आरोग्यम् सुख सम्पदा

अंक - 9 वर्ष 2022 (अक्टूबर २०२२-मार्च २०२३)

स्पंदन

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, रायपुर

(केन्द्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार के अधीन स्वायत्त संस्थान)

ALL INDIA INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES, RAIPUR

(An Autonomous Institution under the Ministry of Health and Family Welfare, Govt. of India)

अनुक्रमणिका

क्रमांक	शीर्षक	पृष्ठ
1.	निदेशक की कलम से	3
2.	भविष्य	5
3.	राम ही आराध्य	6
4.	जीवन दर्शन	7
5.	चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं	10
6.	दो विचार	11
7.	इस एक पल में	12
8.	मैं आगे ही बढ़ता जाऊंगा	13
9.	गरीबी का ठौर	14
10.	भ्रष्टाचार	15
11.	मैं धूप में मुरझाया फूल	16
12.	अमरदीप	17
13.	होली	18
14.	काश मैं लड़का होती	19
15.	वो नन्हें कदम आज बढ़ने लगे हैं	20
16.	सपनों का भारत	21
17.	आजादी का अमृत महोत्सव	22
18.	इससे पहले	23
19.	अधूरे हैं ख्वाब	24
20.	बेटियाँ	25

क्रमांक	शीर्षक	पृष्ठ
21.	पापा	26
22.	देश मेरे	27
23.	नन्दलाला	29
24.	नया सवेरा	30
25.	जिंदगी का सफर	31
26.	नारी गौरव गाथा की गान करो	32
27.	नई शुरूआत	33
28.	अभिमान	34
29.	मन के हारे हार है ,मन के जीते जीत	35
26.	पक्षी कलरव : रोचक तथ्य	36
27.	हिंदी प्रशिक्षण कार्यशाला	37
28.	वाक्यांश और अभिव्यक्तियाँ	38

आरोग्यम् सुख सम्पदा

निदेशक की कलम से

'हिंदी उन सभी गुणों से अलंकृत है, जिनके बल वह पर विश्व की साहित्यिक भाषाओं की अगली श्रेणी में सभासीन हो सकती है।'

-मैथिलीशरण गुप्त

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, रायपुर के राजभाषा प्रकोष्ठ की समृद्ध हिंदी ई-पत्रिका 'स्पंदन' के एक और नूतन संस्करण (नवम् अंक) को संस्थान के सभी छात्रों, चिकित्सकों, अधिकारियों एवं कर्मचारियों के मध्य प्रस्तुत करते हुए अपार हर्ष की अनुभूति हो रही है। हिंदी के प्रसिद्ध कवि मैथिलीशरण गुप्त हिंदी भाषा के भारतीय सामासिक संस्कृति में महत्वपूर्ण योगदान के लिए उसका यशोगान करते रहे हैं। हिंदी की सरल और सहजता ने संपूर्ण भारत को एक सूत्र में पिरोया है। हिंदी की बढ़ती उपयोगिता निश्चित रूप से इसके उत्थान का मार्ग प्रशस्त करती है। इसी क्रम में राजभाषा प्रकोष्ठ की 'स्पंदन' पत्रिका का नवीन संस्करण सुलभ रूप से ऑनलाइन, एंड्रॉयड, ई-मेल और एम्स, रायपुर की वेबसाइट के माध्यम से पाठकों के बीच उपलब्ध है।

यह पत्रिका न सिर्फ हिंदी के बढ़ते कार्यालयीन प्रयोग की संवाहक है बल्कि उदीयमान भारत की अनूठी पहचान है। हिंदी की सार्थकता इस बात से ही साबित होती है कि यह विश्व की तीसरी सबसे अधिक बोली जाने वाली भाषा है और लगातार इस भाषा को बोलने वालों की संख्या में वृद्धि हो रही है। भारत उन अग्रणी देशों में सम्मिलित है जिसकी पहचान सामासिक संस्कृति एवं उत्कृष्ट भाषा विविधता के लिए की जाती है। वर्ष 2023 में जी-20 देशों के सम्मलेन की अध्यक्षता हासिल करना भारत के लिए एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है और निश्चित रूप से मैं उम्मीद करता हूं कि इससे हिंदी भाषा की समृद्धि चहुंओर फैलेगी और यह विश्व के विभिन्न देशों के मध्य अपने अस्तित्व को और अधिक मजबूती प्रदान करेगी। 10 जनवरी को विश्व हिंदी दिवस के रूप में मनाना इस बात की सार्थकता एवं सारगर्भिता को अप्रतिम रूप से सिद्ध करता है। गत वर्ष देश में गुजरात राज्य के सूरत में आयोजित द्वितीय राजभाषा सम्मेलन एवं समय-समय पर भारत सरकार द्वारा हिंदी के उत्थान एवं प्रसार की दिशा में इस तरह के वृहत स्तर पर आयोजन करना हिंदी भाषा के सम्मान को बढ़ाता और हम भारतीयों की हिंदी भाषा के प्रति अगाध एवं अनन्य प्रेम को भी परिलक्षित करता है।

इसी क्रम में राजभाषा प्रकोष्ठ, एम्स रायपुर की छमाही ई-पत्रिका 'स्पंदन' का नवम् अंक हिंदी भाषा की उन्नति की दिशा में एक और नई ऊंचाई प्रदान करते हुए आप सभी के समक्ष प्रस्तुत कर रहा हूं। इस अंक में भी आप अनेक रोचक तथा रचनात्मक कृतियों का साहित्यिक रसपान करेंगे एवं स्वयं में आह्लादित महसूस करेंगे। काव्य-रचनाओं की खुशबू एवं मनोरम सौंदर्य निश्चित रूप से आपके मन को न केवल झंकृत कर देगा बल्कि आपके जीवन में नई ऊर्जा का संचार भी करेगा। इस अंक में भी जीवन के वैसे छोटे-बड़े विभिन्न एवं महत्वपूर्ण अनुभवों को स्वरचित काव्य-रूप में संग्रहीत किया गया है जो कि जीवन के मार्ग पर चलते हुए कभी-कभी किसी भावना के रूप में तत्क्षण हमारे मन और मस्तिष्क में अनायास रूप से रच-बस जाते हैं और जिसपर कुछ पंक्तियाँ लिखने से व्यक्ति स्वयं को रोक नहीं पाता है। मुझे पूरी उम्मीद है कि 'स्पंदन' पत्रिका आप सभी के मन को निश्चित रूप से हर्षित एवं प्रफुल्लित करेगी। यह पत्रिका हमारे संस्थान एम्स, रायपुर में राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार एवं कार्यालयीन कार्यों में अप्रत्याशित बढ़ोतरी का सोपान बनेगी।

शुभकामनाओं के साथ
आपका शुभाकांक्षी
प्रो. (डॉ.) नितिन म. नागरकर
निदेशक एवं सीईओ/अध्यक्ष राजभाषा कार्यान्वयन समिति

भविष्य

एक पत्रकार ने खींची
एक बेहद मार्मिक तस्वीर
"कचड़ा बीनते दो बच्चों की"
खूब बटोरी वाह-वाही
जीते पुरस्कार कई।

उनकी रूखी हथेली पर
एक कवि ने लिख डाली
कुछ छह-आठ पंक्तियाँ
क्रांति- पताका हाथ लिए
छा गए हर मंच पर।

दोनों कलाकारों की छवि
कल अखबार में छपी थी।
और आज
वो तस्वीरें, पुरस्कार और कविताएँ
वहीं कचड़े में पड़ी हैं
उन बच्चों के भविष्य के साथ।

-डॉ. शिव मिश्रा 'केदार'
वरिष्ठ रेजीडेंट
रेडियोथैरपी विभाग

राम ही आराध्य

पितृ वचन की खातिर जिसने
महलों को भी त्याग दिया।
राजपाट को सौंप भाई को
वन की ओर प्रवास किया।
वचन निभाने वाले प्रभुवर
मर्यादा पुरुषोत्तम साध्य हैं
राम सत्य हैं, राम सरल हैं
और राम ही आराध्य हैं।
शबरी के जूठे बेर खाने वाले, तुमसे सरल है कौन यहां
मृदुभाषी और परम प्रतापी, तुमसे विरल है कौन यहां।
सृष्टि के रचयिता वो, पर सृष्टि के ही खेल हैं
मनुज और देवता के रूप का वो मेल है।
भूमि, गगन, वायु, अग्नि और जल भगवान हैं
हम में ही कुछ रावण हैं और हम में ही कुछ राम हैं।
राम अविचल, राम अविरल और राम गतिमान हैं
हर रिश्ते में आदर्श संजोये वही रूप श्रीराम है।
सकल आप हैं, सहज आप हैं
शांत, सौम्य भी आप हैं
वीरता के परिचायक होकर भी विनम्र श्री राम हैं।
राम कार्य नेक हैं, राम ही विवेक हैं
सृष्टि से तारने को राम नाम एक है।
राम मुक्ति मार्ग हैं वही तो मोक्ष धाम हैं
राम की कृपा से ही चलें ये चारों धाम हैं।

- आदित्य कुमार शुक्ला
कनिष्ठ प्रशासनिक सहायक
जनसंपर्क कार्यालय

जीवन दर्शन

कुछ बेहतर की तलाश में, मैं रात भर नहीं सोया

रात पहरों का पत्थर था, जिसे पंछी पलकों के परों पर ढ़ोया।

सुबह हुई जब रोज़ की तरह, मेरा माथा चमका ओस की तरह।

संशय से भरी मेरी नज़रें ऊपर उठीं और मैंने आसमां से ही पूछ लिया।

कि आसमां बताओ मुझे, मैंने रात को खो दिया है? या सुबह को पा लिया है?

जवाब मिला एक जागने वाले के लिए ही, रात सही मायने में रात होती है।

क्योंकि सोने वाले के सामने तो अगली सुबह होती है |

इसलिए सोने वाले के लिए रात किसी घड़ी की तरह थी, जो घट गई।

जो सो गया उसने रात को जिया जरूर है, मगर रात को जाना नहीं है।

इसलिए जो लोग जाग गये, उन्हीं लोगों ने जाना है।

अब चूँकि तुम रात में सोये नहीं, इसलिए तुम्हारे अन्दर ये सवाल उठा है।

अब यदि जाग ही गए हो, तो यह भी जान लो

कि जीना अलग बात है, और जानना बिल्कुल अलग बात है।

महात्मा बुद्ध ने भी कहा "जानो फिर मानो" जानना अपना अनुभव है

जबकि हमारी मान्यता दूसरों का अनुभव होती है।

अब क्या ही कहूँ, हमारे गांव के तालाब में बच्चा-बच्चा तैर लेता है।

लेकिन उनमें से कोई भी बच्चा, तैरने के विज्ञान को नहीं जानता है।

जैसे एक क्रोधी को लगता है, कि उससे बेहतर क्रोध को कोई और नहीं जानता है।

जबकि सत्य तो यह है कि क्रोध को जानने वाला क्रोध नहीं करता है।

इसलिए क्रोध को जीना अलग बात है, और क्रोध को जानना बिल्कुल अलग बात है।

अब रही बात पाने और खोने की तो महंत यह सवाल तुम्हारा नहीं

बल्कि तुम्हारे अहम का है।

अब चूंकि ये सवाल बहुत गहरा और टेढ़ा-मेढ़ा सा है।
इसलिए चलो हम भी थोड़े उजाड़ और कुछ उटपटांग गलियों से निकलते हैं।
अब तक तुमने अपने और परायों की अनेक शव यात्रा देख ली है।
और ऐसा भी नहीं, कि परदादा का शव नहीं देखा
तो उनका मृत होना तुम्हें स्वीकार नहीं।
उनका मृत होना तुम्हें स्वीकार है
और यह स्वीकार ही तुम्हें इस विश्वास से भर देता है।
कि कल मैं भी नहीं रहूँगा, जैसे कि वे सब लोग आज नहीं हैं।
इन परिणामों को देखते हुए अहम कहता है, मैं भी एक दिन समाप्त हो जाऊंगा।
केवल कहा-सुनी नहीं, बल्कि अहम यह भलीभांति जानता है कि अंत निश्चित है।
अब क्योंकि अहम मिटने से डरता है, इसलिए वह एक झूठ का रास्ता चुनता है।
और फिर अहम तुमसे इस लिहाज़ में कहता है, कि जब मरना होगा तब मर जाऊंगा।
लेकिन मरने से पहले मौत के साये में, मैं यूँ पल-पल जी न पाऊंगा।
क्योंकि यह मर जाने का भय मुझे, मरने से पहले ही पल-पल मारते रहता है।
इससे तो बेहतर यही होगा, कि मैं मेरा के चक्कर में मैं व्यस्त रहना चाहूँगा।
इससे मुझे मौत याद नहीं रहेगी जिससे कि रंगीन मेरी रात होगी
और सुबह-शाम पैसों की बरसात होगी।
खैर! तुम्हारे इस अहम को "मैं" का मिथ्या ज्ञान बस इसलिए होता है।
क्योंकि वह स्वयं को अमृत्य आत्मा नहीं बल्कि मरण धर्म मानता है।
खुद को अखंड नहीं बल्कि खंड-खंड होने वाली मिट्टी का पुतला जानता है।
अब यदि समय के संबंध में यह गणित समझ गए
तो जीवन-मृत्यु की समस्या एक पल में सुलझ जायेगी।
वैसे तो समय का यह गणित सबके लिए सरल नहीं जान पड़ता है।
मगर समझ गए तो जीवन आनंद के सिवा कुछ और दिखाई नहीं पड़ता है।
समझो समय का गणित कहता है कि जो मृत्यु को जीने की मान्यता लिए चले हैं।

उसके लिए प्रतिपल संसार में जीवन घट रहा है।

जबकि जो कोई जीवन को जीने की मान्यता लिए चल रहा है।

उसके लिए संसार में जीवन के विपरीत मृत्यु घट रही है।

अंतिम सत्य यही है कि न यहाँ कुछ पाना है और न खोने जैसा ही कुछ है।

यहाँ न तो किसी को कुछ देना है और न ही यहाँ किसी से कुछ लेने जैसा ही है।

मगर इसलिए नहीं कि सब कुछ तुम्हारा है

और सब कुछ तुम्हारे अधिकार में है।

बल्कि इसलिए कि तुम ही अखिल विश्व हो।

इसलिए जो है वह सब कुछ तुम में ही है

और जो कुछ है- उन सब में तुम ही हो।

बाहर जो कुछ भी दिख रहा है, वह ज्ञान स्वरूप तुम्हारे अन्दर है।

जो ज्ञान स्वरूप तुम्हारे अन्दर है, वहीं सब अपने वास्तविक स्वरूप में बाहर है।

यह सारा अस्तित्व तुम्हें तुम्हारे विशालता के विषय में बताने के लिए है।

आत्मसात करो इसे कि जो है वह सब कुछ तुममें ही है।

और जो कुछ भी तुमसे बाहर है उन सब में भी तुम ही हो।

तुम देखना जिस तरह पाना और खोना भ्रम सिद्ध हुआ है।

उसी तरह अलग-अलग होने का अनुभव होना भी, भ्रम ही सिद्ध होगा।

तुम बस मार्ग में अनवरत चलते चले जाओ

एक दिन यह द्वैत का भ्रम भी चला जाएगा।

-लम्बोदर दास महंत
विच्छेदन हॉल परिचारक

चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं

लिखावट सबकी देख के चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं
हिंदी भाषा की प्रेरणा से लेकर राष्ट्र को सशक्त बनाने तक...
चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं
करता हूं अभिनंदन अपनी संस्कृति का, लेकर आधार अपनी मातृभाषा का
चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं
आज स्याही से लिखता हूं मैं अपनी हिंदी की पहचान
आज स्याही से लिखता हूं मैं अपनी हिंदी की पहचान |
करता हूं मां भारती को नमन अपनी कलम से
चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं
मैंने भी आज सोचा कुछ ऐसी वाणी लिखता हूं...
कुछ वीर गाथा लिखता हूं। मेरे देश की भाषा पे
एक कहानी मेरी भी हो जाए..
चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं
राजभाषा है हिंदी हमारी राष्ट्रीयता का प्रतीक है।
राजभाषा की राह से इसे जन-जन तक पहुंचाना है।
हिंदी को न्याय दिलाने की राह में एक प्रयास
मेरा भी हो जाए, यही सोच कर
चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं
मेरे कलम की प्यास बुझी है आज अपनी हिंदी की शान और मान बढ़ा के
हिंदी सिर्फ एक भाषा नहीं हिंदुस्तान की पहचान है यही सोच कर
चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं
इस प्रतियोगिता में हिस्सा लेना तो सिर्फ एक बहाना है
इस प्रतियोगिता में हिस्सा लेना तो सिर्फ एक बहाना है |
जिस हिंदी से मेरा हिंदुस्तान है उसकी महानता से सबको अवगत कराना है
सबके दिल को छू जाए मेरी ये कलम आज यही सोच कर
चलो आज मैं भी कुछ लिखता हूं

-धीरेन्द्र जायसवाल
शोध छात्र-पीएच.डी.
नाभिकीय चिकित्सा विभाग

दो विचार

एक था
और एक हूँ
अभी दो विचार और हैं मेरे मन में
सिर्फ मैं ही मानता हूँ
या वो भी मुझे मानते है किसी लायक
अभी दो विचार और हैं मेरे मन में
मैं देख रहा हूँ वो मुझसे सच छिपा रहे हैं
अभी दो विचार और हैं मेरे मन में पूछ लूँ उनसे सब
या वो खुद ही मुझे बतला देंगे, अनजाने में
अभी दो विचार और हैं मेरे मन में
बता दूँ उनको मेरी इच्छाएं
या अभी भी वैसा ही बनकर रहूँ
अभी दो विचार और हैं मेरे मन में दबा लूँ ?
या बता दूँ ? खुद को अपने अंदर दबे सारे राज
अभी दो विचार और हैं मेरे मन में
हूँ कुछ और दिखाता हूँ कुछ
अभी दो विचार और हैं मेरे मन में
कर दूँ बयाँ हाल ए दिल ?
या यूँ ही बनकर रहूँ कठोर
अभी दो विचार और हैं मेरे मन में

-खुशबू शेखावत
बी.एससी. द्वितीय वर्ष 2020

इस एक पल में

इस एक पल में क्या कुछ नहीं हो रहा है
कोई आया है अभी -अभी इस दुनिया में तो
कहीं किसी के जाने का मातम हो रहा है |
इस एक पल में .....
किसी को मिल रही है सारे जहाँ की खुशियाँ तो
कोई छुप के अपने तकिये में सिसक के रो रहा है |
इस एक पल में .....
कोई वादा निभा के बना रहा है किसी को हमेशा के लिए
अपना तो
कोई धोखा देकर किसी को तन्हा छोड़ रहा है |
इस एक पल में .....
कोई लड़ रहा है अपनों के साथ रहने के लिए तो
कोई खुद को मिटा रहा है इस जहाँ से दूर होने के लिए |
इस एक पल में .....
कोई दे रहा है साथ अजनबियों का कहीं तो
कोई अपने खंजर के खोल में गुलाब रख रहा है |
इस एक पल में .....
कोई बचा रहा है चीर द्रोपदी का कहीं तो,
कोई हवस का पुजारी बन रहा है |
इस एक पल में .....
कोई हँस रहा है, तो कोई रो रहा है |
ना जाने इस एक पल में क्या कुछ नहीं हो रहा है |

-मनीषा चोयल
बी.एससी. नर्सिंग प्रथम वर्ष 2021

मैं आगे ही बढ़ता जाऊंगा

जब तक मुझमें श्वास है तब तक खुद में विश्वास है
मैं आगे ही बढ़ता जाऊंगा, आगे ही बढ़ता जाऊंगा
लोग लाते हैं वक्त अपना, मैं खुद का दौर भी लाऊंगा
हौंसले हैं कठोर मेरे, मैं हौसलों से बुलंदी लाऊंगा
उड़ते हुए आकाश में, मैं सूरज बनकर छा जाऊंगा
लोग लाते हैं वक्त अपना, मैं खुद का दौर भी लाऊंगा
रातों के काले घेरे में, मैं नया सवेरा लाऊंगा
शुष्क होगीं आँखे मेरी, मैं फिर भी मुस्कुराउंगा
लोग लाते हैं वक्त अपना, मैं खुद का दौर भी लाऊंगा
अभी तो कतरा पाया है, मैं अपने हक़ का सम्मान लाऊंगा
सब पाएंगे ख्वाहिशें अपनी, मैं अपने हिस्से का ज्ञान स्वयं लाऊंगा
अब इतना सब्र किया है फिर, अपने हक़ का जहान लाऊंगा
जब तक मुझमें श्वास है, तब तक खुद में विश्वास है
मैं आगे ही बढ़ता जाऊंगा, आगे ही बढ़ता जाऊंगा

-आकाश मिश्रा
बीएस. सी. (एम.एल.टी.) द्वितीय वर्ष

गरीबी का ठौर

कोई बने मेरे लिए पारस किसी के पास वक्त नहीं है
जो छूने से ही चमक जाए ऐसा मेरा नसीब नहीं है
अमीरी अपनी अमीरी में व्यस्त, राजनेता अपनी राजनीति में
ना करना भूखों की मदद लिखा है इनकी कूटनीति में
जो जैसा है वह वैसा ही रहे, मेरा किसी पर जोर नहीं है
कहाँ ठहरू मैं एक रोज यहाँ मेरा कोई ठौर नहीं है ||
सच्चे साथी मेरे जेठ की तपती धूप, पूस की सर्द रैन
जब से हुआ हूँ पैदा, है ना मुझे एक पल भी चैन
सो रहे यहाँ अमीर धन-दौलत की गर्म चादर ओढ़ कर
रात ठिठुर कर काट रहा हूँ बैठे पांव मोड़ कर
हूँ खड़ा मैं उस तरु के नीचे जिस पर कोई बौर नहीं है
कहाँ ठहरू मैं एक रोज यहाँ मेरा कोई ठौर नहीं है ||
आए थे कुछ दानी जो तस्वीर खिंचा कर चल दिए
गरीब हूँ ना स्वाभिमान मेरा मिट्टी में मिला कर चल दिए
सत्ता बदलती है बदलते हैं सत्ताधारी
किन्तु हमारी स्थिति ना बदली, बन गई है लाचारी
जो निगल ले गरीबी को ऐसा कोई मोर नही है
कहाँ ठहरू मैं एक रोज यहाँ मेरा कोई ठौर नहीं है ||
सारी उम्र तड़पता मैं यहाँ दो - चार किताबों के लिए
जो सुनाई दे सबको, मेरे कंठ में इतना शोर नहीं है
कटता रहा मेरा जीवन तम में, शेष उम्मीद की भोर नहीं है
कहाँ ठहरू मैं एक रोज, यहाँ मेरा कोई ठौर नहीं है ||
माना कि अँधेरा है गरीबी परन्तु प्रकाश हो सकता है
जड़ से मिटाने के लिए कुछ तो प्रयास हो सकता है |
जो ख़त्म ना कभी अँधेरा इतना भी घनघोर नहीं हैं
कहाँ ठहरू मैं एक रोज यहाँ मेरा कोई ठौर नहीं है ||

-प्रिया तिवारी
बीएस.सी. (एम.एल.टी.) 2020

भ्रष्टाचार

आम आदमी से लेकर खास आदमी तक को जिस तरह भाता है आचार
आज उसी तरह से पनप रहा है हर जगह पे भ्रष्टाचार
आज आचरण में दिख रही है जनता बिल्कुल लाचार
जैसे-जैसे पनप रहा है हर जगह पे भ्रष्टाचार
कोई दफ्तर का चक्कर लगाकर
कोई धक्का-मुक्का खाकर पड़ गया बीमार
जैसे-जैसे पनप रहा है हर जगह पे भ्रष्टाचार।
मंदिर की घंटी बजाकर, फूल-माला चढ़ाकर
लोग कर रहे हैं, प्रभु से गुहार
अपने ही देश में हो रहा है हम पर ये कितना अत्याचार
कैसे-कैसे पनप रहा है मेरे देश में ये भ्रष्टाचार।
आइये हम सब मिलकर यह कसम खाते हैं।
कि अपने भारत देश को भ्रष्टाचार मुक्त बनाते हैं।
कि अपने भारत देश को भ्रष्टाचार मुक्त बनाते हैं ।।

-प्रमोद कुमार साहू
कनिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी
शैक्षिक विभाग

तुम पूरी कहानी हो

मैं धूप में मुरझाया फूल-सा
तुम बारिश का पानी हो
मैं एक शब्द-सा
तुम पूरी कहानी हो
जिसके मैं लायक हूँ
तुम उससे कहीं ज्यादा हो
मैं अगर कन्हैया तो
तो तुम मेरी राधा हो
मैं रात में जुगनू-सा
तुम महताब का नूर हो
मैं आदि नशे का
तुम शराब-सा सुरूर हो
मैं पानी की बूँद-सा, तुम पूरा तालाब हो
मैं सूखे पत्ते-सा, तुम बेशकीमती गुलाब हो
मैं आदत से मजबूर-सा और तुम आदत हो
मैं कायल तुम्हारी सादगी का, तुम काबिल-ए-इबादत हो
मैं लहरों-सा बेचैन, तुम झील सी गुम हो
मैं खुदा से रोज मांगू , वो एक दुआ तुम हो |

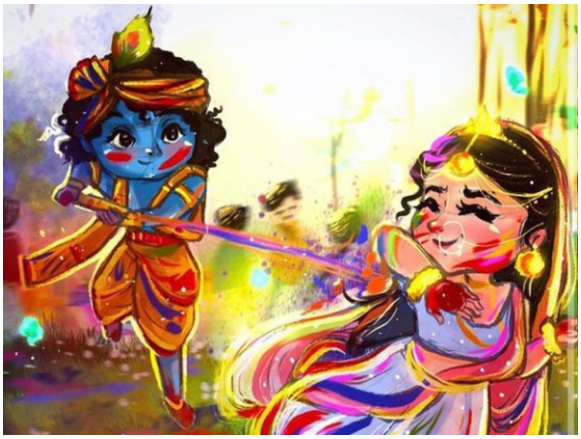
-शैलेन्द्र कुमार
नर्सिंग अधिकारी
कार्डियक (आई.सी.यू .)

अमरदीप

खुश रहो फूलो-फलो
जलता हुआ चिराग बनो
एक नौजवान हो तुम - सच्चाई हो
संकट में देश का सहारा बनो
हँसते रहो -हँसाते रहो
सूरत का एक सागर बनो
एक हकीकत हो तुम -तूफ़ान हो
दुःख में सभी का किनारा बनो
आगे बढ़ो - बढ़ते रहो
आग की चट्टान बनो
अपना मुकद्दर हो तुम इंसान हो
सभी किस्मत बनो
जीते रहो शान से ईमान से
कर पाप कोई, शर्मिंदा मत बनो
आँख का नूर हो तुम प्यार हो
कर दूर अँधेरा सबका वैसा अमरदीप बनो

-नीलिमा
कनिष्ठ प्रशासनिक सहायक
जन स्वास्थ्य विद्यालय

होली



नन्द गाँव का छोरा है और बरसाने की छोरी है ,
आज बृज में होली है |
रंगों की फुहार लेकर, देखो होली आई है
(श्री) राधा जी को रंगने, ग्वाल बाल संग आए कृष्ण कन्हाई है
सारा रा-रा जोगी रा-सारा-रा-रा.....
आगे-आगे राधा मोहन, पीछे सबकी टोली है
इन्द्रधनुष के प्रीत रंगों से खेल रहे सब होली है |
सारा रा-रा जोगी रा-सारा-रा-रा.....
हाथों में पिचकारी लिए आया गोकुल का ग्वाला है
ललिता, विशाखा छूटी पीछे, अब राधा को रंगने वाली है
सारा रा-रा जोगी रा-सारा-रा-रा.....
गली-गली में धूम मचाई, आई होली आई है
ढ़ोल-नगाड़े, डफ बजाते बृज के लोग-लुगाई हैं
सारा रा-रा जोगी रा-सारा-रा-रा.....
प्रेम के रंग में रंग गए दोनों, आई होली आई है
कृष्ण में यहाँ दिख रही राधा और राधा में कृष्ण वृषभान का जमाई है
सारा रा-रा जोगी रा-सारा-रा-रा.....
पांच बरस का छोरा है और सात बरस की छोरी है
नन्द गाँव का छोरा है और बरसाने की छोरी है ,
आज बृज में होली है |
सारा रा-रा जोगी रा-सारा-रा-रा.....

-डॉ. शिखर सराफ
एम.पी.एच.

काश मैं लड़का होती

लड़का होना चाहती हूँ
दिल की बात किसी से न कह पाती हूँ
फेस कितनी करती तकलीफ हूँ
क्या करूं, अब बहुत मजबूर भी हूँ|
इस जहान में आकर तकलीफें ही मिली मुझे
अगर लड़का होती तो देख सकती जिन्दगी तुझे
मौका न दिया मुझे उस कोख में ही
मर गए सपने मेरे उस पेट में ही
इस दुनिया को देखने का मन मेरा भी करता था
माँ, तेरी ऊँगली पकड़कर चलने का मेरा भी सपना था
काश! हम लड़कियों को कोई तो समझ पाता
मारकर नहीं सीने से लगाकर प्यार जताता
मुझमें और उसमें फर्क क्या दिखा था ,
दोनों ही तो मुट्ठी बांधकर पैदा होते हैं
हर रोज एक नई सोच रखती है
उसे सोचकर हर रोज मरती है
काश ! हमारा भी सपना पूरा होता
कोई हमारे लिए भी पल-पल मरता |
हिम्मत तो हमारी उसी दिन टूट गई
सोचा था एक माँ तो अपनी संतान को प्यार करती है
पर पता नहीं फिर वो ये गलत काम,
किस बंधन में बंध कर करती है |

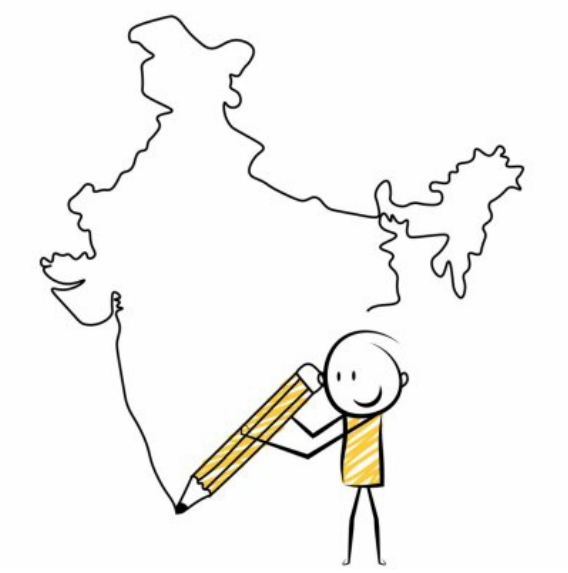
-रुकसीना बानो
बी.एससी. द्वितीय वर्ष

वो नन्हें कदम आज बढ़ने लगे हैं

माँ की आँचल में छुपी वो छोटी सी जान
आज निकल पड़ी है बनाने अपनी पहचान
घर से दूर घर की याद सताती जरूर है
हर रोज थक कर आना और भूखे पेट माँ के
हाथों की रोटी ना पाना रुलाती जरूर है |
रिश्तों में फासले आने लगे हैं
वो नन्हें कदम आज बढ़ने लगे हैं
घर की लाडली थी पर यहाँ दूर कोई प्यारा नहीं
माँ-बाबा तो साथ नहीं पर सच्चे दोस्त का सहारा ही सही
कदम रखने हैं तो आगे रख, पीछे खींचने
के लिए तो हजारों लोग हैं
माँ का आँचल छूटा, बाबा का प्यार
पर तू हौंसला रख, खुद को टूटने ना देना
जो कदम आगे रखे हैं, उसे पीछे गिरने ना देना
हिम्मत रख हासिल कर लेगी हर सफलता का शिखर
उस जुनून की आग को अब बुझने ना देना
एक छोटी-सी चींटी देख, जो पैर थम जाते थे पहले
आज काँटों भरी राह में भी वो चलने लगे हैं
वो नन्हें कदम आज बढ़ने लगे हैं
इस देश की नारी माता-पिता की आज्ञाकारी
एक मनीषा अपना साहस जगा
फिर देख तेरे हथेली पे पूरी दुनिया सारी
तो चंचल निश्छल बचपन चला गया
अब इन कन्धों में जिम्मेदारी है
अब अंजान रास्तों में भी रास्ते बनाने लगे हैं
अपनी आवाज बुलंद और नाम बनाने चले हैं
वो नन्हें कदम आज बढ़ने लगे हैं

- सृष्टि सराफ
बी.एससी. (ओटीटी) द्वितीय वर्ष

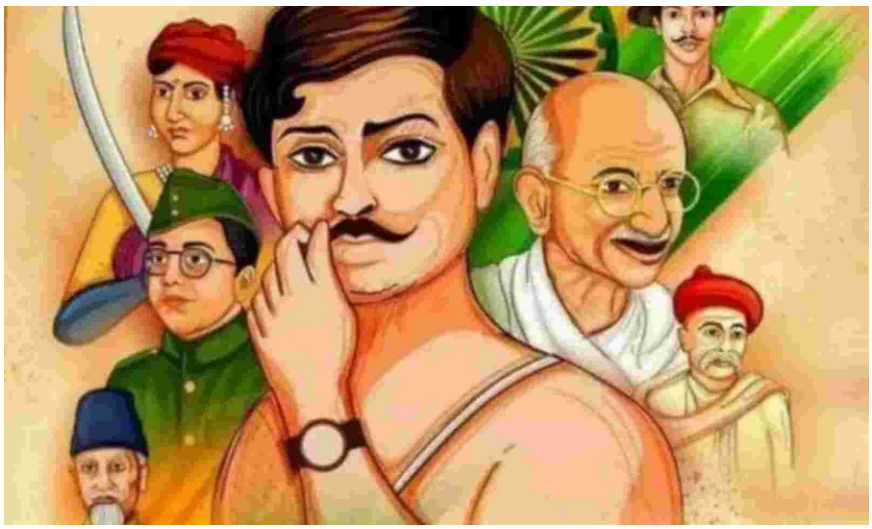
सपनों का भारत



ऐसा होगा मेरे सपनों का भारत , जहाँ खुशियाँ हैं |
प्यार है ना कोई लाचार है और पूरे विश्व में मेरे भारत देश का प्रचार है |
आजादी के उन दिनों को याद करके प्रेरणा जागी है
उन जवानों के बलिदानों का इतिहास बनाए रखना है
और स्वप्न में आए उन दृश्यों को हकीकत में बदलना है
हम किशोरों की है सौगंध, भारत के लिए मर जाएंगे
मिट जाएंगे ये वादा है हम दीवानों का
विश्व में विख्यात करके ही मानेंगे
हार नही मानेंगे, हार नही मानेंगे
दुआ में मांगता हूँ भगवान उन्हें सलामत रखना
दुआएं कबूल होती हैं विश्वास बनाए रखना
और उनकी हर गुस्ताखी की सजा तू हम पर बरसाना
दुःख ना हो उन्हें खुशियों की बहार उन पर बिखरते जाना
दुआ ये मांगता हूँ भगवान .....
कि बेइंतहा प्यार है उनसे मेरे सातों जन्मों को
मार कर खुशियां दे उन्हें मेरी मोहब्बत है
सरकार तेरी दी गई जिन्दगी का वास्ता है मुझे
और जिन्दगी यूँ ही खुशहाल बनाए रखना
दुआ ये मांगता हूँ भगवान उन्हें सलामत रखना |

-शक्तिमान डेहरिया
एम.बी.बी.एस - 2019

आजादी का अमृत महोत्सव



अमृत महोत्सव मना सभी हम
मन को अपने करें तिरंगा
भारत के कोने-कोने पर
देश प्रेम की बहे ये गंगा
घर-घर अपने लहरा तिरंगा
हम देश प्रेम बढ़ाएंगे
आजादी का ये अमृत महोत्सव
हम जन-जन तक पहुंचाएंगे |
शहीदों की अमर स्मृति में
हम घर-घर दीप जलाएंगे
वीरों के बलिदानों की गाथा
हम जन-जन तक पहुंचाएंगे
आजादी का ये अमृत महोत्सव
मिलकर हमको मनाना है
भारत माँ के श्री चरणों में
हमें अपना शीश झुकाना है

-पुष्पलता भल्ला
ग्रंथपाल

इससे पहले

सर्द मौसम था, सूरज सुस्त था, इससे पहले
आएगा बसंती मौसम , पतझड़ था इससे पहले
आइने को गुमान था, अपने यौवन पर यारों
तोड़ दिया उसको मैंने, वो हँसा क्यों मुझ पे पहले
जो बीत गया, अब उसकी बात ही क्या करनी
हर इंसान जवां था, बुढ़ापा आने से पहले
बस्तियां बस गई नई-नई, जंगल सब उजड़ गए
आदमी था मानव, आदमखोर था इससे पहले
जमीं कम पड़ गई तो, चंद्रमा पर अब जाने लगा
मत बसा तू बस्ती जा के, पागल समझेगा इससे पहले
मुझ पर तू अब, बेवफाई का इल्जाम ना लगा
आ गया हूं गुलशन में मिलने,मैं सजनी तुझसे पहले
तेरा खत नहीं आया, तो खुद ही चला आया
मिल जा आकर मुझसे, मौत आए मुझे इससे पहले

- बंटी कुमार
वरिष्ठ नर्सिंग अधिकारी

अधूरे हैं ख्वाब

अधूरे हैं ख्वाब,
नींद नहीं है आँखों में
सुकून था बचपन की
फिजूल बातों में
अब एहसास दिलाते हैं
मतलबी लोग
कि कुछ नहीं रखा
इन जज्बातों में
फिर भी महक ही छोड़ रहा है
महकना नहीं
बेशक घिरा है बेचारा फूल
चारों तरफ काँटों से
आजाद हुआ तो खोना पड़ सकता है
महकना भी
अगर टूटकर गिर भी गया
अपनी ही शांखों से |

- पूजा गुर्जर
बी. एससी. (एच) नर्सिंग प्रथम वर्ष (2022)

बेटियाँ

बड़ी जल्दी बड़ी हो जाती हैं बेटियाँ
ना जाने कब कली से खिलता फूल बन जाती हैं बेटियाँ
समझाना नहीं पड़ता कैसे रिश्ते निभाना चाहिए
ना जाने कैसे खुद से ही इतनी सयानी हो जाती हैं बेटियाँ
बाबुल की पगड़ी का मान कैसे बढ़ाना है
बंदिश में रहकर जान जाती हैं बेटियाँ
एक घर से संस्कार लेकर दूसरे में खुशबू कैसे फैलाना है
सही ढ़ंग से जानती हैं बेटियाँ
फिर भी अश्क बहाए बिना दूसरों के आँगन के रंग में
ढ़ल जाती हैं बेटियाँ
एक घर की होकर भी दो घरों का मान बढ़ाती हैं बेटियाँ
क्यों कहते हो कमजोर है वो
समय आने पर बेटे के सारे फर्ज भी दूसरे घर रहकर
निभा देती हैं बेटियाँ
दिल की बहुत मासूम होती हैं बेटियाँ
दिल की बहुत मासूम होती हैं बेटियाँ |

-प्रेरणा
बी. एससी. (एच) नर्सिंग चतुर्थ वर्ष (2019)

पापा

शाम हो गई अभी तो
घूमने चलो न पापा
चलते - चलते थक गई
कंधे पर बिठा लो न पापा
अँधेरे से डर लगता है
सीने से लगा लो न पापा
मम्मा तो सो गई आप ही
थपकी देकर सुलाओ न पापा
स्कूल तो पूरा हो गया
अब कॉलेज जाने दो न पापा
पाल- पोसकर बड़ा किया
अब जुदा तो मत करो न पापा
अब डोली में बिठा ही दिया तो
आँसू तो मत बहाओ न पापा
आपकी मुस्कराहट अच्छी है
एक बार मुस्कुराओ न पापा
आपने मेरी हर बात मानी
एक बात और मान जाओ न पापा
इस धरती पर बोझ नहीं मैं
दुनिया को समझाओ न पापा |

-सोनिका नेहरा
बी. एससी. (एच) नर्सिंग प्रथम वर्ष (2022)

देश मेरे

साँस थमी हो,
फिर भी सिहरन.....
और जुबां पे नाम आए.....
मेरा रग-रग
मेरा कण-कण
मेरे देश के काम आए.....
धरती पे हर पग
की तू मंजिल.....
और सफर ये चलता जाए.....

मेरा रग-रग
मेरा कण-कण
मेरे देश के काम आए.....

तय कर चुका ये फासला
अब नहीं रूकने वाला
उम्मीदों का भारत मेरा
अब नहीं थमने वाला
हर दिन नई इबारत लिखने में
सराबोर मेरा अहल-ए-वतन मतवाला

हर उठते फन को,
उसके ही बिल में.....
हम आँखों से ही दफना जाए.....

मेरा रग-रग
मेरा कण-कण
मेरे देश के काम आए.....

नूतन भारत की हर दिशा में,
हर दशा को नई मुस्कान दें पाऊँ
चाहे मांगे तू कुर्बानी या
सेवा-त्याग मैं कर पाऊँ
भर दूँ माँ दामन तेरा
मैं अपना फर्ज निभा जाऊँ

महकूँ इस कदर.....
कि तेरी खुशबू में.....
मेरी हर सुबह
और शाम हो जाए.....

धड़कते दिल की
हर गूंज में मेरे
देश की ये पुकार आए.....

मेरा रग-रग
मेरा कण-कण
मेरे देश के काम आए.....

- मधुरागी श्रीवास्तव
कनिष्ठ हिंदी अनुवादक
राजभाषा प्रकोष्ठ

नन्दलाला

सो रह्यो है मेरो नन्दलाल ओ सखियों शोर ना करो
सो रह्यो है मेरो नन्दलाल ओ सखियों शोर ना करो।
मुखड़ा चमक रह्यो चाँद सो बन्नो, होंठो पे लाली लाल-लाल
ओ सखियों शोर ना करो
सो रह्यो है मेरो नन्दलाल ओ सखियों शोर ना करो।
नैनो में कजरी माथे पे बिंदिया, गले में बैजंती माल
ओ सखियों शोर ना करो
सो रह्यो है मेरो नन्दलाल ओ सखियों शोर ना करो।
सुध बुध बिसर सब सपने में खोयो, लल्ला है मेरो अति-भाल
ओ सखियो शोर ना करो
सो रह्यो है मेरो नन्दलाल ओ सखियो शोर ना करो।
बीती पहरिया साँझ भई मैया, कान्हा को ढूंढे ग्वाल-बाल
ओ सखियों शोर ना करो
सो रह्यो है मेरो नन्दलाल ओ सखियों शोर ना करो।
उठे नन्दलाल मुस्का रही मैया, गोपियाँ हुई मतवाल
ओ सखियों शोर ना करो
सो रह्यो है मेरो नन्दलाल ओ सखियों शोर ना करो।
नटखट बंसी वाले गोकुल के राजा
मेरी अंखियाँ तरस गयी अब तो आ जा
नटखट बंसी वाले गोकुल के राजा
मेरी अंखियाँ तरस गयी अब तो आ जा
नटखट बंसी वाले गोकुल के राजा -3
आ जा घनश्याम, तरस रहें नैना
तरस रहें नैना, तरस रहें नैना

-डॉ. राकेश कुमार गुप्ता
सहायक प्राध्यापक
विकृति विज्ञान विभाग

नया सवेरा

आँखें खुली किरण सामने खड़ी चमक रही थी
सुबह की पवन सुगंध फैला रही थी
मन की चंचलता थी उसे देखने की
वो अकेली मेज पर रखी थी
आँखे उसके सामने हुई वो आँखों को देखती
और आँखें उसे देखती
मन की कोई चाहत लगी बस उसे देखने की और समझने की
हाथ में कलम थी, न भूख लगती, न प्यास लगती
बस चाहत थी उस लक्ष्य को पाने की
वो न मिलता बिना उसे देखने और समझने की
उसके बिना जीवन अधूरा-सा था
बिना उसके कुछ न मिलना था
वो इंतजार में थी पड़ी
आँखों को मेरी उसकी तलाश थी
मन की अभिलाषा थी, उससे देख कुछ पाने की
वो पड़ी थी मेज पर
जब आँखें उस पर पड़ी मन हुआ विभोर
न आँखों को थकान हुई न उसको थकावट हुई
आँखें देखती रही मन समझता रहा
वो पड़ी थी मेज पर
आँखों की दृष्टि थी उसे देखने समझने पर
वो एक किताब थी ....
वो एक किताब थी ....

-मनराज
नर्सिंग अधिकारी

जिंदगी का सफ़र

ज़िन्दगी एक खुशनुमा पल है
जिसमें कई प्रकार के संघर्ष है,
जो इन संघर्षों से लड़ गया
उसने मुक़ाम अपने नाम कर लिया
जो इन संघर्षो में ही उलझा रह गया
उसने सब गँवा दिया,
ज़िन्दगी कभी हार है तो कभी जीत है
कभी हँसना है
तो कभी रोना है
कुछ पाना है
तो कभी बहुत कुछ खोना है,
लेकिन रुकना ज़िन्दगी का नाम नहीं
हे बंदे बस इतनी हिम्मत रख
कि हो जाए सारी हसरतें पूरी
कहीं विदा लेते हुए इस जिंदगी से
कुछ अरमान बाकी न रह जाए
ज़िन्दगी की इस डोर को
ज़रा मज़बूती से थामे चल
क्योंकि कई-कई बार गिर के
हमें खुद ही संभलना है,
ना रख किसी से उम्मीद
की कोई थामेगा हाथ तेरा
क्योंकि उम्मीद की डोर
होती है कमजोर
जो दिल को कर देती है चकनाचूर
इसलिए ज़िन्दगी से है बस इतनी-सी गुज़ारिश
की रोते हुए आए थे
लेकिन हँसते हुए जाएं।

-वंदना आनंद
पुस्तकालय परिचारक

नारी गौरव गाथा का गान करो

तुम अपने हिम्मत को हथियार बना के
तुम शेरनी-सी चितकार करो
तुम देश की लक्ष्मी बाई हो
इस गौरव गाथा का गान करो।।

अगर दिखाए तुम पर कोई जुल्मों का रौब
तुम इससे न घबराना
तुम डटकर करना मुकाबला
हिम्मत कभी न खोना

नारी की वीरता, पर कुछ तो एतबार करो
इस गौरव गाथा का सदा गान करो।।

माना कि ये दुनिया नारियों की नहीं
पर नारी कभी कमजोर नहीं
उसमें है जज्बा जीत पाने का
चाहे मंजिल कितना दूर सही

नारी महाशक्ति है इस बात का गुरूर करो
इस गौरव गाथा का सदा गान करो।।।

नारी सरस्वती, नारी लक्ष्मी
नारी ही महाकाली है।
जब बात देश की आन-बान की
वह कात्यायनी बन जाती है।

माँ भारती की जय-जय कार, सदा इस बात का ध्यान करो
नारी ही महादेवी है, गौरव गाथा का गान करो
इस गौरव गाथा का गान करो ।।

-डॉ. मुदालशा रवीना
सह-प्राध्यापक
नाभिकीय चिकित्सा विभाग

नई शुरूआत

रोज सोचती हूँ
एक नई शुरूआत करूँ
पर कहाँ, कैसे, कब
इन विचारों की आपा-धापी
मन की उथल-पुथल
शब्दों के माया जाल
में उलझ कर रह गयी
कितना कुछ तो है
शुरूआत करने को
मन में, इन
विचारों की धारा
प्रवाहित हो उठती है
न जाने कब, कहाँ, कैसे
बहती चली जाती है
और हम इसकी लहर देख
लौट जाते हैं
अपने उलझे तानों बानों पर
क्या ऐसा नहीं हो सकता
अपने अंदर उठ रहे शोर को
मैं सुन सकूँ
और एक नई
शुरूआत करूँ
अपने सपनों की ओर
अपनी मंजिल की ओर
एक नए जोश के साथ
एक नई उम्मीद के साथ
अपने डर से बिना डरे
बस आगे बढ़ते रहूँ
एक नई शुरूआत करूँ |

-पुष्पलता भल्ला
पुस्तकालयाध्यक्ष
केंद्रीय पुस्तकालय

अभिमान

दुख की गणना, सुख का गान।

हर मानव करता अभिमान।।

छूटी काया, छूटी माया।

लोभ, मोह, तन, जग भरमाया।।

कुंठित मन और शापित काया।

कहाँ किसी को मोक्ष मिल पाया।।

यहीं है तीरथ, यहीं है धाम।

फिर क्यों मानव करता अभिमान।।

मानवता की राह पकड़ ले।

कर्म को अपने सच्चा कर ले।।

सच्चा कर्म बढ़ाए मान।

मानव छोड़ तेरा अभिमान।।

-चित्रा ठाकुर
नर्सिंग अधिकारी

मन के हारे हार है , मन के जीते जीत

मन ही मन को जानता , मन की मन से प्रीत।
मन ही मनमानी करे , मन ही मन का मीत।
मन झूमे मन बावरा, मन की अद्भुत रीत।
मन के हारे हार है, मन के जीते जीत।

कबीरदास जी के द्वारा लिखी गई, कबीर के इन प्रसिद्ध दोहो में मानव जीवन की पल-पल बदलती परिस्थितियों में मन की अवस्था का जीवन पर प्रभाव का वर्णन बहुत ही महत्वपूर्ण है। जीवन में सफलता-असफलता, लाभ-हानि, जय -पराजय, कभी भी कुछ भी स्थायी नहीं रहता है। जिस तरह इंद्रधनुष के बनने के लिए बारिश और धूप दोनों की जरुरत होती है, उसी तरह एक पूर्ण व्यक्ति बनने के लिए हमें भी जीवन के खट्टे -मीठे अनुभव से होकर गुजरना पड़ता है। मानव जीवन दुख और सुख दोनों से ही मिलकर बना है।

हम अपने जीवन की सभी घटनाओ पर नियंत्रण नहीं रख सकते, पर उनसे निपटने के लिए सकारात्मक सोच के साथ सही तरीका तो अपना ही सकते हैं।

कई लोग अपनी पहली असफलता से इतना परेशान हो जाते है की अपनी मंजिल को ही छोड़ देते हैं, और कभी -कभी तो अवसाद में चले जाते हैं।

अब्राहम लिंकन भी अपने जीवन में कई बार असफल हुए और अवसाद में भी गए किन्तु साहस और सहनशीलता ने उन्हें सर्वश्रेठ सफलता दिलाई। अनेकों चुनाव हारने के बाद 52 वर्ष की उम्र में अमेरिका के राष्ट्रपति चुने गए।

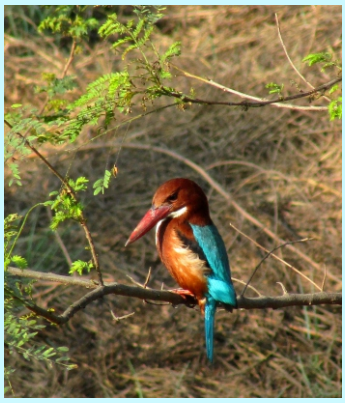
राष्ट्र कवि श्री मैथली शरण गुप्त जी ने भी कहा कि "नर हो ना निराश करो मन को" ।

जीवन की हर परेशानी या समस्या का समाधान मनुष्य के अपने मन की स्थिति पर ही निर्भर करता है। स्थिर मन हर परिस्थिति को सही करने की ताकत रखता है।

- रश्मि शर्मा
पुस्तकालयाध्यक्ष
केंद्रीय पुस्तकालय

पक्षी कलरव : रोचक तथ्य

श्वेतकण्ठ कौड़िल्ला (द वाइट थ्रोट किंगफिशर) यह एक पक्षी है जो एशिया के विभिन्न भागों में पाया जाता है। वैसे तो यह पक्षी जलस्रोतों के निकट रहता है किन्तु जल से बहुत दूर भी पाया जाता है।
जहाँ ये सरीसृपों, उभयजीवियों, केकड़ों आदि का शिकार कर अपना पेट भरते हैं।



कालकलाची या काला भुजंगा (द ब्लैक डोरोंगो) इसका वैज्ञानिक नाम डिक्रूरस मैक्रोसर्कस है, भुजंगा कुल के पक्षियों की एक जीव वैज्ञानिक जाति है। यह ईरान व भारत से लेकर दक्षिण पूर्वी एशिया में इण्डोनेशिया तक पाई जाती है।

रेड-वेंटेड-बुलबुल - यह काली शिखा और सफेद दुम वाला एक काला, चिकना, मध्यम आकार का पक्षी है। जिसके पूंछ के नीचे का लाल रंग अक्सर देखने में मुश्किल होता है। यह पक्षी फल, फूल की कलियाँ और कीड़े मकोड़े खाते हैं। यह विशिष्ट और कभी-कभी यूथचारी, अक्सर शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में पेड़ों में ऊंचे या तारों पर बैठे हुए देखे जाते हैं; आमतौर पर घने जंगल के बजाय साफ़-सुथरे किनारे के आवास को प्राथमिकता देते हैं।

एशियन-ग्रीन-बी-ईटर - वे मुख्य रूप से कीट भक्षक हैं और वे घास के मैदान, पतली झाड़ियों और जंगल में अक्सर पानी से काफी दूर पाए जाते हैं।

- अमित यादव
कनिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी
वित्त विभाग

नर्सिंग महाविद्यालय में हिंदी का सघन प्रशिक्षण

राजभाषा प्रकोष्ठ द्वारा तृतीय तिमाही अक्टूबर-दिसंबर 2022 में नर्सिंग महाविद्यालय में दिनांक 14-19.11.2022 तक हिंदी प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन किया गया।

इसमें नर्सिंग महाविद्यालय के गैर-हिंदी भाषी संकाय सदस्यों एवं छात्रों को हिंदी भाषा की जानकारी, हिंदी में लिखना एवं हिंदी में पढ़ना सिखाया गया। कुल छः दिवसीय इस कार्यशाला में प्रत्येक दिन विधिवत् रूप से हिंदी व्याकरण और उच्चारण पर विशेष बल दिया गया।

यह कार्यशाला गैर-हिंदी भाषी संकाय सदस्यों एवं छात्रों को हिंदी सीखने की आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए विशेष रूप से उनके लिए आयोजित की गई। गैर-हिंदी भाषी संकाय सदस्यों एवं छात्रों को हिंदी में अधिक से अधिक बोलने के लिए प्रेरित किया गया। जिससे अस्पताल में आने वाले रोगियों से वार्तालाप करने में अत्यधिक सुविधा होगी एवं वे रोगियों की बात को पूरी तरह समझकर समुचित उपचार करने में सक्षम हो पाएंगे। उन्हें दैनिक जीवन से जुड़े विभिन्न घटनाओं को शीर्षक बनाकर समूह चर्चा का अभ्यास कराया गया एवं उनके द्वारा हिंदी भाषा में अपने भाव संप्रेषित करने हेतु उन्हें समुचित मंच प्रदान किया गया जिससे वे बिना झिझक के अपनी बात को स्पष्ट रूप से संप्रेषित कर सकें।

यह कार्यशाला गैर-हिंदी भाषी संकाय सदस्यों एवं छात्रों के लिए अत्यंत लाभकारी रही। इस कार्यशाला में नर्सिंग महाविद्यालय के 7 संकाय सदस्यों एवं 38 छात्रों को हिंदी भाषा में प्रशिक्षित किया गया।

वाक्यांश और अभिव्यक्तियाँ

क्र.सं.	अंग्रेजी	हिंदी
1.	Accumulated balance	संचित शेष
2.	After perusal	देख लेने के बाद
3.	Aid and advice	सहायता और सलाह
4.	Admissibility of claim	दावे की स्वीकार्यता
5.	As a matter of fact	यथार्थतः
6.	Approved as proposed	यथाप्रस्ताव अनुमोदित
7.	Approval may be accorded	अनुमोदन प्रदान कर दिया जाए
8.	As required under the rules	जैसा कि नियमों के अधीन अपेक्षित है
9.	As per extant orders	वर्तमान आदेशों के अनुसार
10.	At leisure	अपनी सुविधानुसार
11.	As and when	जब कभी
12.	As far as permissible	जहां तक अनुज्ञेय हो
13.	As far as practicable	यथासाध्य
14.	As hereinafter provided	जैसा इसके पश्चात् उपबंधित है
15.	At the instance of	की प्रेरणा पर, के कहने से
16.	Bench and bar	न्यायाधीश और अधिवक्ता
17.	By virtue of office	पद के नाते
18.	Commutation of pension	पेंशन का संराशीकरण
19.	Concluding remark	समापन टिप्पणी
20.	Discrepancy may be reconciled	विसंगति का समाधान कर लिया जाए
21.	Expedite in your letter	आपके पत्र में स्पष्ट किया गया
22.	Exigencies of administrative work	प्रशासनिक कार्य की तात्कालिक आवश्यकताएं
23.	Forwarded and recommended	अग्रेषित और संस्तुत
25.	Fringe benefit	अनुषंगी हितलाभ

क्र.सं.	अंग्रेजी	हिंदी
26.	Guardian as litem	वादार्थ अभिभावक
27.	Hereinafter	इसमें इसके पश्चात्
28.	I am desired to say	मुझे निवेदन करने के लिए कहा गया है
29.	I am directed to say	मुझे निर्देश हुआ है
30.	I am to say	मुझे यह कहना है कि
31.	I beg to submit	निवेदन है कि
32.	In conformity with	के अनुरूप
33.	In compliance with	का पालन करते हुए, के अनुपालन में
34.	I have the honour to say	सादर निवेदन है
35.	In any special case	किसी विशेष मामले में
36.	Inter-alia	अन्य बातों के साथ, के साथ-साथ

संपादकीय समिति

संरक्षक
प्रो.(डॉ.)नितिन म. नागरकर
निदेशक एवं अध्यक्ष
विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति

मार्गदर्शक
श्री अंशुमान गुप्ता
उप-निदेशक (प्रशासन)

संपादक
शिव शंकर शर्मा

सहायक संपादक
मधुरागी श्रीवास्तव
सैयद शादाब
उमेश कुमार पाण्डेय

पृष्ठ सज्जा
आदित्य कुमार शुक्ला
नृत्य गोपाल

राजभाषा प्रकोष्ठ 'स्पंदन' पत्रिका में प्रकाशन के लिए मौलिक रचनाएं आमंत्रित करता है। एम्स, रायपुर के अधिकारी, संकाय सदस्य और कर्मचारी स्वरचित रचनाएं rajbhashaprakoshth@aiimsraipur.edu.in पर ई-मेल के माध्यम से प्रेषित कर सकते हैं।

इस पत्रिका में प्रकाशित रचनाएं लेखकों के निजी विचार/भावनाएं हैं।

आरोग्यम् सुख सम्पदा

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, रायपुर

(केन्द्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार के अधीन स्वायत्त संस्थान)

ALL INDIA INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCES, RAIPUR

(An Autonomous Institution under the Ministry of Health and Family Welfare, Govt. of India)

https://www.aiimsraipur.edu.in

https://twitter.com/aiimsraipur

https://www.facebook.com/
All-India-Institute-of-Medical-SciencesAIIMS-Raipur

rajbhashaprakoshth@aiimsraipur.edu.in

राजभाषा प्रकोष्ठ, अ.भा.आ.सं.,
रायपुर द्वारा प्रकाशित और प्रसारित