का आयोजन किया गया जिसमें निदेशक, राजभाषा ने राजभाषा एवं राष्ट्रभाषा तथा अनुवाद आदि के बारे में व्याख्यान दिया।

रेल्वे बोर्ड राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक

16 सितंबर, 2019 को बोर्ड कार्यालय में रेल्वे बोर्ड राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 135 वीं बैठक का आयोजन किया गया।
तकनीकी संगोष्ठी
17 सितंबर, 2019 को बोर्ड कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों के लिए "कम्प्यूटर से संबंधित हिंदी में तकनीकी सुविधाएं" विषय पर हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया गया जिसमें वरिष्ठ पत्रकार एवं कम्प्यूटर विशेषज्ञ डॉ. नारायण दास दास ने बालिका दल के साथ योगदान करते हुए हिंदी कार्यशाला के अधिवेशनों में ही रही अवधारणा को व्याख्या करते हुए कम्प्यूटर से संबंधित विषय पर अपना व्याख्यान दिया एवं भारतीय प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में ही रही अवधारणा को व्याख्या करते हुए कम्प्यूटर से संबंधित विषय पर अपना व्याख्यान दिया।

अंतराशी प्रतियोगिता
18 सितंबर, 2019 को बोर्ड कार्यालय के अधिकारियों/कर्मचारियों के लिए 'अंतराशी प्रतियोगिता' का आयोजन किया गया, जिसमें 15 टीमों ने भाग लिया। इस प्रतियोगिता के माध्यम से हिंदी विषय को बढ़ावा देने के साथ-साथ हिंदी गानों एवं हिंदी दोहाँ के जरिए लोगों में हिंदी भाषा एवं इसके साहित्य में रूचि बढ़ाने का उल्लेखनीय प्रयास किया गया। हॉल में उपस्थित सभी श्रोताओं ने इसकी भर्पूर सराहना की। गानों की पंक्तियों की संस्करण अदायगी के कारण अधिकारियों/कर्मचारियों ने इस कार्यक्रम का भर्पूर आनंद उठाया।
पुरस्कार, वितरण, कवि सम्मेलन एवं समापन

राजभाषा पखवाड़ा-2019 का समापन समारोह 20.09.2019 को रेल भवन के सम्मेलन कक्ष में आयोजित किया गया, जिसमें माननीय सदस्य (कार्यक) श्री मनोज पाण्डे जी मुख्य अतिथि के रूप में पर्यावरण तथा कार्यालय के निदेशक, स्थापना (आर.) श्री एस.पी. माही जी और कई अन्य उच्च अधिकारी भी उपस्थित हुए।

कार्यालय के निदेशक, स्थापना (आर.) श्री एस.पी. माही जी ने अपने स्वागत संबोधन में कहा कि भारतीय रेल हिंदी के प्रयोग-प्रसार के लिए सदैव सजग रही है और इसका प्रयोग भारतीय रेल के हर क्षेत्र में देखने को मिलता है, जो स्टेशन पर लोग बोर्ड हों, उड़ानपत्रें रखें हों, आरक्षण चार्ट हों या फिर पदनाम बैज हों। राजभाषा के प्रयोग-प्रसार को बढ़ाने के कार्यक्रम पूरे वर्ष चलते रहते हैं लेकिन 'राजभाषा पखवाड़ा' मनाना हमारे लिए उत्सव से कम नहीं है।

तत्काल माननीय सदस्य (कार्यक) श्री मनोज पाण्डे जी ने बिभिन्न प्रतियोगिताओं के पुरस्कार विजेताओं का प्रमाण-पत्र तथा नकद पुरस्कार प्रदान किए। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि भारतीय रेल और हिंदी का संबंध अद्वित है। जिस तरह भारतीय रेल देश के विभिन्न प्रांतों को जोड़ती है, ठीक वैसे ही हिंदी ने देश के क्षेत्रों को जोड़ने में अपनी अहम भूमिका निभाई है। भारतीय रेल हिंदी के प्रयोग-प्रसार के लिए सजग है और निरंतर सजग रहेगी।

राजभाषा पखवाड़े के समापन समारोह के अवसर पर एक भव्य कवि सम्मेलन का भी आयोजन किया गया, जिसमें श्री महेत गर्ग “बेठड़क”, डॉ. कीति काले, श्री दिनेश बाबरा, डॉ. सुरेश अवस्थी तथा श्री पच्चु आगरी जैसे नामचिन कवियों ने भाग लिया और अपनी कविताओं/रचनाओं के जरिए सम्मेलन कक्ष में उपस्थित थोड़ी अन्य सम्मेलन करके उनका मन मोह लिया।
पुरस्कार वितरण एवं समापन समारोह का संचालन श्रीमती नीरु पटनी, संयुक्त निदेशक, राजभाषा द्वारा किया गया तथा निदेशक, राजभाषा डॉ. वरुण कुमार द्वारा दिए गए धन्यवाद ज्ञापन से राजभाषा पखवाड़ा संपन्न हुआ।

*******
मिलकर देश का नवनिमाण करें

आओ भारतवासी मिलकर देश का नवनिमाण करें
देश का सर हो गवर्नर से ऊंचा यह अपना अरमान करें
पूर्व-पश्चिम उत्तर-दक्षिण में फैली यह मातृभूमि वसुंधरा
मां भारती की संतान सबी होम साड़ा भाग का है सदा पैगाम भरा
संकट के जब जब क्षण है आपने अर्पण अपना शीश किया
बंगाली, गुजराती, बिहारी ना हो भारतीयता का मान करें
आओ भारतवासी मिलकर देश का नवनिमाण करें
देश का सर हो गवर्नर से ऊंचा यह अपना अरमान करें
अनेक भाषाओं का संगम अलग अलग हैं संस्कृतियों
आओ सब पूर्ण मिलकर गुप्तगुप्त का निर्माण करें
आओ भारतवासी मिलकर देश का नवनिमाण करें
देश का सर हो गवर्नर से ऊंचा यह अपना अरमान करें
एक-दूसरे के राज्यों में जाएं माहित्य क्षेत्र का अलख
जलाएँ छायों और संस्कृतियों का आपस में गठबंधन बनाएँ
सींचे और सिँचे हुम हर्ष को और जानवान भर में
भावनात्मक एवं हृदय ऐसे हो ऐसे भंडार कोई ना पावे
आओ भारतवासी मिलकर देश का नवनिमाण करें
देश का सर हो गवर्नर से ऊंचा यह अपना अरमान करें
ऋषय-मुनय की यह धरती समुद्र विरासत से है ये भरा
वैज्ञानिक दृष्टिकोण रहे अपना सामजिक विकास बनाएँ

जन आंदोलन खड़ा हो ऐसा राष्ट्र को जो मजबूत बनाएँ
आओ भारतवासी मिलकर देश का नवनिमाण करें
देश का सर हो गवर्नर से ऊंचा यह अपना अरमान करें
जब समुद्र में हो संगम की बारी अपनी ही पहचान भूलाएँ
संगठित होकर रहें सदा हम संबंधित सम्मान अपनाएँ
संकीर्णता का भाव स्वागत कर भारत को सुशुद्ध बनाएँ
आओ भारतवासी मिलकर देश का नवनिमाण करें
देश का सर हो गवर्नर से ऊंचा यह अपना अरमान करें
बुज़ुर्गों और महिलाओं को भी क्यों न हम सम्मान दिलाएँ
शिक्षित करें बेटियों को और मनोरंजक मुस्कान फैलाएँ
आओ भारतवासी मिलकर देश का नवनिमाण करें
देश का सर हो गवर्नर से ऊंचा यह अपना अरमान करें
कर्मयोगी हों हर युवा हमारा धर्म, कौशल, योग का ऐसी
दिया जलाएँ रोशन कर दे विश्व मानस को और विश्व गुरु भारत फिर
कहलाए

विजय कुमार यादव
कार्य अध्ययन निदेशक
पृथ्वी प्रेमी, रोशनी, जीवन नीति