राजभाषा गृह ई- पत्रिका
आठवाँ अंक, अप्रैल, 2025 – सितम्बर, 2025

अभिव्यक्ति

भारतीय खाद्य निगम
FOOD CORPORATION OF INDIA

भारतीय खाद्य निगम
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

पत्रिका के आवरण पृष्ठ पर भोपाल स्थित शाहपुरा झील अंकित है एवं अंतिम पृष्ठ पर महेश्वर स्थित मंदिर है, जिन्हें श्री गिरजेश भारद्वाज, स.श्रे.। (राजभाषा) द्वारा क्लिक किया गया है |

निकिता शर्मा, स.श्रे.॥ (गोदाम)
मंडल कार्यालय, भोपाल

संरक्षक व प्रधान संपादक
संजीव कुमार कौशिक
उप महाप्रबंधक (राजभाषा)

संपादक
पंकज सिंह परिहार
सहायक महाप्रबंधक (राजभाषा)

प्रधान संरक्षक
सूफिया फ़ारुकी वली
महाप्रबंधक (क्षेत्र)

संपादन सहयोग
मेधा यादव
प्रबन्धक (राजभाषा)

गिरजेश भारद्वाज
सहायक श्रेणी I (राजभाषा)
अभिषेक यादव
सहायक श्रेणी I (राजभाषा)

इस अंक में.........

- संदेश 5
- प्रधान संपादक की कलम से.. 7
- ऐ ज़िंदगी.. 8
- विशिष्ट या आम,,, आपके बर्ताव पर निर्भर करता है।.......................... 9
- बूढ़ा बरगद.. 10
- मैं पूरी की पूरी तेरी रहूँ.. 11
- मिडिल क्लास आदमी... 12
- राम हूँ मैं... 14
- माँ.. 16
- गेहूँ रबी विपणन वर्ष 2025-26.. 17
- रहनुमा.. 18
- स्वस्थ जीवन के मंत्र.. 19
- अन्न दर्पण : एक नई पहल.. 21
- अफसोस.. 23
- तुम हो कौन... 25
- जिगर के ज़ख्म... 26
- ग्वालियर का राजनीतिक एवं ऐतिहासिक केंद्र रहा मोती महल............. 27
- मंज़िल अभी दूर है... 28
- मैं जिंदा हूँ.. 29
- क्षेत्रीय कार्यालय में आयोजित विभिन्न गतिविधियाँ............................ 30
- खेल भावना.. 47
- एक चिट्ठी समय के नाम.. 49
- बरसात कुछ यूं आई... 50
- जब तुम मुस्कुराओगे... 51

- जीवन : इत्तेफाक या वास्तविकता.. 52
- सफर/ पेड़ : एक जीवन धारा.. 53
- एकांत.. 54
- पॉलिटिक्स... 55
- जगद्गुरू आदि शंकरचार्य.. 57
- कथा सरिता : ईमानदारी का पाठ.. 60
- बीते पल... 61
- राम राज.. 62
- इंसान की ज़िंदगी.. 63
- गोदाम में गेहूँ और चावल के स्टैक के बीच चर्चा................................ 64
- न नर में कोई राम बचा.. 74
- सावन... 75
- श्रम.. 76
- कृत्रिम खाद्य पदार्थ.. 77
- घर से दूर, घर के लिए.. 78
- गेहूँ की यात्रा भारतीय खाद्य निगम के साथ....................................... 79
- वक्त... 81
- साहस... 82
- भीख और दान में अंतर... 83
- पौधा.. 85
- एक साधारण पुरुष.. 86
- पुरुष का पौरुष... 87
- मैं आपकी कविता नहीं कर सकता.. 88
- माँ.. 89
- मायका.. 91
- एक मुलाक़ात.. 92
- सूजी बेसन के ढोकले.. 93
- चमकते सितारे.. 94
- कलाकारियाँ... 98

(पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं की मौलिकता का दायित्व स्वयं रचनाकारों का है ।)

सूफिया फ़ारुकी वलीभा.प्र.से.
महाप्रबंधक (क्षेत्र)
भारतीय खाद्य निगम
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

Sufiyah Faruqui Wali I.A.S.
General Manager (Region)
Food Corporation of India
Regional Office, Bhopal

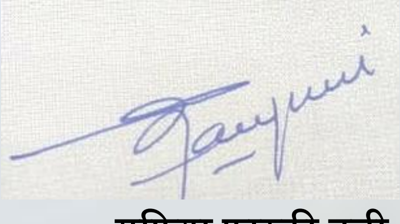
संदेश

यह अत्यंत प्रसन्नता का विषय है कि मध्ययप्रदेश क्षेत्र राजभाषा प्रगति की दिशा में नए आयाम स्थापित करते हुए अपनी गृह पत्रिका "अभिव्यक्ति" के 8वें अंक को प्रकाशित करने जा रहा है।

भारतीय खाद्य निगम, मानव की सबसे आधारभूत आवश्यकता एवं आपातकालीन सेवाओं से जुड़े होने के कारण एक अत्यंत ही महत्त्वपूर्ण एवं व्यस्त विभागों की श्रेणी में आता है। निगम के कार्मिक अपने शासकीय कर्तव्यों को निर्वहन पूरी दृढ़ता एवं लगन के साथ करते हैं। साथ ही वे सभी राजभाषा हिन्दी के समुचित प्रचार-प्रसार तथा अधिक से अधिक उपयोग हेतु भी प्रतिबद्ध हैं।

"अभिव्यक्ति" गृह पत्रिका राजभाषा हिन्दी के प्रचार-प्रसार के इस भागीरथी प्रयास में एक उपयोगी साधन के रूप में परिलक्षित होता है। इसमें प्रकाशित रचनाएँ कार्मिकों के मनोभावों को उनकी मातृभाषा में प्रदर्शित करने का सुलभ अवसर उपलब्ध कराती हैं।

मुझे आशा ही नहीं, अपितु पूर्ण विश्वास है कि यह पत्रिका इसी गति से निरंतर नए आयाम स्थापित करने एवं राजभाषा हिंदी के सफल क्रियान्वयन में अत्यंत उपयोगी सिद्ध होगी। अभिव्यक्ति" के 8वें अंक के प्रकाशन हेतु मेरी हार्दिक शुभकामनाएँ।



सूफिया फ़ारुकी वली

नितेंद्र सिंह
उप महाप्रबंधक (क्षेत्र)
भारतीय खाद्य निगम
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

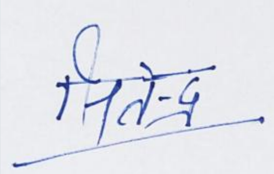
Nitendra Singh
Dy. General Manager (Region)
Food Corporation of India
Regional Office, Bhopal

संदेश

अभिव्यक्ति पत्रिका का 8वां संस्करण हमारे समृद्ध साहित्यिक एवं सांस्कृतिक धरोहर को आगे बढ़ाने का महत्त्वपूर्ण अवसर है। यह पत्रिका हिंदी भाषा और साहित्य के विभिन्न आयामों को उजागर करती है तथा कार्मिकों को अपनी प्रतिभा प्रस्तुत करने का एक सशक्त मंच प्रदान करती है। पत्रिका के माध्यम से हमें समाज, संस्कृति, कला, और विचारों की विविधता का अनुभव होता है।

इस अवसर पर मैं सम्पादक मंडल, सभी रचनाकारों तथा पाठकों को हार्दिक बधाई और शुभकामनाएं देता हूँ। आपका निरंतर सहयोग और समर्पण "अभिव्यक्ति" को एक आदर्श साहित्यिक प्लेटफॉर्म बनाता रहेगा। आशा है कि यह पत्रिका नई सोच, नवीन दृष्टिकोण और साहित्यिक अभिव्यक्ति के नए रास्ते खोलती रहेगी।

अभिव्यक्ति पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए मेरी शुभकामनाएं एवं हार्दिक अभिनन्दन।



नितेंद्र सिंह

संजीव कुमार कौशिक उप महाप्रबंधक (राजभाषा/वित्त एवं लेखा) भारतीय खाद्य निगम क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल		Sanjeev Kumar Kaushik Deputy General Manager (Rajbhasha/Accts. & Fin.) General Manager (Region) Food Corporation of India Regional Office, Bhopal

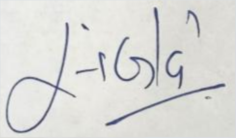
प्रधान संपादक की कलम से....

"अभिव्यक्ति" ई-पत्रिका के 8वें अंक को आपके सम्मुख प्रस्तुत करते हुए मुझे अपार प्रसन्नता हो रही है | इस पत्रिका में मध्यप्रदेश क्षेत्र के कार्मिकों से प्रत्यक्ष एवं परोक्ष रूप से जुड़े हुए भावों को प्रदर्शित करती रचनाओं को समाहित करने का प्रयास किया गया है |

इस अंक में जहाँ एक ओर ज़िंदगी के विभिन्न पहलुओं को रेखांकित किया गया है, वहीं दूसरी ओर भगवान राम, माँ की महत्ता को भी बड़ी खूबसूरती से दर्शाया गया है। इस अंक में कार्मिकों द्वारा मध्यमवर्गीय आदमी, स्वस्थ जीवन, समय, मुस्कान, सफर, पेड़, पुरुष, घर, राजनीति सावन, वक़्त जैसे विविधतापूर्ण विषयों पर स्व-रचित रचनाओं को समाहित किया गया है | भारतीय खाद्य निगम की प्रासंगिकता, गेहूँ एवं चावल के स्टैक के बीच की रोचक चर्चा के माध्यम से हमें अनाज की महत्ता भी रचनाकारों द्वारा बतलाई गई है। प्रकृति अपने रूप में मनोहर होने के साथ-साथ प्रेरणादायक भी होती है | इसके बारे में भी रचनाकारों ने लिखा है कि किस प्रकार हम प्रकृति से प्रेरणा लेकर अपने जीवन में निरंतर आगे बढ़ सकते हैं |

माह अप्रैल-2025 से सितम्बर-2025 तक मध्यप्रदेश क्षेत्र में हुई विभिन्न प्रकार की गतिविधियों की झलक भी आपको इस पत्रिका में मिलेगी |

आशा है यह अंक भी आपके लिए जानकारीपरक,प्रेरणादायक एवं उत्साहवर्धक रहेगा |



संजीव कुमार कौशिक

ऐ ज़िंदगी...

वो जब आई तो, मासूमियत लिए आई,
खिलखिलाती हुई कुछ हसरतें लिए आई।
हमें कहां मालूम था जीने के तौर तरीके,
तू ही तो है जिसने सिखाए, वो सारे सलीके।
सुबह मुस्कुराते थे,
शाम को कहकहे लगाते थे,
तेरे हर नखरे को हँस-हँस के उठाते थे।
तेरा मुझसे मुहब्बत भी थी और
अदावत भी
कुछ शिकवे भी थे और शिकायत भी।
हाँ, मैं करता हूं तेरी बंदगी
तुझे जी भर के जी रहे थे, ऐ जिंदगी।
अचानक ये ठिठोली क्यूं,
अब ये आंख मिचौली क्यूं,
बिना रंगो वाली रंगोली क्यूं,
ना सुलझने वाली ये पहेली क्यूं।
शिकायत है तो बता दो,
खफ़ा हो तो जता दो।
आ जाओ की साथ बैठेंगे,
गुजरते वक्त को थोड़ी देर रोकेंगे।
खोलेंगे रिश्तों में पड़ी गांठों को,
निकालेंगे, चुभे हुए कुछ कांटो को।
हाँ, मैं करता हूं तेरी बंदगी
तुझे जी भर के जी रहे थे, ऐ जिन्दगी।
आओ जब मुझे समझा देना,
वो आइना मुझे दिखला देना।
तेरी सज़ा से नहीं कभी इनकार मुझे,
तुझपे हमेशा से है ऐतबार मुझे।
गर सज़ा मुकर्रर की है,
तो गुनाह भी हुए होंगे।
सपनों में ना सही,
मैंने होश में किए होंगे।
वादा है फिर भी ना छोड़ेंगे तेरी बंदगी,
तुझे जी भर के जिएंगे, ऐ जिन्दगी।

गौतम कुमार
उप महाप्रबंधक (सामान्य)
मुख्यालय, नई दिल्ली

विशिष्ट या आम,,, आपके बर्ताव पर निर्भर करता है।

रिटायरमेंट के बाद स्वयं को अतिविशिष्ट समझने वाले एक अधिकारी को महसूस हुआ कि वो गधा था..एक सेवानिवृत्त उच्च श्रेणी के अधिकारी का दिवाली लेख सोशल मीडिया में पढ़ने को मिला जिसमें लिखा था कि रिटायरमेंट के बाद यह मेरी पहली दिवाली थी । दिवाली से एक हफ़्ते पहले लोग तरह-तरह के उपहार लेकर आना शुरू कर देते थे। उपहार इतने ज़्यादा होते थे कि जिस कमरे में हम सारा सामान रखते थे, वह किसी उपहार की दुकान जैसा लगता था। सूखे मेवे इतने ज़्यादा होते थे कि अपने रिश्तेदारों और दोस्तों में बाँटने के बाद भी बहुत सारे बच जाते थे लेकिन इस बार दोपहर के 2 बज चुके थे कोई भी हमें दिवाली की शुभकामना देने नहीं आया था। मैं अचानक भाग्य के इस उलटफेर से बहुत ही उदास महसूस कर रहा था। अपनी इस सोच से बचते हुए मैंने एक अख़बार का आध्यात्मिकता वाला कॉलम पढ़ना शुरू कर दिया । सौभाग्य से मुझे एक दिलचस्प कहानी मिली।

यह एक गधे के बारे में थी । जो पूजा समारोह के लिए देवी-देवताओं की मूर्तियों को अपनी पीठ पर लाद कर ले जा रहा था। रास्ते में जब वह गांवों से गुजरता तो लोग मूर्तियों के आगे सिर झुकाते। हर गांव में पूजा-अर्चना के लिए भीड़ जुटती। गधे को लगने लगा कि गांव वाले उसे प्रणाम कर रहे हैं और वह इस सम्मान और गर्व से रोमांचित हो गया । मूर्तियों को पूजा स्थल पर छोड़ने के बाद गधे के मालिक ने उस पर सब्जियाँ लाद दी और वे वापसी की यात्रा पर निकल पड़े ।

इस बार गधे पर किसी ने ध्यान ही नहीं दिया । वह अल्पज्ञानी जानवर इतना निराश हुआ कि उसने गांव वालों का ध्यान खींचने के लिए बार-बार रेंकना शुरू कर दिया ।

शोर से वे लोग चिढ़ गए और उन्होंने उस बेचारे प्राणी को पीटना शुरू कर दिया, जिसे इस बात का जरा भी अंदाजा नहीं था कि उसने ऐसा क्या किया कि उसे इतना क्रूर व्यवहार झेलना पड़ा है। अचानक मुझे बोध हुआ कि वास्तव में, मैं भी इस गधे जैसा ही था । सम्मान और आदर के वे सारे उपहार मेरे लिए नहीं थे बल्कि मेरे ऊपर लदी उन मूर्तियों को थे ।

अब जब मुझे इस सच्चाई का बोध हुआ तो मैं मेहमानों का इंतजार करने के बजाए मैंने दिवाली मनाने में अपनी पत्नी के साथ शामिल होना चाहा, लेकिन वो भी मुझे साथ लेने के मूड में नहीं थी । उसने तीखा जवाब दिया: 'जब मैं इतने सालों से कहती रही कि तुम गधे के अलावा कुछ नहीं हो, तो तुमने कभी नहीं माना । पर आज एक अखबार में छपी खबर ने सच्चाई उजागर कर दी तो तुमने उसे तुरंत स्वीकार कर लिया ।

इसलिए पद पर और समय रहते, अपनी पद-प्रतिष्ठा के साथ–साथ समाज के साथ मिलना जुलना बोलना और सहयोग करना सीख जाएं वरना गधे जैसे हालात होंगे ।

सारांश: जो व्यक्ति अपनी नौकरी के दौरान, अपने पद को देख, जरूरत से ज्यादा फड़फड़ाने की कोशिश में रहता है और मौका-बेमौका लोगों को धौंस दिखाता होता है परेशान करता है , उसका सेवानिवृत्ति उपरांत ज्यादातर यही हाल होता है आत्मग्लानि के भाव में जीता है । आगे उसका जिन्दगी में जब भी किसी सताए हुए भुक्तभोगी व्यक्ति से वास्ता पड़ता है तो वे भी कभी मौका नहीं चूकते । वे व्यक्ति भी उसकी ओर हिकारत से देखते हैं और खूब धुलाई करते हैं । इंसान का सरल स्वभाव ही इंसानी जिन्दगी को आत्मसंतुष्ट सरल और सफल बनाता है !

यही जीवन का असली मूल मंत्र है। 👍 🌹

यह लेख वास्तविक है या काल्पनिक लेकिन मेरे तजुर्बे के अनुसार बिल्कुल सत्य है इसलिए कार्य और व्यवहार ऐसा करो कि लोग याद रखें।

संजीव कुमार कौशिक
उप महाप्रबंधक (वित्त एवं लेखा)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

बूढ़ा बरगद

नहीं पहचान पाता वह बूढ़ा बरगद उन पुराने चेहरों को,
शायद नज़रें भी कमजोर हो गई हैं-उम्र के इस पड़ाव में।
दुनियादारी में उलझते यह बड़े हुए बच्चे, अब उन्हें बेवजह शोर शराबा पसंद नहीं,
आज भी वे दौड़ भाग रहे हैं, समय के साथ आपाधापी की अंतहीन होड़।
कभी कभार दिख जाता है -एकाध प्रेमी जोड़ा मोबाइल देखते, विश्राम करता कोई पथिक ।
हाँ गिने- चुने बसंत के दिनों की शुरुआत में ही, बिना कैलेंडर देखे ही, पहुँच जाती है काली कोयल ।
कुहू -कुहू का गीत गाती, हवाओं की स्वर लहरियों से जुगलबंदी साधती।
सावन में पीहर को आई, हँसती- खिलखिलाती बेटियों-सी ये भोली कोयल,
लंबी दूरी से भी कैसे भाँप लेती है-बाबा की तकती निगाहों को।
सवालों की फेहरिस्त बड़ी लंबी है बाबा की, किंतु-
चलो सफल तो हुई बूढ़े बरगद की प्रतीक्षा।
अजीब सा वृद्ध खूसठ सा, वह बरगद का पेड़, घर के सामने वाले मैदान में।
झेलता कभी वक्त तो कभी कुल्हाड़ी का प्रहार, फिर भी खड़ा सीना ताने उजड्ड सा।
मोटे तनों के कोटरों से झाँकती गिलहरियाँ, पत्तियों की झुरमुट के बीच नीड़ में छिपे पंछी,
क्या बातें करते होंगे आपस में, कान लगाकर भी सुन नहीं पता अब, बड़ा परेशान है वह बूढ़ा बरगद ।
गाहे-बगाहे टकरा ही जाती थी, गेंद छोटे-छोटे बच्चों की, इनके मोटे तनों से ।
दौड़ना भागना शगल था बच्चों का रोज़ाना जाना, अब वो भी दिखाई नहीं देते।
चिल्लम-चू, हो-हल्ला सब हवा-हवाई हो गए, अजीब सन्नाटे से रोशन है आसपास की आबो-हवा,
कभी कभार आते हैं सुना है ये बच्चे काफी बदल गए हैं, बड़े जो हो गए हैं।
नहीं पहचान पाता वह बूढ़ा बरगद उन पुराने चेहरों को, शायद नज़रें भी कमजोर हो गई हैं|

पंकज सिंह परिहार
सहायक महाप्रबंधक (सामान्य)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

मैं पूरी की पूरी तेरी रहूँ

चंचल चपल नयन वाले, मथुरा गोकुल के कान्हा,
वृंदावन के श्याम हरि, क्या कहूं तुम्हें अब तक मैं ना जाना ।
ना होठों से ना आँखों से, बिन वाणी बिन शब्दों से,
अंतस में झंकृत इक बात कहूं ।
तुम तिल मात्र भी हो न सको मेरे - मैं पूरी की पूरी तेरी रहूँ।
न द्वेष- द्वंद, ना हर्ष- विषाद, मेरे इस अंतर्मन में कैसे उपजेगा समभाव ।
आधे तुम राधा के सरल प्रीत में, आधे मीरा के तरल गीत में ।
बहुत कठिन है सरल प्रेम तो, सजल अश्रु के तरल गीत भी बहुत कठिन हैं ।
मैं मीरा- राधा की अणु-शेष नहीं, तुमसे भी कोई साम्य नहीं,
परिचालक तुम अनंत ब्रह्म के, मैं दरिया की एक बूंद भी नहीं ।
फिर भी कान्हा मैं, तुमसे तुमसे-अंतस में झंकृत एक बात कहूं,
तुम तिल मंत्र भी हो न सको मेरे, मैं पूरी की पूरी तेरी रहूं ।

पंकज सिंह परिहार
सहायक महाप्रबंधक (सामान्य)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

मिडिल क्लास आदमी

मिडिल-क्लास" मतलब थोड़ी-सी अमीरी थोड़ी-सी गरीबी का होना,,,
ये किसी वरदान से कम नहीं है
कभी बोरियत नहीं होती
ज़िंदगी भर कुछ ना कुछ आफत
लगी ही रहती है,
न इन्हें तैमूर जैसा बचपन नसीब होता है
न अनूप जलोटा जैसा बुढ़ापा, फिर भी
अपने आप में उलझते हुए
व्यस्त रहते हैं.

मिडिल क्लास होने का भी
अपना फायदा है.
चाहे BMW का भाव बढ़े या AUDI का
या फिर नया I phone लाँच हो जाए,
कोई फर्क नहीं पड़ता.

मिडिल क्लास लोगों की
आधी ज़िंदगी तो ... झड़ते हुए बाल
और बढ़ते हुए पेट को रोकने में ही
चली जाती है
मिडिल क्लास लोगों की
आधी ज़िंदगी तो
"बहुत महँगा है" बोलने में ही
निकल जाती है
इनकी "भूख" भी ...
होटल के रेट्स पर डिपेंड करती है.
दरअसल महंगे होटलों की मेन्यू-बुक में मिडिल क्लास इंसान
'फूड-आइटम्स' नहीं बल्कि
अपनी "औकात" ढूंढ रहा होता है.

इनके जीवन में कोई वैलेंटाइन नहीं होता.
"ज़िम्मेदारियाँ" ज़िंदगी भर
परछाईं की तरह पीछे लगी रहती हैं
मध्यम वर्गीय दूल्हा-दुल्हन भी
मंच पर ऐसे बैठे रहते हैं मानो जैसे
किसी भारी सदमेंमें हों
अमीर शादी के बाद
चलते बनते हैं, और
मिडिल क्लास लोगों की शादी के बाद
टेन्ट बर्तन वाले पीछे पड़ जाते हैं.

मिडिल क्लास बंदे को
पर्सनल बेड और रूम भी
शादी के बाद ही अलोट हो पाता है.

एक सच्चा मिडिल क्लास आदमी
गीजर बंद करके
तब तक नहाता रहता है
जब तक कि नल से
ठंडा पानी आना शुरू ना हो जाए.
रूम ठंडा होते ही AC बंद करने वाला
मिडिल क्लास आदमी चंदा देने के वक्त
नास्तिक हो जाता है,
और प्रसाद खाने के वक्त आस्तिक.

दरअसल मिडिल-क्लास तो
चौराहे पर लगी घण्टी के समान है,
जिसे लूली-लगंड़ी, अंधी-बहरी,
अल्पमत-पूर्णमत
हर प्रकार की सरकार
पूरा दम से बजाती है.

मिडिल क्लास को आज तक बजट में
कुछ नहीं मिला है,
फिर भी हिम्मत करके
मिडिल क्लास आदमी
पैसा बचाने की
बहुत कोशिश करता है,
लेकिन
बचा कुछ भी नहीं पाता.

हकीकत में मिडिल मैन की हालत
पंगत के बीच बैठे हुए
उस आदमी की तरह होती है
जिसके पास पूड़ी-सब्जी
चाहे इधर से आये, चाहे उधर से
उस तक आते-आते
खत्म हो जाती है.

मिडिल क्लास के सपने भी
लिमिटेड होते हैं
"टंकी भर गई है,
मोटर बंद करना है"
गैस पर दूध उबल गया है,
चावल जल गया है,
इसी टाईप के सपने आते हैं.
दिल में अनगिनत सपने लिए
बस चलता ही जाता है ...
चलता ही जाता है.
और चला जाता है।

मुकेश सिंह
सहायक महाप्रबंधक (सामान्य)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

राम हूँ मैं

राम हूँ मैं भगवान तो आपने बनाया मैं तो केवल मानव राम हूँ मैं,
सफलता असफलता हर पल जिया राम हूँ मैं,
पुत्रकामेश्ती यज्ञ से माता पिता ने सृजन किया राम हूँ मैं,
राजमहल के पालनों में झूला झूल कर बढ़ता हुआ राम हूँ मैं,
नियति ने शुरु किया मेरे जीवन का सफर राम हूँ मैं,
महलों में पल कर बड़ा हुआ सुख सुविधा पाकर बड़ा हुआ राम हूँ मैं,
विश्वामित्र आ गए मांग लिया पिता से राम हूँ मैं,
माता-पिता का लाडला ह्दय पर पत्थर रखकर गुरु को सौंप दिया राम हूँ मैं,
महलों की सुविधा को त्याग कर कर्म पथ पर अग्रसर राम हूँ मैं,
धर्म स्थापना के लिए वन-वन विचरण करने वाला राम हूँ मैं,
गुरु आज्ञा से मिथिला पहुंचने वाला राम हूँ मैं,
शिव धनुष को तोड़ने वाला राम हूँ मैं,
सीता को जीवनसंगिनी बनाने वाला राम हूँ मैं,
मानव जीवन में जन्म लेकर माननीय भावनाओं का निर्वाहकरने वाला राम हूँ मैं,
पुत्र मोह का शिकार होकर वन जाने वाला राम हूँ मैं,
राजा बनने से एक दिन पूर्व वनवासी होने वाला राम हूँ मैं,
वन में पग पग विचरण करने वाला राम हूँ मैं,
वनवासियों के बीच जीवन को आगे बढ़ाने वाला राम हूँ मैं,
भाई को साथ लेकर वन में घूमता हुआ राम हूँ मैं,
ऋषि-मुनियों के सानिध्य जीवन को आगे बढ़ाता राम हूँ मैं,
माता शबरी के झूठे बेर खाने वाला राम हूँ मैं,
ऊँच नीच का भेद दूर करने वाला राम हूँ मै
माँ अहिल्या का दुख दूर करने वाला राम हूँ मैं,
दुखित पतितों को अपनाने वाला राम हूँ मै
सूप नखा के दूर विचारों का शिकार राम हूँ मैं ,
स्वर्ण मृग से ठगा जाने वाला राम हूँ मैं,
जीवन संगिनी का अपहरण भोगने वाला राम हूँ मैं,
वीर जटायु का उद्धार करने वाला राम हूँ मैं,
जंगल-जंगल भटक कर जीवनसंगिनी को याद करने वाला राम हूँ मैं,
वन-वन जीवनसंगिनी को खोजने वाला राम हूँ मैं,
वनराज सुग्रीव से मित्रता का सुख भोगने वाला राम हूँ मैं,,
बाली को उसके कुकर्मो की सजा देने वाला राम हूँ मैं,
भक्त हनुमान जैसा सेवक पाने वाला राम हूँ मैं,
अंगद जैसा वीर योद्धा पाने वाला राम हूँ मैं

सुदूर लंका में जीवनसंगिनी को वापस पाने के लिए दृढ़ निश्चय ही राम हूँ मैं ,
रावण की सत्ता से लड़ने वाला राम हूँ मै
वंचित वनवासी साथियों को साथ लेकर युद्ध की परिकल्पना करने वाला राम हूँ मैं ,
समुद्र के सामने याचना करने वाला राम हूँ मैं
अंततः नल नील के सहयोग का प्रसादी राम हूँ मैं,
रावण के हर अहंकार को मिटाने वाला राम हूँ मैं
सुखी संपन्न सर्व संपन्न सर्वज्ञान अहंकारी रावण को न्यूनतम साधनों में मारने वाला राम हूँ मैं ,
लंका के राज की लालसा को त्याग मित्र विभीषण को राजा बनाने वाला राम हूँ मैं ,
वापस अपने परिवार को चाहने वाला राम हूँ मैं
राजा बन और अयोध्या की प्रजा का पालक बन ऐसा विचार लिए राम हूँ मै,
नियति ने फिर कुचक्र घुमाया सीता को अपयश का रोग लगाया जीवनसंगिनी से बिछड़ने को निभाने वाला राम हूँ मैं
एक राजा जो सब कुछ करने में सक्षम है फिर भी एक पत्नी व्रत को निभाने वाला राम हूँ मै ,
सुविधाओं में पली राजमहल में पली सीता को जंगली जीवन जीने पर भेजने वाला राम हूँ मैं
मेरी संतानों को कठिन जीवन देने वाला राम हूँ मैं ,
सफलता-असफलता की पराकाष्ठा को जीने वाला राम हूँ मैं
मानव जीवन में जन्मा साधारण मानव जीवन जीने वाला राम हूँ मैं ,
लेकिन असफलताओं से टूटकर बिखरा नहीं वह राम हूँ मैं
कष्टों से घबराया नहीं वह राम हूँ मैं, धर्म को त्याग या नहीं वह राम हूँ मैं ,
परिश्रम से भागा नहीं वह राम हूँ मैं, अपने कर्मों से डिगा नहीं वह राम हूँ मैं
ऊंच-नीच को त्याग कर सर्व जीवन संभव को मानने वाला वह राम हूँ मैं ,
निश्चय नियति द्वारा दिए गए पथ पर पल-पल चलता रहा वह राम हूँ मैं
नियति द्वारा नियत प्रत्येक कर्म को संपूर्ण प्रयास से सफल करने वाला वह राम हूँ मैं ,
कष्टों को सहन करने वाला वह राम हूँ मैं
प्रजा के प्रत्येक विचार को स्वयं जीने वाला वह राम हूँ मैं
इसीलिए आज मानव जाति के लिए भगवान राम हूँ मैं, भगवान राम हूँ मैं

सुरेन्द्र कुमार धोटे
सहायक श्रेणी प्रथम (आगार)
मंडल कार्यालय भोपाल

माँ

आधार है, विस्तार है, एक तेज सी रफ़्तार है....
झुकी नहीं, रुकी नहीं, ईश्वर का वो अवतार है....
मेरी नहीं, तेरी नहीं, बस माँ तो बस एक माँ ही है |
हँसती हुई, रोती हुई, हम सबकी वो तकदीर है|
औलाद को रख गर्भ में, सोती नहीं, खाती नहीं फिर भी एक माँ के रूप मेंमशगूल है|
तिनका–तिनका सजाए इस गर्भ काल का,
सपने सजाती वो रही, तकलीफ को कर अनदेखा एक लय में वो बहती रही..
अपने तन को रख के ताक़ पर, देती नया जीवन एक जीव को
मुस्कुराती-सी, इठलाती-सी वो एक काया, बदल जाती है एक बुनियाद में|
और अब बदल जाता है, सब एक पल के इस बदलाव में,
कभी जो थी एक मासूम सी, बन जाती है एक ढाल सी |
सैकड़ों रातें जगी है, तब जाके हम सब सोए हैं,
सैकड़ों दिन रही भूखी, तब जाके हम सब बन पाए हैं|
एक माँ ही है, जो हमारी तकलीफ को बिन कहे समझ पाई है ,
एक माँ ही है जो हमारे दर्द को एक क्षण में भाँप पाई है|
अथाह सी सागर है ये, इसमें तो सृष्टि समाई है|
एक मोम-सी नाजुक है जो, हमारे दर्द में एक पल में पिघल पाई है|
बचपन से लगाए हमें सीने से ये चलती रही, बढ़ती रही,
ना दर्द का, ना मर्ज़ का, इसे खुद का कब एहसास है,
अमृत कलश बन के कभी बहती रही, छलकती रही,
इसे समझ पाना नामुमकीन है कि ये इंसान या मशीन है?
रुकती नहीं, थकती नहीं..फिर भी ये कैसी ढाल है !
ये माँ ही जो इस सृष्टि में ईश्वर का एक अवतार है|
जननी है ये, अवनि ये है, दुनिया का ये आधार है,
इस माँ के ही आँचल में हमने दुनिया का हर सुख पाया है|
ना रहेगी साथ ये जीवन के अंतिम पड़ाव तक,
रख लो सजो के इस अवतार को, सबको कहाँ ये मिल पाती है?
माँ ही है, बस माँ ही जो करती नहीं अनदेखा हमें,
माँ ही है जो आँखों में देख हमारे दर्द को पढ़ पाती है|
करती हूँ शत–शत नमन, स्त्री के इस रूप को,
झुकी नहीं, रुकी नहीं, ईश्वर का वो अवतार है...

मीना चौरे रस्तोगी
सहायक श्रेणी तीन (तकनीकी)
मंडल कार्यालय, भोपाल

गेहूँ रबी विपणन वर्ष 2025-26

रबी विपणन मौसम : 2025-26 के लिए भारतीय गेहूँ की सभी किस्मों की खरीद के लिए एक समान विनिर्दिष्टियाँ :
गेहूँ निम्नानुसार होगा :

(क) जिसमें ट्राइटिकम बल्गर, टी. कॉम्पैक्टम, टी. स्फैरिओकोकोम,टी.ड्यूरम, टी.एस्टीवियुम और टी. डाइकोकोम के परिपक्व सूखे हुए दाने हों |

(ख) इनका आकार, बनावट,रंग और चमक प्राकृतिक हो |

(ग) मीठा, साफ, पुष्ट हो और बदबू, रंगहीनता, विषाक्त खरपतवार के बीजों सहित हानिकारक तत्वों के मिश्रण और नीचे दी गई अनुसूची में दर्शाई गई मात्रा को छोड़ अन्य सभी प्रकार की अशुद्धताओं से मुक्त हो |

(घ) अच्छी विपणीय अवस्था में हो |

(ड.) इसमें किसी भी रूप में अर्जिमोन मैक्सिकाना और लेथायरस सैटाईवस(खेसरी), रंगने वाले पदार्थ तथा खराब, हानिकारक और विषाक्त पदार्थ का मिश्रण न हो |

निर्दिष्ट मानकों की सूची:

विजातीय तत्व %	**अन्य खाद्यान्न %**	**क्षतिग्रस्त दाने %**	**आंशिक क्षतिग्रस्त दाने%**	**सिकुड़े और टूटे दाने %**	**घुने दाने %**
0.75	2.00	2.00	4.00	6.00	1.00

टिप्पणी :

1. 12% से अधिक और 14% तक नमी होने पर पूर्ण मूल्य में कटौती की जाएगी। 14% से अधिक नमी वाले खाद्यान्न को अस्वीकार कर दिया जाएगा।"
2. बिजातीय तत्व एवं निर्धारित समय सीमा के भीतर जहरीले खरपतवार के बीज 0.4% से अधिक नहीं होंगे जिनमें धतूरा और अकरा(विसिया प्रजाति) वजन के अनुसार क्रमश: 0.025 और 0.2% से अधिक नहीं होंगे |
3. भौतिक विश्लेषण के दौरान छिलके सहित दानों को खराब खाद्यान्न नहीं गिना जाएगा और छिलकों को निकाल दिया जाएगा और उन्हे जैविक विजातीय तत्व माना जाएगा |
4. क्षतिग्रस्त खाद्यान्नों हेतु निर्धारित समग्र सीमा के भीतर एरगोट प्रभावित दाने 0.05% से अधिक नहीं होंगे |
5. खाद्यान्न में जीवित जन्तुबाधा होने के मामले में 2 रुपये प्रति क्विंटल की कटौती से प्रधूमन प्रभार के रूप में वसूल किया जाएगा |
6. गिनती द्वारा निर्धारित घुने दानों के लिए, जिन खाद्यान्न में घुने दाने 1% से अधिक होंगे, उन्हें अस्वीकार कर दिया जाएगा। घुने दानों पर प्रति क्विंटल 2 रुपये की कटौती की जाएगी।

कपिल कुमार साहू
सहायक श्रेणी-I (तकनीकी)
क्षेत्रीय कार्यालय-भोपाल

रहनुमा

इस मतलबी से दौर में, मुझे राह दिखाने का
शुक्रिया।
बेहद लंबे, मुश्किल भरे थे रास्ते, मुझे आसां बनाने
का शुक्रिया।

मेरी छोटी-छोटी गलतियाँ, आपकी नसीहतों से
सुधर गई।
कभी भूला मैं पहचान तो " मैं क्या हूं" ये बताने का
शुक्रिया।

चार दीवारी में सिमटा हुआ था, अंजान जगह, हर शख्स अजनबी।
मुझे पतझड़ से निकाल कर, नई राह दिखाने का शुक्रिया।

माना वो एक दौर था, खेल खेल में बढ़ गई रंजिशे।
हार जीत तो विधान है, कह कर समझाने का शुक्रिया।

मैं ख़ामा-खाँ परेशान था, जब टूट कर बिखर गया।
मेरे ग़मों को साझा करने को, दो घूंट पिलाने का शुक्रिया।

अमरचंद मीना
सहायक श्रेणी। (तकनीकी)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

स्वस्थ जीवन के मंत्र

चैते चना, बैशाखे बेल ;
जेठे शयन, आसाढ़े खेल ।
सावन हरे, भादो तीत ;
क्वार में करो, गुड़ से प्रीत ।
कार्तिक मूली, अगहन तेल ;
पूष में करो, दूध से मेल ।
माघ मास घी, खिचड़ी खाय ;
फागुन उठकर नित्य नहाय।
यह बारह, जो सेवन करे ;
रोग दोष दु:ख तन कर हरे ।।

अर्थ-

चैत्र के महीने में चने का सेवन जरूर करना चाहिए। नया चना प्रकृति नव परिवर्तन के साथ पथ्य बन जाता है । जो फाल्गुन में अपनी नमी के चलते वात प्रधान था। वह चैत्र में औषध जैसा बन जाता है।

वैशाख के महीने में बेल फल का सेवन ज़रूर करना चाहिए। पूरे वैशाख मास के अंदर फलों में हमेशा बेल फल को भोजन का हिस्सा ज़रूर बनायें ।

ज्येष्ठ के महीने में जब दिन में बाहर भयंकर गर्मी पड़ती है तो दिन के समय शयन कर, जरूर आराम करना चाहिए। वैसे आयुर्वेद में दिन में सोना वर्जित होता है, लेकिन सिर्फ ज्येष्ठ के महीने में ही सोने को अनुकूल माना गया है।

आषाढ़ के महीने में खेल यानि विभिन्न प्रकार के खेल , योग , कसरत , एक्सरसाइज करनी चाहिए। आषाढ़ के महीने का मौसम अनुकूल होता है और शरीर को भी आने वाले मौसम के लिए तैयार रखना ज़रूरी हैं।

सावन के महीने में छोटी हरद का एक डंठल हर रोज एक दिन में एक बार मुंह में सुपारी की भांति रखकर के ज़रूरी खाना चाहिए। हरद त्रिफलों में एक महत्त्वपूर्ण औषधि है।

भाद्रपद महीने में तीत यानी किरायचा जरूर खाएं। किरायचा छोटे छोटे कवक जीवाणु आदि को शरीर से बाहर निकालता हैं, जो नुकसानदायक होते हैं।

आश्विन के महीने में गुड़ ज़रूर खाना चाहिए। रात को सोते समय एक गुड़ की छोटी सी डली खाकर के कुल्ला करके सो जाएं। पूरा शरीर डिटॉक्स हो जाएगा।

कार्तिक के महीने में मूली ज़रूर खाएं । कार्तिक मास की सुबह में अगर आपने मूली खाई तो वह औषध के समान शरीर को गुण देती है।

अगहन महीने में तेल का सेवन जरूर करें , क्योंकि बाहर के सर्द मौसम से चमड़ी शुष्क हो जाती है। और हमारी चमड़ी को भी वसा की ज़रूरत होती है । अगहन में तेल खाना भी चाहिए और तेल से शरीर का मसाज भी करना चाहिए।

पौष के महीने में दूध का सेवन ज़रूर करें। रात को सोते समय गाय का दूध अच्छी तरह से गर्म करने के पश्चात गुनगुना हो जाने पर सोते समय पीकरएन सोएं।

माघ के महीने में घी और खिचड़ी का भोजन जरूर करें। इस महीने में भगवान को भी खिचड़ी का ही भोग इसलिए लगाते हैं।

फाल्गुन के महीने में सुबह जल्दी उठकर अच्छी तरह से ज़रूर नहाना चाहिए, क्योंकि बाहर का मौसम इस महीने में उल्टा सीधा चलता रहता है। सुबह-सुबह सूर्योदय के साथ स्नान करके अपने शरीर के तापमान को संतुलित करना परम आवश्यक है।

हमारे पूर्वजों के द्वारा बताई गई ये समस्त बातें उनके वर्षों का अनुभव हैं। इसलिए ये सिर्फ किंवदंतियां नहीं बल्कि साइंटीफिक एवं पूर्ण निरापद बातें हैं।

ऐसा हर पदार्थ मौसम व समय के अनुसार खाया जाए तो औषध जैसा होता है एवं असमय सेवन से विष समान बन जाता है।

चंदन कुमार
सहायक श्रेणी-III(गोदाम)
मंडल कार्यालय,सतना

अन्न दर्पण: एक नई पहल

भारतीय खाद्य निगम (FCI) ने उपभोक्ता कार्य, खाद्य और सार्वजनिक वितरण मंत्रालय के तहत आपूर्ति शृंखला प्रबंधन में एक बड़ा डिजिटल परिवर्तन लाने के लिए मौजूदा डिपो ऑनलाइन सिस्टम को और उन्नत करते हुए एफसीआई ने "अन्न दर्पण" नामक एक नई माइक्रोसर्विस-आधारित आपूर्ति शृंखला प्रबंधन प्रणाली की शुरुआत की है। अन्न दर्पण एक एकीकृत डिजिटल प्लेटफॉर्म है, जिसका उद्देश्य मंडियों, मिलों, डिपो, क्षेत्रीय और मुख्यालय स्तर पर एफसीआई की पूरी आपूर्ति शृंखला को आधुनिक बनाना है। यह उन्नत प्रौद्योगिकी और क्लाउड आधारित वातावरण का इस्तेमाल कर एफसीआई की मौजूदा आपूर्ति शृंखला को सुचारू और अधिक पारदर्शी बनाएगा। सिस्टम के अंतर्गत बेहतर दक्षता, डेटा-संचालित निर्णय लेना, इंटरएक्टिव और यूजर-फ्रेंडली इंटरफेस के साथ-साथ बाहरी सिस्टम्स के साथ एकीकरण जैसे पहलू शामिल हैं। एफसीआई का लक्ष्य मौजूदा प्रणालियों की सीमाओं को पार कर आपूर्ति शृंखला की उत्पादकता बढ़ाना और अनावश्यक प्रक्रियाओं को समाप्त करना है। यह पोर्टल मौजूदा "डिपो ऑनलाइन सिस्टम (DOS) को प्रतिस्थापित करने के लिए बनाया गया है और मंडियों, गोदामों एवं भारतीय खाद्य निगम के विभिन्न कार्यात्मक स्तरों को कवर करता है।

अन्न दर्पण प्रणाली की प्रमुख विशेषताएँ और उद्देश्य निम्न प्रकार हैं:

1. अधिकतम दक्षता: इस पोर्टल को विभिन्न स्तरों पर जिसमें मंडियाँ, मिलें, डिपो और मुख्यालय शामिल हैं, सप्लाई चेन कार्यों को सुगम और सरल बनाने के लिए डिज़ाइन की गई है।

2. कर्मियों के अनुकूल इंटरफ़ेस: एफ़सीआई में कार्यरत कर्मियों के लिए एक अधिक अंतः क्रियात्मक और उपयोगकर्ता के अनुकूल अनुभव बनाना है।

3. डेटा आधारित निर्णय: समन्वित डेटा के आधार पर कम समय में अधिक उचित निर्णय लिया जा सकेगा ।

4. मोबाइल प्रथम दृष्टिकोण : इसे स्मार्टफोन और टैबलेट पर आसानी से कार्य करने के लिए डिज़ाइन किया गया है, जिससे किसानों, आपूर्तिकर्ताओं और एफसीआई कर्मचारियों को कहीं से भी जानकारी प्राप्त करने और कार्यों का प्रबंधन करने की सुविधा मिलती है।

5. एकीकृत प्रणाली: यह मौजूदा आंतरिक प्रणालियों को विलय करने और एकीकृत करने के लिए डिज़ाइन किया गया है ताकि समग्र दक्षता में सुधार हो सके।

अन्न दर्पण पोर्टल के अलावा, भारतीय खाद्य निगम और खाद्य एवं सार्वजनिक वितरण विभाग ने देश में भंडारण एवं आपूर्ति की निगरानी हेतु अन्य कई पोर्टल भी विकसित किए जा रहे हैं|

डिपो दर्पण पोर्टल: डिपो दर्पण पोर्टल एक डिजिटल निगरानी प्रणाली है, जिसे उपभोक्ता मामले, खाद्य एवं सार्वजनिक वितरण मंत्रालय द्वारा खाद्य भंडारण में पारदर्शिता, सुरक्षा और दक्षता बढ़ाने के लिए लॉन्च किया गया है|

अन्न मित्र ऐप : सार्वजनिक वितरण प्रणाली (PDS) में शामिल डीलरों और निरीक्षकों के लिए एक मोबाइल ऐप।

अन्न सहायता प्लेटफॉर्म : राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा अधिनियम (NFSA) और अन्य योजनाओं के लाभार्थियों के लिए एक शिकायत निवारण प्लेटफॉर्म।

वास्तव में अन्न दर्पण एफ़सीआई के संचालन को सरल बनाने और उत्पादकता बढ़ाने में बहुत ही फायदेमंद होगा। यह समग्र रूप से मंडियों, मिलों और डिपो स्तर पर पूरी आपूर्ति शृंखला को कवर करता है, जिससे समग्र दक्षता और पारदर्शिता में बढ़ोतरी होगी।

बाबूलाल यादव
सहायक महाप्रबंधक (गु.नि.)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

अफ़सोस

बात आज से लगभग 27 साल पुरानी है | उन दिनों गर्मियों के मौसम में 2-3 महीने स्कूल की छुट्टियाँ हुआ करती थीं | चूँकि मेरे पिताजी सरकारी विभाग में कार्यरत थे तथा उनकी पोस्टिंग हमारे गृहनगर से लगभग 250 किलोमीटर दूर थी अतः मैं अपने पिताजी-माताजी के साथ वहीं रहता था तथा गर्मियों की छुट्टियाँ बिताने दादा-दादीजी के पास चला जाता था | इस बार मेरी छुट्टियों के दौरान पिताजी को ऑफिस के किसी काम से बाहर जाना पड़ा| अतः मेरा गृहनगर जाना दादाजी के साथ तय हुआ | मेरी माँ ने रात में ही मेरा बैग तैयार कर दिया था | अगली सुबह मैं दादाजी के साथ बस से निकल गया| रास्ते में कितनी बार दादाजी की गोद में सोया ठीक से कुछ याद नहीं| हमारे गंतव्य पर पहुँचने पर बस कंडक्टर ने जब बस से उतरने के लिए आवाज लगाई तब जाकर अचानक से आँख खुली |

मई-जून की भर दुपहरी में दिन के लगभग 12:30 बजे बस ने शास्त्री नगर तिराहे, ग्वालियर पर उतारा जहाँ से हमारा घर लगभग 800 मीटर की पैदल दूरी पर था| इतनी तेज दुपहरी में पैदल चलना बहुत मुश्किल हो रहा था | थोड़ी दूर चलते ही सड़क के किनारे पानी से भरा हुआ गड्ढा दिखाई दिया, जिसमें एक बड़ा कुत्ता और 5 छोटे पिल्ले अपनी जीभ निकाल कर हाँफ रहे थे और बीच-बीच में लपर-लपर उसी गड्ढे से पानी पी रहे थे | शायद वो बड़ा कुत्ता उनकी माँ ही होगी तभी सभी पिल्ले बड़े सुकून से अपनी माँ के आँचल में बैठे हुए थे | जब दादाजी ने मुझे इस तरह टकटकी लगाते हुए देखा तो बोले कि “अभी घर पहुँच कर तुम्हें भी नहला देंगे जिससे तुम्हें भी गर्मी से निजात मिलेगी और थकावट भी दूर हो जाएगी |” जल्दी ही हम घर पहुँच गए और दादाजी ने दरवाजे की घंटी बजाई, दादीजी ने तुरंत दरवाजा खोला और मुझे गोद में लेकर दुलारने-पुचकारने लगी |

कुछ 4-5 दिन बाद मैं अपनी कॉलोनी के बच्चों के साथ खेलते-खेलते उसी पानी से भरे गड्ढे के पास पहुँच गया जहाँ आज सिर्फ खाली गड्ढा था, शायद प्रचंड गर्मी की वजह से पानी सूख गया होगा | आस-पास देखा तो घनी झाड़ियों से कुछ कूँ-कूँ की आवाज़ सुनाई दी पास जाकर देखा तो वहाँ सिर्फ चार पिल्ले बैठे हुए थे, पाँचवा शायद अपनी माँ के साथ कहीं चला गया होगा | चूँकि मेरा पसंदीदा रंग काला था इसलिए मैंने उसी रंग के पिल्ले को बाहर निकालना चाहा किन्तु वो और बचे हुए दो पिल्ले और गहरी झाड़ियों में घुस गए | बचा एक मटमैला रंग का पिल्ला जो बड़े आराम से मेरे खींचने पर आ गया| उसके पंजों और बालों में कुछ सूखी मिट्टी चिपकी हुई थी और उसके मटमैले रंग की वजह से वो काफी गंदा भी दिख रहा था इसलिए मैंने सोचा ”तेज गर्मी पड़ रही है क्यूँ ना उसे नहला दिया जाए जिससे उसे गर्मी से निजात मिलेगी और साफ-सफाई भी हो जाएगी |” मैं उसे चुपचाप अपने घर ले आया और दादीजी से छुपते-छुपाते दबे पाँव सीधे छत पर चला गया | उन दिनों घरों में पानी के स्टोरेज के लिए सीमेंट की टंकी हुआ करती थी। मैं उस पिल्ले को सीधे छत पर ले गया और कुछ देर उसके साथ खेलने के बाद, उसे 2-3 बिस्किट खिलाने पश्चात नहलाने का निर्णय लिया। मैंने उस टंकी की गहराई ज़्यादा होने की वजह से उसमें से पानी न निकाल कर सीधे पिल्ले को उसमें डाल दिया । कुछ देर वो मेरे हाथ की पकड़ में रहा और बराबर कूँ-कूँ की आवाज निकालने के साथ पीछे के पाँव चलाता रहा । उस समय की मेरी समझ से उसका पाँव फड़-फड़ाना पानी में तैरना था । इसी बीच नीचे से दादीजी का बुलावा आ गया । मैंने जल्दी से उस पिल्ले की ओर देखा । अचानक उसकी निरीह नज़रों से मेरी नज़रें एक पल के लिए जुड़ सी गईं, मानो वो पल मेरे जीवन में हमेशा के लिए कैद होना चाहता था | उसकी उदास आँखें मुझसे कुछ कहना चाह रहीं थीं । खैर मैंने डर से पिल्ले को उसी टंकी में छोड़ दिया और ये सोच कर कि अभी उसे तैरने दो बाद में निकाल लूँगा नीचे चला आया । सुबह-सुबह मेरे कानों में दादीजी की कुछ बढ़-बढ़ाने की आवाज़ सुनाई दी | अचानक से नींद में उस पिल्ले का सोच कर झटका लगा और मैं तुरंत खड़ा होकर छत की तरफ भागा | वहाँ पहले से दादाजी-दादीजी और आस-पास के 2-3 लोग मौजूद थे | मैं वहाँ चुप-चाप खड़ा हो गया लेकिन मन में दुःख का उमड़ाव समाए नहीं सम रहा था | अंत में उस पिल्ले को पानी से निकाला गया और कपड़े में लपेटकर ले जाया जाने लगा | यह सब देखकर मुझसे रहा न गया और मैं दादाजी से लिपटकर फूट-फूट कर रोने लगा | दादाजी मुझे

पुचकारने लगे और वहाँ उपस्थित सभी लोगों ने मेरी गलती न होने का दिखावा किया | शायद सभी को पता था कि इस सब के पीछे कौन जिम्मेदार है किन्तु बच्चा होने के नाते सब इस घटना से अंजान बनते हुए दिखे |
उस घटना को आज कई साल बीत गए किन्तु आज भी इन आँखों में उस मूक प्राणी का चेहरा और उसकी आँखों से कहा गया वह आखिरी शब्द मुझे फूट-फूट कर रोने पर मजबूर कर देता है | उस ज़रा-सी जान का यूँ अकेले पानी में जीने के लिए संघर्ष करना और फिर थक-हार कर काल के गाल में समा जाना, उसकी वो आखिरी तड़प मेरा आज भी दम घोंट देती है | बस उस बेजुबान ने मेरे दिल में इतना गहरा घाव किया कि आज उस जैसे कई मूक प्राणियों की सेवा / मदद करना ही उस घाव की एक मात्र दवा है| ख़ैर बात जितनी पुरानी है **अफ़सोस** उतना ही गहरा |

सत्यम शर्मा
सहायक श्रेणी-II (गोदाम)
मण्डल कार्यालय, ग्वालियर

तुम हो कौन

तुम ही मेरी चाहत हो।
तुम ही मेरी आदत हो।

बिन तेरे न लागे मन मेरा।
बैचेनी क्या होती है मुझसे पूछो ज़रा।

तू है मेरे हाथ का गहना।
तू है तो काबू में है दुनिया।

देर रात तक तुम्हारे साथ का एहसास।
भूल जाऊँ मैं मेरा आसपास।

दोस्त भी तू , प्यार भी तू।
एक भी तू और अनेक भी तू।

गतिशील भी तू , चलनशील भी तू।
ज़िंदगी के सफर में काफी है तू।

तू ही तो है चंचल सा प्यार मेरा
ज़िंदगी के सफर में हमसफर मेरा

तू ही मेरा सचल दूरभाष।
तू मोबाइल सबका संचार खास।

उत्तरा सं. बागवे
प्रबन्धक (लेखा)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

जिगर के ज़ख़्म

सभी नग्मात ऊँचे कंठ से गाए नहीं जाते,,

जिगर के ज़ख़्म चौराहे पर दिखलाए नहीं जाते..

ज़रूरत है परवरिश की बगीचों के गुलाबों की,,

बियाबान में खड़े वटवृक्ष सिंचवाएं नहीं जाते..

जिसे देखा वही बेताब है बुर्ज बनने को,,

शहर में नींव के पत्थर पाए नहीं जाते..

नहीं सियासत की गलियां ये कोयले की खदाने हैं,,

यहां उजले अंगरखे पहने पहनाए नहीं जाते..

समय की सोनमुंदरी से जुड़े यह शख्सियत कैसे,,

तराशे बिना पुखराज कभी जड़वाए नहीं जाते..

कभी आंसू कभी अश्वार जज़्बों को दिए हमने,,

भिखारी हमारे यहां से खाली हाथ नहीं जाते..

जिगर के ज़ख़्म चौराहे पर दिखलाए नहीं जाते..!!

सोमकांत निमरोत
प्रबंधक (आगार),
मंडल कार्यालय, ग्वालियर

ग्वालियर का राजनीतिक एवं ऐतिहासिक केन्द्र रहा मोती महल

ग्वालियर क्षेत्र में स्थित "मोती महल" एक ऐतिहासिक इमारत है, जिसका निर्माण 1825 में सिंधिया शासकों ने करवाया था। इसे हिंदू स्थापत्य शैली में बनाया गया था और यह 130 से अधिक वर्षों तक मध्य भारत के राजनीतिक केंद्र के रूप में कार्य करता था, जहाँ मध्य भारत की विधानसभा भी बैठती थी। यह इमारत आज भी ग्वालियर की प्रमुख ऐतिहासिक इमारतों में से एक है और इसके अंदर की उत्कृष्ट नक्काशी और भित्तिचित्र इसकी भव्यता को दर्शाते हैं।

(छायांकन : श्री अंकित भार्गव)

1947 में जब देश को आज़ादी मिली तो इसके बाद ग्वालियर को मध्य भारत की राजधानी बनाया गया. उस वक्त इसी मोती महल में मध्य भारत की विधानसभा बैठा करती थी| मध्य भारत में छोटी बड़ी 22 रियासतें शामिल थीं| 1947 में तत्कालीन राजप्रमुख महाराज जीवाजी राव सिंधिया ने मध्यभारत के पहले मुख्यमंत्री लीलाधर जोशी को शपथ दिलाई थी| सन् 1947 से 31 अक्टूबर 1956 तक मोतीमहल मध्यभारत राज्य की विधानसभा रही है| मध्य भारत प्रांत की पहली विधानसभा का उद्घाटन सरदार वल्लभ भाई पटेल ने 28 मई 1948 को मोती महल में ही किया था।

मोती महल की दीवारों और स्तंभों पर रागों पर आधारित जीवंत चित्रकारी की गई है, और कुछ कक्षों में असली सोने का पानी चढ़ा है। मोती महल सिंधिया राजवंश के समय से लेकर मध्य भारत प्रांत के गठन के बाद तक ग्वालियर की सत्ता का केंद्र रहा है।

वर्तमान में मोती महल को एक संग्राहलय के रूप में परिवर्तित कर दिया गया है। इस महल के सामने बैजाताल एक खूबसूरत सरोवर बना हुआ है, जिसे देखने के लिए सैलानियों की काफी भीड़ रहती है।

इस महल ने आजादी के पहले से लेकर विकासशील भारत तक की कई तस्वीरें देखी हैं। मोती महल ग्वालियर की राजनीतिक एवं एतिहासिक विरासत में एक खासा महत्त्व रखता था।

अंकित भार्गव
सहायक श्रेणी- II (डिपो),
मंडल कार्यालय, ग्वालियर

मंज़िल अभी दूर है

अभी तो बस शुरुआत है........
मंज़िल अभी दूर है......
दिन-उजालों में न रुकना.....
घोर अंधेरों में भी चलना ......
थक जाना मंजूर है.......
ओ राही...... तेरी मंज़िल अभी दूर है ।

एक सुकून की तलाश में .....
पीछे छोड़ तू क्या आया ?....
क्या खोया क्या पाया........
समझ अभी तक न आया .....
ख़ैर .... सच झूठ की तलाश में ...
गया चेहरे का नूर है.......
ओ राही...... तेरी मंज़िल अभी दूर है ।

इतना सुलझा जीवन मिला ....
खुद कितना उलझा लिया......
फिर लगे सुलझाने इसको......
जो था बचा गँवा लिया ....
दयनीय हालात हो गए ....
फिर भी न जाने क्या गुरूर है?.....
ओ राही चलता रह ...... तेरी मंज़िल अभी दूर है ।

दिन बरसातों के भी आते ....
ठंडी हवा .... खुली खिड़की....
बूंदे पानी की चेहरे पर पड़ती......
शांत मन गहरा मौन ......
पर.....लोभी मन लालच कहाँ त्यागे?
हो हाथ में प्याली एक चाय.........
काश!.....वक्त यहीं थम जाए.....
नीति को न यह मंज़ूर है.......
ओ राही रुकना नहीं........ मंज़िल अभी दूर है ।
चलता रह ...... तेरी मंज़िल अभी दूर है ।

हरप्रीत सिंह
सहायर श्रेणी-तृतीय (राजभाषा)
मंडल कार्यालय,ग्वालियर

मैं ज़िंदा हूँ....

एक पार्टी में जहाँ कई मशहूर हस्तियाँ मौजूद थीं, एक बुज़ुर्ग महिला मंच पर छड़ी के सहारे आई और अपनी सीट पर बैठ गई। होस्ट ने पूछा, "क्या आप अब भी डॉक्टर के पास अक्सर जाती हैं?"

बुज़ुर्ग महिला बोली, "हाँ, मैं तो अक्सर जाती हूँ!"

होस्ट ने पूछा, "क्यों?"

बुज़ुर्ग महिला मुस्कराकर बोली, "मरीज़ों को तो डॉक्टर के पास जाना चाहिए, तभी तो डॉक्टर ज़िंदा रहेगा!"
श्रोता तालियों से गूंज उठे उस बुज़ुर्ग महिला की हाज़िर जवाबी पर।
फिर होस्ट ने पूछा, "तो क्या आप फार्मासिस्ट के पास भी जाती हैं?"

बुज़ुर्ग महिला बोली, "ज़रूर! क्योंकि फार्मासिस्ट को भी तो जीना है!"
अबकी बार और ज़्यादा तालियाँ बजीं।
होस्ट ने हँसते हुए पूछा, "तो फिर क्या आप फार्मासिस्ट की दी हुई दवा भी लेती हैं?"

बुज़ुर्ग महिला बोली, "नहीं! दवाइयाँ तो अक्सर फेंक देती हूँ... मुझे भी तो जीना है!"
इस पर तो पूरा हॉल ठहाकों से गूंज उठा।
अंत में होस्ट ने कहा, "आपका धन्यवाद कि आप इस इंटरव्यू के लिए आईं।"

बुज़ुर्ग महिला बोली, "आपका स्वागत है! मुझे मालूम है, आपको भी तो जीना है!"
श्रोता इतने हँसे कि देर तक तालियाँ बजती रहीं।
फिर एक और सवाल हुआ, "क्या आप अपने व्हाट्सएप ग्रुप में भी एक्टिव रहती हैं?"

बुज़ुर्ग महिला बोली, "हाँ, बीच-बीच में मैसेज भेजती रहती हूँ, ताकि सबको लगे कि मैं ज़िंदा हूँ! वरना सब समझेंगे कि मैं चली गई और ग्रुप एडमिन मुझे हटा देगा!"
कहते हैं ये चुटकुला दुनिया का सबसे मज़ेदार चुटकुला माना गया, क्योंकि सबको जीना है!

तो मेरे प्यारे दोस्तों, मुस्कुराते रहिए, संदेश भेजते रहिए, और अपनों से जुड़े रहिए!

लोगों को पता चलता रहना चाहिए कि आप ज़िंदा हैं, खुश हैं, और तंदरुस्त हैं — शरीर से भी और मन से भी !

संकलनकर्ता - मेधा यादव
प्रबंधक (राजभाषा)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

क्षेत्रीय कार्यालय में आयोजित विभिन्न गतिविधियाँ

अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक (सीएमडी) : दौरा

दिनांक 24.04.2025 को भारतीय खाद्य निगम, मुख्यालय नई दिल्ली से माननीय अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक महोदय श्री आशुतोष अग्निहोत्री (आईएएस) द्वारा भारतीय खाद्य निगम, मण्डल कार्यालय उज्जैन के अधीन आने वाले भंडारण केंद्र एवं मंडी क्षेत्र का निरीक्षण किया गया| भंडारण केंद्र उज्जैन निरीक्षण के दौरान अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक महोदय द्वारा भंडारण क्षमता को शत-प्रतिशत भंडारण करने के लिए उज्जैन (टीम) की प्रशंसा की गई साथ ही गोदाम में लगे पेड़-पौधों का आगे भी इसी प्रकार ध्यान रखने हेतु निर्देशित किया। तत्पश्चात राजस्व जिला आगर मालवा के उपार्जन केंद्र PACS तनोडिया का निरीक्षण किया तथा वहां उपस्थित किसानों से चर्चा की।

अंतर क्षेत्रीय सांस्कृतिक प्रतियोगिता 2025 में प्रतिभागिता

- ❖ नरसिंह अवतार एवं हिरण्यकश्यप वध थीम आधारित लोकनृत्य की प्रस्तुति देते हुए मध्यप्रदेश क्षेत्र के कलाकार
- ❖ गोंधल लोक नृत्य प्रस्तुत करते हुए क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल के श्री यशोदीप जाधव, सहायक श्रेणी II (सामान्य), जिसके लिए उन्हें स्पेशल परफॉर्मेंस अवार्ड दिया गया।

- नारी सशक्तिकरण थीम आधारित नाटक का मंचन करते हुए मध्यपरदेश क्षेत्र के कलाकार
- एकल वाद्य यंत्र में गिटार के साथ अपनी प्रस्तुति देते हुए क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल के श्री कौस्तुभ सोनी, सहायक श्रेणी। (सामान्य)
- एकल गायन में अपनी प्रस्तुति देते हुए मण्डल कार्यालय, इंदौर के श्री चित्रांक बाल, सहायक श्रेणी। (तकनीकी)

माननीय संसदीय राजभाषा समिति की दूसरी उप समिति द्वारा राजभाषायी निरीक्षण

संसदीय राजभाषा समिति की दूसरी उप समिति द्वारा दिनांक 04.07.2025 को मंडल कार्यालय इंदौर का सफल निरीक्षण किया गया| इस दौरान मंडल कार्यालय इंदौर केंद्र सरकार अन्य 11 कार्यालयों का निरीक्षण किया गया जिसकी सम्पूर्ण समन्वय की जिम्मेदारी मंडल कार्यालय को सौंपी गई | मंडल प्रबंधक महोदय के अथक प्रयासों की माननीय समिति सदस्यों तथा भारतीय खाद्य निगम के उच्चाधिकारियों द्वारा सराहना की गई तथा साथ की मंडल कार्यालय इंदौर की एकता तथा समन्वय की प्रशंसा की गई I

माननीय संसदीय राजभाषा समिति
की दूसरी उप समिति की निरीक्षण बैठक
04 जुलाई, 2025, इंदौर (म.प्र.)
एनटीपीसी NTPC
खरगोन KHARGONE
पावरग्रिड POWERGRID

माननीय संसदीय राजभाषा समिति की दूसरी उप समिति द्वारा राजभाषायी निरीक्षण

संसदीय राजभाषा समिति की दूसरी उपसमिति द्वारा दिनांक 04.07.2025 को मंडल कार्यालय, उज्जैन का सफलतापूर्वक निरीक्षण किया गया | मंडल कार्यालय, उज्जैन द्वारा किए जा रहे राजभाषा संबंधी कार्यों की माननीय समिति सदस्यों तथा भारतीय खाद्य निगम के उच्चाधिकारियों द्वारा सराहना की गई। माननीय समिति द्वारा मण्डल कार्यालय, उज्जैन को उनके प्रयासों तथा राजभाषा निरीक्षण के लिए “संतोषजनक” प्रमाण पत्र भी प्रदाय किया गया।

संसदीय राजभाषा समिति

गृह मंत्रालय / भारत सरकार

निरीक्षण प्रमाण-पत्र

संसदीय राजभाषा समिति का गठन राजभाषा अधिनियम 1963 की धारा 4 के तहत वर्ष 1976 में किया गया। यह एक विशेषाधिकार प्राप्त समिति है। इस समिति में 30 संसद सदस्य हैं, 20 लोक सभा से और 10 राज्य सभा से। माननीय गृह मंत्री जी इस समिति के अध्यक्ष हैं। इस समिति का प्रमुख कार्य संघ के राजकीय प्रयोजनों के लिए हिंदी के प्रयोग में हुई प्रगति का पुनरीक्षण और समीक्षा कर सिफारिशें करते हुए अपनी रिपोर्ट माननीय राष्ट्रपति जी को प्रस्तुत करना है।

इसी क्रम में संसदीय राजभाषा समिति द्वारा दिनांक 04.07.2025 को भारतीय खाद्य निगम, मंडल कार्यालय, उज्जैन का निरीक्षण किया गया। समिति द्वारा निरीक्षण में आपके कार्यालय में राजभाषा हिंदी के प्रयोग व कार्यान्वयन को ~~उत्कृष्ट/अच्छा~~/संतोषजनक पाया गया।

भर्तृहरि महताब

(भर्तृहरि महताब)
उपाध्यक्ष
संसदीय राजभाषा समिति

(उज्जवल रमण सिंह)
संयोजक
दूसरी उप-समिति

कार्यालय का पता: 11, तीन मूर्ति मार्ग, नई दिल्ली-110011, दूरभाष : 011-21411167
Email: us2ndsubcommittee@gmail.com

अखिल भारतीय अंतर आंचलिक बैडमिंटन एवं टेबल टेनिस प्रतियोगिता 2025

क्षेत्रीय खेलकूद एवं सांस्कृतिक प्रोत्साहन समिति, मध्यप्रदेश भोपाल द्वारा दिनांक 05 जुलाई, 2025 से 07 जुलाई, 2025 तक भोपाल स्थित तात्या टोपे नगर स्टेडियम में “अखिल भारतीय अंतर आंचलिक बैडमिंटन एवं टेबल टेनिस प्रतियोगिता 2025” का आयोजन किया गया, जिसका शुभारंभ दिनांक 05 जुलाई, 2025 को श्री अश्विनी कुमार गुप्ता, माननीय कार्यकारी निदेशक (पश्चिम) के कर कमलों द्वारा दीप प्रज्वलन कर किया गया।

उक्त प्रतियोगिता में भारतीय खाद्य निगम के पाँचों अंचल (उत्तर, उत्तर पूर्व, दक्षिण, पश्चिम, पूर्व) एवं मुख्यालय की टीमों द्वारा प्रतिभागिता की गई। सभी प्रतिभागी खिलाड़ियों द्वारा उत्कृष्ट खेल का प्रदर्शन किया गया।

प्रतियोगिता का समापन दिनांक 07.07.2025 को किया गया। समापन कार्यक्रम के दौरान भारतीय खाद्य निगम के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक श्री आशुतोष अग्निहोत्री भा.प्र.से. की गरिमामयी उपस्थिति रही।

श्री आशुतोष अग्निहोत्री भा.प्र.से., अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, भारतीय खाद्य निगम ने अपने प्रेरणादायी उद्बोधन से सभी खिलाड़ियों और कार्मिकों को और अधिक बेहतर बनने के लिए प्रेरित किया। उनकी ओजस्वी वाणी से स्टेडियम में उपस्थित सभी कार्मिकों एवं खिलाड़ियों के भीतर एक नई ऊर्जा का संचार हुआ। श्री आशुतोष अग्निहोत्री भा.प्र.से., अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, भारतीय खाद्य निगम द्वारा खिलाड़ियों के उत्साहवर्धन हेतु अपनी सुप्रसिद्ध कविता **"दौड़ने का सलीका"** का भी वाचन किया गया, जिसकी कुछ प्रेरणादायी पंक्तियाँ निम्नानुसार हैं :-

"हम दौड़े हैं इसीलिए नहीं कि
ताली की ध्वनि मीठी है
हम दौड़े हैं बस अपनी धुन में
जिससे सुरभित वीथी है
हम दौड़ेंगे तो गिरना, उठना
उठकर चलना होगा ही
हम दौड़ेंगे तो थक कर रुकना
रुक कर बढ़ना, होगा ही"

अपने प्रेरक वचनों के उपरांत भारतीय खाद्य निगम के मुखिया श्री आशुतोष अग्निहोत्री भा.प्र.से., अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, भारतीय खाद्य निगम समस्त विजेताओं को पदक एवं ट्रॉफी वितरित की गईं। सभी अंचलों से आए खिलाड़ियों द्वारा क्षेत्रीय खेलकूद एवं सांस्कृतिक प्रोत्साहन समिति द्वारा की गई कार्यक्रम की आयोजन व्यवस्थाओं की भूरि-भूरि सराहना की गई।

मो. परवेज
सचिव,
क्षेत्रीय खेलकूद प्रोत्साहन समिति, भोपाल

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 52वीं अर्ध वार्षिक बैठक

भारतीय खाद्य निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल द्वारा नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (उपक्रम) की 52वीं बैठक नराकास कार्यालय भारत संचार निगम लिमिटेड के साथ संयुक्त रूप से दिनांक 05.08.2025 को भोपाल स्थित होटल शुभ इन में आयोजित की गई। उक्त बैठक की अध्यक्षता भारत संचार निगम लिमिटेड के मुख्य महाप्रबंधक श्री मिथिलेश कुमार द्वारा की गई। बैठक में श्री विशेष गढ़पाले भा.प्र.से. की गरिमामयी उपस्थिति रही। बैठक के दौरान नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति द्वारा राजभाषा क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने वाले कार्यालयों को पुरस्कृत करते हुए ट्रॉफी एवं प्रमाण पत्र वितरित किए गए।

स्वतंत्रता दिवस समारोह

स्वतंत्रता दिवस समारोह के दौरान सर्वप्रथम महाप्रबंधक (क्षेत्र) महोदय श्री विशेष गढ़पाले भा.प्र.से. द्वारा ध्वजारोहण किया गया | इसके पश्चात महाप्रबंधक महोदय (क्षेत्र) सहित उपस्थित समस्त कार्मिकों द्वारा राष्ट्रगान गाया गया। कार्यक्रम में क्षेत्रीय कार्यालय में पदस्थ कार्मिकों एवं उनके बच्चों द्वारा विभिन्न मनमोहक प्रस्तुतियाँ दी गईं। तत्पश्चात महाप्रबंधक (क्षेत्र) एवं मुख्य अथिति महोदय द्वारा अपने उद्बोधन में कार्मिकों को राष्ट्र प्रेम के प्रति जागरूक एवं विकास में सहयोगी बनने हेतु प्रेरित किया गया| कार्यक्रम के दौरान वर्ष 2024-25 में मध्यप्रदेश क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने वाले कुल 10 कार्मिकों को महाप्रबंधक(क्षेत्र) महोदय द्वारा ट्रॉफी एवं प्रमाण पत्र प्रदान किए गए | कार्यक्रम का समापन श्री नितेन्द्र सिंह, उप महाप्रबंधक (क्षेत्र) के प्रेरणादायी उद्बोधन के साथ किया गया |

भारतीय खाद्य निगम, क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल द्वारा दिनांक 22.04.2025 को आंगनवाड़ी एवं विद्यालय में बच्चों को स्वस्थ जीवनशैली पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन एवं पोषण किट वितरण

योग दिवस 2025

Galaxy A23

Galaxy A23

भारतीय खाद्य निगम क्षेत्रीय कार्यालय भोपाल
International Day of Yoga
21 June
Galaxy A23

मण्डल कार्यालय, उज्जैन में योग दिवस

मण्डल कार्यालय, ग्वालियर में योग दिवस

अधिप्राप्ति सुधारों पर राज्य स्तरीय कार्यशाला का आयोजन

दिनांक 25 अगस्त 2025, कुशाभाऊ ठाकरे, इंटरनेशनल कोन्वेंशन सेंटर, भोपाल में अधिप्राप्ति सुधारों पर राज्य स्तरीय कार्यशाला का आयोजन उपभोक्ता मामले, खाद्य और सार्वजनिक वितरण विभाग, भारत सरकार द्वारा किया गया। जिसकी अध्यक्षता श्री संजीव शंकर, अतिरिक्त सचिव और वित्तीय सलाहकार, सार्वजनिक वितरण विभाग, भारत सरकार के मार्गदर्शन में की गई। इसके साथ मिस शिखा सी, संयुक्त सचिव (नीति एवं भारतीय खाद्य निगम), (उपभोक्ता मामले, खाद्य और सार्वजनिक वितरण विभाग) ज्योत्सना गुप्ता, निदेशक, श्री मातेश्वरी प्रसाद मिश्रा, निदेशक (भंडारण), श्री हर्षित द्विवेदी, सहायक अनुभाग अधिकारी (ASO) द्वारा भारत सरकार की ओर से कार्यक्रम में सम्मिलित होकर विभिन्न उपार्जन संबंधी विभिन्न विषयों पर उपस्थित प्रतिभागियो का मार्गदर्शन किया गया ।

इस कार्यशाला में श्रीमती रश्मि अरुण शमी, अपर मुख्य सचिव, खाद्य और नागरिक आपूर्ति व उपभोक्ता संरक्षण विभाग, मध्य प्रदेश शासन तथा श्री अनुराग वर्मा, प्रबंध निदेशक MPSCSC & MPWLC, भोपाल, श्री कर्मवीर शर्मा, खाद्य आयुक्त, खाद्य विभाग, मध्य प्रदेश शासन, भोपाल एवं अन्य वरिष्ठ अधिकारी आयुक्त सहकारिता एवं प्रबंध संचालक, एपेक्स बैंक, भोपाल, MPSCSC, MPWLC, NCCF जिला खाद्य कार्यालय, क्षेत्रीय कार्यालय भोपाल, मण्डल कार्यालय भोपाल के वरिष्ठ अधिकारियों/कर्मचारियों से जुड़े अन्य स्टेकहोल्डेरों ने भी भाग लिया और उनके बीच लाभकारी चर्चा हुई । इस कार्यशाला में भारतीय खाद्य निगम, मुख्यालय, नई दिल्ली से श्री एम. एस. भुल्लर मुख्य महाप्रबंधक (सूचना प्रौद्योगिकी), श्री बी. एस. भाटी महाप्रबंधक (एस एंड सी) और आंचलिक कार्यालय (प) मुंबई से श्री अश्वनी कुमार गुप्ता, कार्यकारी निदेशक (पश्चिम) एवं मध्यप्रदेश क्षेत्र से महाप्रबंधक (क्षेत्र) श्री विशेष गढ़पाले, IAS, एवं अन्य अधिकारी तथा NIC से श्री रवि गुप्ता, वरिष्ठ तकनीकी निदेशक (एन.आई.सी.) महोदय के सक्षम मार्गदर्शन में आयोजित किया गया।

कार्यशाला का मुख्य उद्देश्य PCSAP, JPV, CFPP & CFSP Portal की जानकारी, विशेष रूप से गेहूँ और चावल की सरकारी उपार्जन और खरीद की गति एवं मात्रा को बढ़ाया जाना एवं उक्त पोर्टल में आए अतिरिक्त समस्याओं का निवारण करना था। इस कार्यशाला के दौरान म.प्र. सरकार के खाद्य मंत्रालय के उच्च अधिकारियों द्वारा इस विषय में अपने महत्त्वपूर्ण सुझाव दिए।

सभी विषयों पर विस्तृत चर्चा उपरांत उक्त कार्यशाला का सफलतापूर्वक समापन किया गया।

क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल में चिकित्सा शिविर

खेल भावना

मिर्ज़ा ग़ालिब का मशहूर दार्शनिक शेर है-

“बाज़ीचा-ए-अतफ़ाल है दुनिया मेरे आगे,
होता है शबो-रोज़ तमाशा मेरे आगे।”

ग़ालिब अपने शेर में कह रहे हैं कि दुनिया एक खेल का मैदान है जिसमें दिन-रात कोई नया तमाशा होता है। आनंद फ़िल्म के नायक के शब्दों में “बाबू मोशाय ज़िन्दगी एक रंगमंच है...”।

पर असली खेल के मैदान में भी कभी-कभी ऐसा तमाशा देखने को मिलता जैसा हमारी ज़िन्दगी में होता है।

सच कहूँ, इस बार मैंने एशिया कप का एक भी मैच नहीं देखा। भारत–पाकिस्तान का मैच देखने की इच्छा भी नहीं हुई। टीवी तक नहीं चलाया। भारत की जीत की खबर सुनी, पर सामान्यतः जो उत्साह होता है, इस बार वैसा जोश महसूस नहीं हुआ।

हमारा जीवन विरोधाभासों से भरा है। कभी सबकुछ जीतकर भी हार का अहसास होता है और कभी सब कुछ हारकर भी जीत जैसा सुख मिलता है। खेल के मैदान में भी कई बार ऐसा हुआ है कि मैच हारकर भी दिल जीत लिए गए। लेकिन इस बार एशिया कप की जीत उस शिद्दत से महसूस नहीं हुई। लगा जैसे यह जीत सात्विक या राजसी नहीं, बल्कि तामसी जीत है—तमोगुणी जीत। पाकिस्तान को तीन बार हराने के बाद भी उस जीत में वह चमक, वह पवित्रता नहीं थी जिसकी उम्मीद होती है।

हर खेल के अपने अलग नियम होते हैं, पर कुछ मूलभूत सिद्धांत सभी खेल में लागू होते हैं। सबसे बड़ा सिद्धांत है- खेल भावना का। इसका मतलब है खेलते समय ईमानदारी, अनुशासन, समानता, सहयोग, नियमों का पालन और दूसरों के प्रति सम्मान बनाए रखना। जीतने या हारने पर संतुलित रहना। हारकर निराश न होना और जीतकर घमंड न करना।

वस्तुतः खेल केवल जीत-हार तक सीमित नहीं, बल्कि इंसान को अच्छा बनाने का साधन है। खेल दिलों को जोड़ता है, दरारें पैदा नहीं करता। खेल और युद्ध के मैदान में यही सबसे बड़ा अंतर है। किंतु पहलगाम और ऑपरेशन सिंदूर की पृष्ठभूमि में खेला गया यह एशिया कप, भारत–पाकिस्तान के लिए मानो युद्ध जैसा हो गया। क्रिकेट के मैदान को युद्धभूमि में तब्दील कर दिया गया।

भारत को इस टूर्नामेंट में पहले तो जाना ही नहीं था, मना कर देना था। पर जब हमने आने का और पाकिस्तान से खेलने का निर्णय लिया, तो खेल और खिलाड़ी भावना का पूरा परिचय देना था और टूर्नामेंट के नियमों और अनुशासन का पालन भी करना था।

बशीर बद्र साहब का शेर मौज़ू है -

“मोहब्बत में दिखावे की दोस्ती न मिला,
जो गले न मिल सके तो हाथ भी न मिला।”

बिल्कुल बजा फ़रमाया है बशीर बद्र साहब ने। आज पाकिस्तान को गले लगाना शायद मुमकिन नहीं। पर खेल के मैदान में हाथ तो मिलाया ही जा सकता है। हाथ मिलाना ना मिलाना कब मिलाना कब नहीं, ये सियासतदानों का विषय है, खिलाड़ियों का नहीं। सच तो यह है कि अगर भारत और पाकिस्तान के राजनैतिक नेता यदि अचानक आमने-सामने आ

जाएं, तो औपचारिकता निभाते हुए वे हाथ ज़रूर मिलाएँगे, चाहे दिल ना भी मिलें। मैच के बाद परंपरागत रूप से हाथ न मिलाना एक चूक थी, लेकिन वही गलती दूसरी-तीसरी बार दोहराना गंभीर चूक ही कही जाएगी और उसके बाद पाकिस्तान के मंत्री जो आईसीसी के अधिकारी भी हैं, के हाथों ट्रॉफी ना लेकर जीत की खुशी की खीर में जैसे नमक ही मिला दिया हो। विरोध प्रकट करने के और भी संजीदे तरीक़े हैं, पर ये तो नहीं। जीत के बाद भारत को बड़प्पन दिखाना था, गले ना मिलते, हाथ तो मिलाना था।

ये हमको समझना चाहिए कि क्रिकेट के 11 खिलाड़ी मैदान में सिर्फ खिलाड़ी हैं। वे न तो सैनिक हैं, न राजनयिक, न ही राजनेता। उनसे अन्य भूमिकाओं की अपेक्षा करना उचित नहीं। खेल, विशेषकर भारत–पाकिस्तान क्रिकेट, दिलों को जोड़ने की ताक़त रखता है। यह अक्सर "फ़ेविकोल" की तरह रिश्तों को जोड़ देता है। पहले भी कई बार ऐसा हुआ भी है। पर इस बार, भारत–पाकिस्तान दोनों की अवाम और खिलाड़ियों ने, वह मौका खो दिया। जीत तो मिली, पर कुछ अनमोल सी चीज़ छूट गई। जावेद अख़्तर साहब के शब्दों में-

"कभी जो ख़्वाब था, वो पा लिया है,
मगर जो खो गई, वो चीज़ क्या थी।"

उस गुम हुई चीज़ को खोजिएगा ज़रूर और अगर वह आपको मिले तो हमें भी बताइएगा।

अभिलाष सिंह
प्रबन्धक (सामान्य)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

एक चिट्ठी समय के नाम

प्रिय समय,

तुमसे इतर तो कुछ भी नहीं
विकल मन को उलझा जाते हो,
फिर थोड़ा ठहरा के खुद संभाल जाते हो,
यादों की बहुत सी गठरी पड़ी है मेरे पास
कुछ अच्छी, कुछ खट्टी है तेरे नाम
इस चिट्ठी में बीती बातों की किश्ते होंगी
समय तू बुरा न मानना कुछ अच्छे लम्हें
तो कुछ बुरे किस्से होंगे।

मुझे तुझसे वो अनगिनत बातें कहनी हैं।
अब इसे चाहे तुम उलाहना ही समझो....
तुमने उन अच्छे दिनों को पल में भूतकाल कर दिया
जिसे स्वाद के साथ जीने की तमन्ना थी मुझे।
कई बार तो तुम मुझे पक्षपाती लगते हो
फिर वो भी पल तुम खुद ही ला देते..
जब तुम्हें गले लगाने की इच्छा मन में हो।
मैं तुम्हें शिकवे के घेरे में ही नहीं रखूंगी
कुछ अच्छे कुछ बुरे एहसास से रूबरू कराऊँगी |

जब तूम धीरे चलते तो लगता जैसे जिंदगी ठहर सी गई हो |
लम्हा बोझिल ,बेजान सा लगने लगता है |
फिर अचानक तेरी तेज़ रफ़्तार से
मैं पीछे कुछ रिश्ते और कुछ सपने छोड़ तुझे पकड़ने में लग जाती हूँ |
तेरी रफ़्तार पर मेरा वश नहीं
पर तेरे वश में मेरे तमाम एहसास छुपे हैं |
जिसे तू अपनी गति अपने अनुसार उजागर करता फिरता है |

समय तू.......
क्षण-क्षण ये प्रेमी-सा खुशी और गम ना दिया कर
कभी तो माँ-पिता सा बिना शर्त के प्रेम दिया कर |
समय तेरे गर्त में न जाने क्या छिपा है
बस इतना रहम करना कि बुरा समय लम्बा न रहे
और अच्छा समय क्षण में न बीत जाए |

प्रिय समय,
तुझसे इतर तो कुछ भी नहीं रहा है ||

स्तुति सिंह
सहायक श्रेणी II (राजभाषा)
मण्डल कार्यालय, उज्जैन

“बरसात कुछ यूँ आई है”

बरसात कुछ यूँ आई है ,
मिट्टी की जो ख़ुशबू लाई है !
मेंढकों ने टर्र-टर्र की ,
चिड़िया भी चहकायी है !
बेजान पेड़ों को सहारा मिला,
और पत्तियाँ भी मुस्कायी है !
बरसात कुछ यूँ आई है,
मिट्टी की जो ख़ुशबू लाई है!
छोटे बच्चे भी चहक उठे ,
कागज की नाव जो बनाई है!
एक घर में इकट्ठे होके ,
आँगन के भरे पानी में दौड़ाई है !
बरसात कुछ यूँ आई है,
मिट्टी की जो ख़ुशबू लाई है !
चाय और पकौडों की ,
सभी ने फ़रमाइश भी जताई है !
झम झम करता आया सावन ,
गर्मी से थोड़ी राहत तो पाई है !
बरसात कुछ यूँ आई है ,
मिट्टी की जो ख़ुशबू लाई है !
गरज-गरज कर बादल ने ,
बिजली भी चमकाई है !
सुहाने इस मौसम में ,
गली में भीगते बच्चों ने ,
बचपन की याद दिलाई है !
बरसात कुछ यूँ आई है ,
मिट्टी की जो खुशबू लाई है !

दिशा श्रीवास्तव
सहायक श्रेणी III (डिपो)
विदिशा डिपो, मण्डल कार्यालय, भोपाल

जब तुम मुस्कुराओगे

मुस्कुराती हुई ज़िंदगी सबको अच्छी लगती है ,
पर जब तुम मुस्कुराओगे ,
तो जिंदगी भी मुस्कुराएगी ,
खिलखिलाएगी ,
थोड़ा तो आज़माएगी !
पर अगर तुम मुस्कुराओगे ,
तो छोटी छोटी ख़ुशियों को ढूढ पाओगे !
और जब तुम मुस्कुराओगे ,
तो हर परेशानी को पीछे छोड़ ,
ज़िंदगी में आगे बढ़ पाओगे !
और जब तुम मुस्कुराओगे ,
तो यह दुनिया तुम्हें गले लगाएगी ,
हर मुश्किल आसान सी हो जाएगी !
कुछ ख़फ़ा सी ,
बेवफ़ा सी ज़िंदगी ,
भी खुशनुमा लगने लगेगी ,
फूलों सी महकने लगेगी !
कहीं से हारने पर भी ,
ख़ुद को ,
जीता हुआ पाओगे तुम !
और जब मुस्कुराओगे तुम ,
तो ख़ुद से खुद को मिला पाओगे तुम !

दिशा श्रीवास्तव
सहायक श्रेणी III (डिपो)
विदिशा डिपो, मण्डल कार्यालय, भोपाल

जीवन: इत्तेफ़ाक या वास्तविकता

जीवन एक इत्तेफ़ाक है, आइए जानते हैं कैसे?

1. ADULT में 5 अक्षर होते हैं, और YOUTH में भी।
2. PERMANENT में 9 अक्षर होते हैं, और TEMPORARY में भी।
3. GOOD में 4 अक्षर होते हैं, और EVIL में भी।
4. BLACK में 5 अक्षर होते हैं, और WHITE में भी।
5. CHURCH में 6 अक्षर होते हैं, और MOSQUE, TEMPLE और MANDIR में भी।
6. BIBLE, GEETA में 5 अक्षर होते हैं, और QURAN में भी।
7. LIFE में 4 अक्षर होते हैं, और DEAD में भी।
8. HATE में 4 अक्षर होते हैं, और LOVE में भी।
9. ENEMIES में 7 अक्षर हैं, और FRIENDS में भी।
10. LYING में 5 अक्षर हैं, और TRUTH में भी।
11. HURT में 4 अक्षर हैं, और HEAL में भी।
12. NEGATIVE में 8 अक्षर हैं, और POSITIVE में भी।
13. FAILURE में 7 अक्षर हैं, और SUCCESS में भी।
14. BELOW में 5 अक्षर हैं, और ABOVE में भी।
15. CRY में 3 अक्षर हैं, और JOY में भी।
16. ANGRY में 5 अक्षर हैं, और HAPPY में भी।
17. RIGHT में 5 अक्षर हैं, और WRONG में भी।
18. RICH में 4 अक्षर हैं, और POOR में भी।
19. FAIL में 4 अक्षर होते हैं, PASS में भी।
20. KNOWLEDGE में 9 अक्षर होते हैं, IGNORANCE में भी।

क्या ये सब संयोग से हैं?
इसका मतलब है कि ज़िंदगी एक दोधारी तलवार की तरह है और
हम जो चुनाव करते हैं, वही नतीजे तय करता है।

पावनी यादव
सुपुत्री श्रीमती मेधा यादव
प्रबन्धक (राजभाषा)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

सफ़र

हौसला बनाए रखना
सफ़र अभी जारी है ।
एक दिया जलाए रखना,
जो अंधेरों पे भारी है।
वो जीत सकता है मगर,
हार हमने भी नहीं मानी है ।
कई बार गिरे फिर चले,
अब दौड़ने की बारी है।
हिम्मत कर ताकत जुटा,
रात थोड़ी अभी बाकी है ।
डर मत मेहनत से,
सफलता की रोशनी होने वाली है ।
हौसला बनाए रखना ,
सफ़र अभी जारी है ।
एक दिया जलाए रखना ,
जो अंधेरों पे भारी है।

पेड़ जीवन धारा

पेड़ों पर पंछियों का बसेरा भी है,
इसकी छांव में मुसाफिरों का डेरा भी है।
जो भी गुजरा इस राह से राहगीर,
रुका बैठा सुकून से, किसकी सुगंधित पनाह भी है ।
शाम हो चली थी उसे मज़िल की तलाश भी है,
वो सोया पेड़ के नीचे उसे सुबह होने की चाह भी है ।
पेड़ सुकून है रक्षा कवच है आसरा भी है,
इसकी हवा ही तो जीवन धारा प्रवाह भी है।
शतरंज-सा चाल चलता यहाँ मनुष्य भी है |
फिर भी सीधा सच्चा पेड़ों का समर्पित चरित्र महान भी है।

गौतम ऋषि लौवंशी
प्रबंधक (लेखा)
क्षेत्रीय कार्यालय भोपाल

एकांत

रंग पिघलता है ... यहाँ
आँसू निकलता है ...यहाँ
शब्द बिखरता है... यहाँ
अकेलेपन में घूमता हूँ .. यहाँ
।।
तुम्हारे इंतिजार में ...
सुबह - शाम भी यहाँ
जाऊँ कहाँ ; रहू कहाँ
यादों में खो जाता हूँ मैं यहाँ ।
मैं ‘
कभी गुलशन में
तो कभी वादियों में
मेघ मलहार की छाँव में
बालू के टीला में
दुर्ग के पहाड़ों में
सिर्फ तुम्हारी खोज में
मैं ।

प्रताप सिंह बेहरा
सहायक महाप्रबंधक (गु. नि.)
मण्डल कार्यालय, इंदौर

पॉलिटिक्स

पॉलिटिक्स है भाई पॉलिटिक्स है
सब पर भारी ये पॉलिटिक्स है
कभी विचारों पर भारी,
कभी धर्म पर भारी,
इसका उपयोग होने लगा है अब ज्यादा,
जिसको देखो वो नारे लगाने पहुंच जाता ,
पहले बजट कम था इसका,
अब पैसा इसमें खूब है लगता,
बन गई है ये मनी मशीन,
जिसे देखो वो इसे करना चाहता,
पर एक बात कान में बताऊं भैया,
कभी हाथ न आई सदाचारी के,
केवल राज करे इस पर दुराचारी ने,
क्या करें पॉलिटिक्स है भाई पॉलिटिक्स है,
सब पर भारी ये पॉलिटिक्स है ,

अच्छी इसे कोई करना नहीं चाहता ,
पता नहीं इसमें उनका क्या जाता ,
आजकल नए रूप ले लिए हैं इसने ,
सही को गलत और गलत को सही,
कैसे किया जाता ये पॉलिटिक्स उसे सीखाता ,
कैसे किसी को किसी के खिलाफ़ भ्रमित किया जाता,
पॉलिटिक्स यह भी है बतलाता,
जब ये पॉलिटिक्स अपना खेल दिखाता,
कब कौन नीचे से ऊपर और ऊपर से नीचे आ जाता,
छोटे से बड़े आफिस तक में इसने अपनी जगह बनाई है,
जो ना जाने इसे उसने हर दम मुंह की खाई है,

पॉलिटिक्स है भाई पॉलिटिक्स है
सब पर भारी ये पॉलिटिक्स है

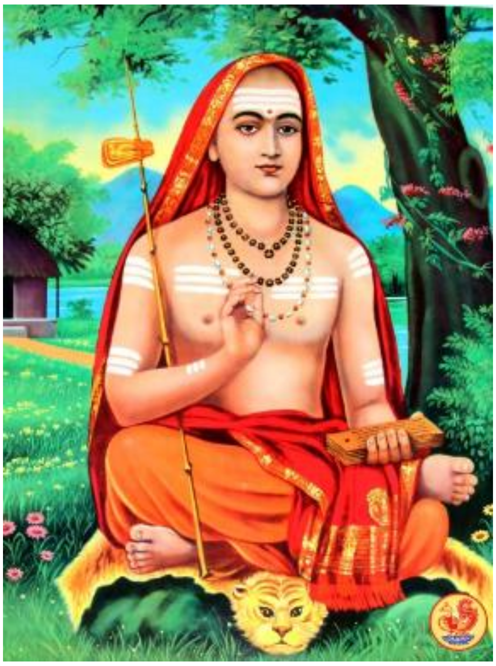
अच्छी पॉलिटिक्स करो तो ये बिगड़े काम भी बनाता,
सबको एकजुट रखता और भेदभाव नहीं फैलाता,

पर क्या करें भाई पॉलिटिक्स है भाई पॉलिटिक्स है,
सब पर भारी ये पॉलिटिक्स है .....

सही करनी है या गलत ये आपका निर्णय है ...
धन्यवाद।

शैलेन्द्र उईके
सहायक श्रेणी I (गोदाम)
मंडल कार्यालय, इंदौर

जगद्गुरु आदि शंकराचार्य



आज के दौर में हमारी भक्ति गणेशोत्सव, नवरात्रि, शिवरात्रि, जन्माष्टमी जैसे त्योहारों पर ही जागृत और प्रकट होती है । आज के अधिकतर युवा भक्ति के नाम पर केवल इन गणेश और दुर्गा पंडालों में नाचने-गाने और दुर्गम स्थानों पर बसे हमारे तीर्थ स्थलों को पर्यटन या ट्रेकिंग स्थल समझकर घूमने में रत हैं। हमारा सनातन धर्म, मंदिर की विशेष रचना, उनकी प्रकृति, मंदिर-स्थान विशेष के अनुसार विभिन्न पूजा पद्धति... सूक्ष्मता के इस स्तर पर जाकर कोई विचार करने का प्रयास ही नहीं करना चाहता.........कोई सोच सकता है क्यों।

क्या कभी किसी ने विचार किया है कि हम यह पूजा पद्धतियाँ क्यों कर रहे हैं, कैसे कर पा रहे हैं । जिस महान शख्सियत के बारे में मैं बात करने जा रहा हूं संभवत: अगर वह ना होते तो यह सब हमारे पास उपलब्ध नहीं होती। सनातन धर्म यह पूजा पद्धतियाँ, हमारे शास्त्र, उपनिषद कुछ भी हम तक नहीं पहुंचते या कहा जाए तो शायद हम हिंदू ही ना होते। हमारा यह सदियों पुराना सनातन धर्म, ये पूजा-पद्धतियाँ, शास्त्र या तो विलुप्त किया जा चुका होता या विलुप्ति की कगार पर होती ।

आज से लगभग तीन-साढ़े तीन हज़ार वर्ष पूर्व जब बौद्ध धर्म, जैन धर्म अपने चरम पर था और हिंदू धर्म विभिन्न संप्रदायों मतों में बंटकर अपने पथ से भटक गया था । जब विभिन्न संप्रदाय पूजा करने के स्थान पर आपस में बैर कर एक दूसरे की आलोचना करने में ज्यादा व्यस्त थे और चारों तरफ बौद्धों का बोलबाला था । उसी समय एक विलक्षण मानव ने दक्षिण भारत के केरल राज्य में जन्म लिया।

भगवान श्री कृष्ण ने गीता में कहा है कि जब-जब धर्म की हानि होगी, धार्मिक मान्यताएं क्षीण होंगी । मानव मूल्य पतन की ओर जा रहे होंगे, तो वह अवतार लेंगे और हमारा उद्धार करेंगे|

आज से लगभग 3000 साल पहले शिव का अवतार माने जाने वाले बालक का जन्म होता है, जो बचपन से ही बहुत मेधावी थे। ऐसा कहा जाता है कि 6 वर्ष की आयु में ही उन्हें सारे वेद, उपनिषद, महाभारत, रामायण आदि कंठस्थ हो चुके थे।

केरल के कलाडी नामक स्थान पर शिवगुरु नामक ब्राह्मण अपनी पत्नी आर्यम्बा के साथ रहते थे। दम्पति संतानहीन थे। शिवगुरु शंकर के उपासक थे। उन्होंने भगवान शंकर से पुत्र की कामना की। भगवान शंकर ने उनसे कहा कि वे स्वयं पुत्ररूप में जन्म लेंगे । कुछ समय बाद शिवगुरु को पुत्र उत्पन्न हुआ और बालक का नाम शंकर रखा गया। बालक पांच वर्ष का हुआ, पिता दिवंगत हो चुके थे, तो मां से संन्यासी बनने की इच्छा प्रकट किया।

मां ने कहा - मेरा क्रिया-कर्म कर लेना तब।

मां की इच्छा सर्वोपरि थी परन्तु संसार से मन विरक्त हो चुका था। एक दिन बालक ने आराध्य से राह दिखाने का निवेदन किया। अगले दिन मां - बेटा नदी स्नान को गए, जहाँ बेटे का पैर माया मगरमच्छ ने पकड़ लिया। बेटे ने कहा मां मुझे

मगर ने पकड़ लिया है और मुझे खाना चाहता है। मां गुहार लगाती रही, कोई नहीं आया। बेटे ने कहा - मां, मगर कहता है तू संन्यासी हो जा, मै तुझे छोड़ दूंगा। मां रोते हुए बोली - जा, तू संन्यासी बन जा। आगे की राह प्रशस्त थी।

फिर तो साधना, आराधना, वेदाध्ययन, तत्त्व चिंतन और सबका सामूहिक फल मिला - अद्वैत वेदान्त।

6 वर्ष की आयु में अपनी माता से आज्ञा लेकर वह संन्यास लेते हैं और सनातन धर्म के प्रचार प्रसार के लिए उसको जोड़ने के लिए एक बनाने के लिए संपूर्ण भारत का के भ्रमण पर निकल जाते हैं। उन्होंने अपने अल्प जीवनकाल में संपूर्ण भारत की तीन बार परिक्रमा की और भारत के चारों ओर चार मठों की स्थापना की। आदि शंकराचार्य ने भारत में उत्तर से दक्षिण और पूर्व से पश्चिम तक चार मुख्य पीठों (मठों) की स्थापना की। ये हैं: ज्योतिष-पीठ (बदरीकाश्रम), शारदा पीठ (द्वारिका), शृंगेरी पीठ (रामेश्वरम) और गोवर्धन पीठ (पुरी) ।

यह उन्हीं के पूर्ण प्रयासों का फल है कि आज हम चार धाम, 12 ज्योतिर्लिंगों, 52 शक्तिपीठ की महिमा से परिचित हैं।

जगद्गुरु आदि शंकराचार्य जो कि अल्पायु रहे और केवल 32 वर्ष की आयु में उनका निधन हो गया। अपने सम्पूर्ण जीवनकाल में उन्होंने वेदों, शास्त्रों, उपनिषदों, के ऊपर कई सारे भाष्य लिखे। आज हम जो पूजा में अपने आराध्य भगवान की जो भी स्तुति करते हैं, वे सभी उन्हीं के द्वारा रचित हैं, जिनमें से प्रचलित निम्नानुसार हैं :-

शिव पंचक स्तोत्र –

नागेन्द्रहाराय त्रिलोचनाय
भस्माङ्गरागाय महेश्वराय ।
नित्याय शुद्धाय दिगम्बराय
तस्मै नकाराय नमः शिवाय

महिषासुर मर्दिनी स्त्रोत –

अयि गिरिनन्दिनि नन्दितमेदिनि विश्वविनोदिनि नन्दिनुते
गिरिवरविन्ध्यशिरोऽधिनिवासिनि विष्णुविलासिनि जिष्णुनुते ।

कालभैरव अष्टकम

देवराजसेव्यमानपावनांघ्रिपङ्कजं व्यालयज्ञसूत्रमिन्दुशेखरं कृपाकरम् ।
नारदादियोगिवृन्दवन्दितं दिगंबरं काशिकापुराधिनाथकालभैरवं भजे ॥ १॥

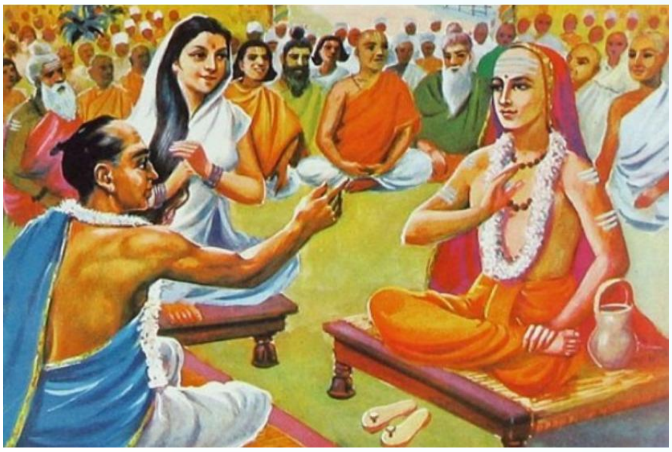
जगतगुरु आदि शंकराचार्य के जीवन की एक बहुत ही महत्त्वपूर्ण घटना ज़रूर मैं आपके साथ साझा करना चाहूंगा।

किसी कारणवश ब्रह्मा जी अपनी पत्नी माँ सरस्वती से नाराज हो गए। क्रोधावेश में उन्होंने सरस्वती को श्राप दिया - जाओ, तुम मनुष्य योनि में पैदा हो जाओ।

सरस्वती ने पूछा - प्रभु, मेरा उद्धार कैसे होगा?

ब्रह्मा - जब भगवान शंकर दर्शन देंगे, तब।

सरस्वती - भगवान शंकर कब दर्शन देंगे?
ब्रह्मा - वे जानें।
कालांतर में माता सरस्वती ने मनुष्य योनि में जन्म लिया। उनका नाम भारती रखा गया।



हमारी सनातन संस्कृति में आपका ज्ञान, विद्या, दर्शन जो कुछ भी हो, वह तभी स्वीकार्य होगा, जबकि उसे उसके अधिकारी समर्थन करें। तब वह पूर्ण माना जाता है। और ऐसे अधिकारी काशी में थे। इसलिए अपने सिद्धान्त के प्रमाणीकरण के लिए आदि शंकराचार्य काशी गए।

शंकर अब शंकराचार्य हो चुके थे। अपने सिद्धान्तों के प्रमाणीकरण के लिए काशी आए। वैसे भी कहावत है- सोने का रंग कसौटी चढ़े, औ कसौटी का रंग चढ़े नहिं सोना।
शंकर सोना थे और काशी का विद्वत परिषद थी, कसौटी। तब आदि शंकराचार्य ने कहा - मैंने एक सिद्धांत प्रतिपादित किया है या तो आप उसे स्वीकार करें अथवा शास्त्रार्थ में मुझे पराजित करें। विद्वानों ने तय किया कि मंडन मिश्र से शास्त्रार्थ होगा। मंडन मिश्र भारती के पति थे। शंकराचार्य ने कहा, सम्माननीय मंडन जी, आपकी पत्नी जो साक्षात मां सरस्वती हैं, हमारे शास्त्रार्थ के जय - पराजय की निर्णायक होंगी और पराजित को विजेता का शिष्यत्व ग्रहण करना होगा। शर्तें स्वीकृत हुईं, भारती ने कहा मैं आप दोनों के गले में एक एक माला डाल देती हूँ, जिसकी माला सूख जाएगी वह पराजित समझा जाएगा। मुझे और भी काम हैं। शास्त्रार्थ आरम्भ हुआ जो कई दिनों तक चला, अन्ततः मंडन मिश्र के गले की माला सूख गई।

आचार्य शंकर ने भारती को निर्णय देने के लिए कहा। भारती ने कहा - यह सही है कि मेरे पति पराजित हो चुके हैं परन्तु आधा। मैं इनकी अर्धांगिनी हूँ, आप मुझसे शास्त्रार्थ करें। दोनों का शास्त्रार्थ हुआ, जिसमें भारती भी पराजय के कगार पर पहुँच गईं, तब उन्होंने कामकला संबंधी प्रश्न किया, जिसका आचार्य शंकर तत्काल उत्तर, ब्रह्मचारी और संन्यासी होने के कारण, नहीं दे सके।

संक्षेप में भारती से समय लेकर उन्होंने परकाया प्रवेश किया और अनुभव के बाद भारती को भी पराजित किया। यह कथा भी काफी रोचक है, परंतु वो फिर कभी। भारती और मंडन मिश्र दोनों आचार्य शंकर के शिष्य हुए।

तो आइए, हम सब मिल कर नमन करें उन परम पूज्य आदरणीय जगद्गुरु आदि शंकराचार्य को, जिनके अथक प्रयासों और उनके दिखाए मार्ग पर चल कर हम अपनी सनातन संस्कृति से परिचित हैं और एक सनातनी के रूप से गर्व के साथ जीवित हैं।

गिरजेश भारद्वाज
सहायक श्रेणी I (राजभाषा)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

कथा सरिता: ईमानदारी का पाठ

पुराने समय में एक राजा अपनी प्रजा को बहुत कष्ट देता था। राजा दूसरों का धन लूट लेता था। एक दिन गुरुनानक उस क्रूर राजा के राज्य में पहुंचे। जब ये बात राजा को मालूम हुई तो वह भी गुरुनानक से मिलने पहुंचा। शिष्यों ने गुरुनानक को राजा के बारे में सबकुछ बता दिया था। इसलिए जब राजा उनके पास आया तो गुरुनानक ने उससे कहा कि राजन मेरी मदद करें, मेरा एक पत्थर अपने पास गिरवी रख लो। ये मुझे बहुत प्रिय है। इसका विशेष ध्यान रखना। राजा ने कहा कि ठीक है, मैं इसे रख लेता हूँ लेकिन आप इसे वापस कब ले जाएंगे? गुरुनानक ने जवाब दिया कि जब हमारी मृत्यु हो जाएगी और हम मृत्यु के बाद मिलेंगे तब ये पत्थर मुझे वापस कर देना। राजा हैरान हो गया, उसने कहा कि ये कैसे संभव है? मृत्यु के बाद कोई भी अपने साथ कुछ कैसे ले जा सकता है? गुरुनानक ने कहा कि जब आप ये बात जानते हैं तो आप प्रजा का धन लूटकर अपना खज़ाना क्यों भर रहे हैं? राजा को गुरुनानक की बात समझ आ गई। उसने क्षमा मांगी और संकल्प लिया कि अब से वह अपनी प्रजा पर अत्याचार नहीं करेगा। इसके बाद से राजा ने अपने खज़ाने का उपयोग प्रजा की देखभाल में खर्च करना शुरू कर दिया।

सीखः हमें धन कमाने के लिए कभी भी गलत तरीके नहीं अपनाने चाहिए, क्योंकि कोई भी व्यक्ति मरने के बाद कुछ भी अपने साथ नहीं ले जा सकता। सब कुछ, यहीं छोड़कर जाना होता है, इसलिए धर्म के अनुसार काम करना चाहिए।

शालिनी साहू

सहायक श्रेणी III (तकनीकी)

मण्डल कार्यालय, जबलपुर

बीते पल

माँ बाप का लाड़ है सपना अब,
दुनिया में कौन है अपना अब,
वो मजबूत कांधे वो अथक हाथ,
वो मीठी लोरी वो प्यारी डांट,
सब छोड़ हम अलग मक़ाम पे हैं,
अब अपने ही घर मेहमान से हैं,
वो भाई बहन की नोंक-झोंक,
वो खिलौनों को ले के टकरार,
वो बात बात पर रो पड़ना,
वो रो के हँसना लगातार,
वो समय हवा सा हो गया,
कर्त्तव्य के बोझ में खो गया,
अब खुद ही खुद को समझाते हैं,
चाहें, तो भी रो न पाते हैं,
जिम्मेदारियों के सब गुलाम हुए,
वो बेफिक्री के पल गुमनाम हुए,
जीवन के इस मेले में,
हैं भीड़ में भी अकेले से,
माँ के आँचल को तरसे मन,
पिता की याद में आँखें नम,
कोई काश वो बचपन दे जाए,
बदले में सब कुछ ले जाए,
माँ की फिर कोमल गोदी हो,
पिता के कांधे सवारी हो,
बेफिक्र वो दिन बस आ जाएँ,
हम प्यार वो वापस जी पाएं,
मन मस्ती से फिर भर जाए,
ऊँगली थामें फिर चल पाएं,
वो खुशियां दिल में छा जाएं,
वो बीते पल बस आ जाएं।

अर्पिता खण्डेलवाल
प्रबंधक (लेखा)
मण्डल कार्यालय जबलपुर

राम राज

कहता हूँ राम होते तो राम राज होता
पापी के हर जुल्म का तिल तिल हिसाब होता
न कोई होता राजा न कोई रंक होता
कहता हूँ राम होते तो राम राज होता ॥

होता न कोई रावण न कालनेमी होता
छल और कपट से कोई न मैथली को खोता
माँ के न लाल खोते न कोई छुप के रोता
कहता हूँ राम होते तो राम राज होता ॥

यसुदा-सी माता होती , बेटा श्रवण-सा होता
सरयू का घाट होता, भाई भरत सा होता
केसरिया रंग चढ़ के हनुमत का वास होता
कहता हूँ राम होते तो राम राज होता ॥

कान्हा की मुट्ठी होती   सुदामा का भात होता
गोकुल की गोपी होती   यमुना का घाट होता
हर देश से निराला भारत का ठाट होता
कहता हूँ राम होते तो राम राज होता ॥

राँझे की हीर होती हर दिल में प्यार होता
 बंधन भी सात होते जन्मों का साथ होता
ऋषियों की इस ज़मीं से अधर्म नास होता
कहता हूँ राम होते तो राम राज होता ॥

शिव का पिनाक होता , तांडव-सा नाच होता
ब्रह्मा की इस ज़मीं पर विष्णु का वास होता
मुरली भी साथ होती मोहन भी साथ होता
कहता हूँ राम होते तो राम राज होता ॥

उसने तो बनाई थी दुनिया बड़ी निराली
मजहब न कोई बांटे न कोई फूट डाली
सत्यम शिवम की दुनिया में रोज थी दिवाली
मोहन की मुरली होती न कंस कोई होता
कहता हूँ राम होते तो राम राज होता ॥

छोड़ो बेकार बातें पहले स्वयं को जाँचे
जो चल रहा है अंदर उसको भी खुद ही भांपे
खुद से जो जीत जाते सतयुग भी आज होता
कहता हूँ राम होते तो राम राज होता ॥

जय हिन्द

रघुपति सिंह
सहायक श्रेणी –II। (सामान्य)
मण्डल कार्यालय जबलपुर

इंसान की ज़िंदगी का सच

अब नहीं आंखो में आँसू .... रेत का सेहरा तो है
बुत सही इंसान हूँ पर   .... दिल धड़कता भी तो है
ढह गया माकान अब तो .... कितनों को आबाद कर
मुझको मेरे नाम से अब ....कोई बुलाता है नहीं

कितने सपने कितने अपने ...... कितनी थी किलकारियाँ
परियों के किस्से पुराने .... अब सुनाता मै नहीं
लौट आते थे जहां पर .... जो कभी थक हार कर
उस घरौंदे को कोई ....जन्नत बुलाता है नहीं

कुछ परिंदे अब भी रहते .... खंडहरों की आड़ में
गीत पर कोयल के अब ....कोई गाता है नहीं
वक़्त का कैसा चलन है .... ज़ख़्म होते नित नए
ज़ख़्म में मरहम लगा दे .... अब कोई अपना नहीं

साथ छूटा दिल जो टूटा .... रह गई वीरानियाँ
है मेरे घर में अंधेरा .... दीप अब जलता नहीं
रोशनी दिखती नहीं है .... मुझको अब तो दूर तक
जोत राहों में जलाने वाला .... अब   रहता नहीं

अब तो अपनी ज़िंदगी भी .... हो चली खंडहर मगर
खंडरोंह मेंआजकल अब .... कोई आता है नहीं
अब तो मेरे हौसले भी .... दे गए मुझको दगा
अब ये कमबख़्त दम मेरा .... क्यों निकल जाता नहीं

वादों पे मत कर भरोसा .... वक़्त है न साथ दे
वैसे भी वादे ऐ साथी ....कोईsss निभाता है नहीं
मरते है हर पल मुसाफिर ....ख्वाइसो के बोझ से
जाने वाला आखरी ....ख्वाइश बताता है नहीं

जिनको सींचा था लहू से ....   चमन वो खंडहर हुए
अब तो आंखो का समंदर ..... रोक मैं पाता नहीं
जी लो तुम हर पल को यारों ......कह रहा हूँ मान लो
वक़्त जो एक बार जाए .... फिर कभी आता नहीं

जय हिन्द

रघुपति सिंह
सहायक श्रेणी –III (सामान्य)
गृह व्यवस्था अनुभाग मण्डल कार्यालय , जबलपुर

गोदाम में गेहूँ और चावल के स्टेक के बीच चर्चा

(स्थान: FCI गोदाम के शटर के पास)

गेहूँ का स्टेक नंबर 4 ने चावल के स्टेक नंबर 1 से अभिवादन करते हुए कहा: "अरे दोस्त, क्या हाल है?"

चावल का स्टेक: (मुस्कुराते हुए, अभिवादन स्वीकार किया) "बस दोस्त, बढ़िया है! तुम कैसे हो?"

गेहूँ का स्टेक: "बस यार, ठीक है। (कुछ समय मौन रहने के बाद) तुम कुछ दिन से उदास-उदास लग रहे हो। कोई समस्या है क्या?"

चावल का स्टेक: "नहीं दोस्त! मन कुछ उदास लग रहा था। मेरे बगल में भंडारित स्टेक की याद आ रही थी। बहुत कम समय में अच्छी दोस्ती हो गई थी।"

गेहूँ का स्टेक: "अच्छा ऐसा है! दोस्त, जो आया है, वो जाएगा। ये तो प्रकृति का नियम है।"

चावल का स्टेक: "हां, ये तो सही है।"

गेहूँ का स्टेक: "पर उसकी तो उम्र बहुत कम थी। भारतीय खाद्य निगम के अनुसार तो ज्यादा उम्र वालों को पहले उठाया जाता है। तुम तो उससे बड़े थे।"

चावल का स्टेक: "हां दोस्त, उम्र तो कम थी उसकी। (उदास मन से) मेरे सामने ही आया था, बगल में वो। पर क्या करें, चला गया।"

गेहूँ का स्टेक: (सोचते हुए) "तो क्या नियमों की अवहेलना हुई है यहां?"

चावल का स्टेक: "नहीं दोस्त, ऐसा नहीं है। नियमानुसार ही उसका निर्गमन हुआ है।"

गेहूँ का स्टेक: (सोचते हुए) "कैसे दोस्त? यूआरएस था क्या?"

चावल का स्टेक: "नहीं, यूआरएस नहीं था। वो फोर्टिफाइड चावल था।"

गेहूँ का स्टेक: "अच्छा, ये फोर्टिफाइड क्या होता है?"

चावल का स्टेक: "फोर्टिफाइड खाद्य पदार्थ वे होते हैं जिनमें अतिरिक्त पोषक तत्व (जैसे विटामिन और खनिज) मिलाए जाते हैं, जो उनमें स्वाभाविक रूप से कम मात्रा में होते हैं या बिल्कुल नहीं होते हैं । यह प्रक्रिया सार्वजनिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने और पोषण संबंधी कमियों को दूर करने के लिए की जाती है।"

गेहूँ का स्टेक: (सिर हिलाते हुए) "अच्छा।"

चावल का स्टेक: "हां, भारत सरकार खाद्य पदार्थों के फोर्टिफिकेशन को बढ़ावा दे रही है ताकि आबादी में कुपोषण की समस्या से निपटा जा सके। अक्सर आपको खाद्य पदार्थों के पैकेट पर 'F+' लोगो या "फोर्टिफाइड विद..." का लेबल दिखाई देगा, जो यह दर्शाता है कि उत्पाद फोर्टिफाइड है।"

गेहूँ का स्टेक: "हूं...। इसका उद्देश्य क्या है?"

चावल का स्टेक: "सरकार का मुख्य उद्देश्य कुपोषण से लड़ना, सार्वजनिक स्वास्थ्य में सुधार और पोषक तत्त्वों की उपलब्धता बढ़ाना है।"

गेहूँ का स्टेक: "अच्छी योजना है सरकार की। परन्तु इसका उस स्टेक के उठाव से क्या संबंध है?"

चावल का स्टेक: (थोड़ा ठहरकर) "संबंध है दोस्त! भारतीय खाद्य निगम (FCI) के दिशानिर्देशों के अनुसार, फोर्टिफाइड अनाज को सामान्य (नॉन-फोर्टिफाइड) अनाज की तुलना में प्राथमिकता दी जाती है, खासकर जब उन्हें जारी करने की बात आती है।"

गेहूँ का स्टेक: (भौंहें चढ़ाते हुए) "ऐसा क्यों?"

चावल का स्टेक: "देखो, सरकार कुपोषण से लड़ने के लिए फोर्टिफाइड खाद्य पदार्थों को बढ़ावा दे रही है, जैसा कि मैंने तुम्हें बताया। जब उन्हें पहले जारी किया जाता है, तो यह सुनिश्चित होता है कि अधिक से अधिक लोग जल्द से जल्द इन पोषक तत्त्वों से भरपूर अनाज का लाभ उठा सकें।"

गेहूँ का स्टेक: "तो इसका मतलब यह है कि भले ही वह तुमसे उम्र में छोटा था, लेकिन क्योंकि वह फोर्टिफाइड था, इसलिए उसे पहले उठाया गया?"

चावल का स्टेक: "बिल्कुल सही समझे दोस्त! 'पहले आओ, पहले पाओ' (FIFO - First In, First Out) का नियम सामान्य परिस्थितियों में लागू होता है, लेकिन फोर्टिफाइड अनाज के मामले में, सार्वजनिक स्वास्थ्य के महत्व को देखते हुए उन्हें वरीयता दी जाती है। यह सुनिश्चित करता है कि पोषक तत्व जल्द से जल्द जरूरतमंदों तक पहुंचे।"

गेहूँ का स्टेक: (समझते हुए सिर हिलाता है) "अब समझा मैं! तो यह सिर्फ उम्र का मामला नहीं है, बल्कि पोषक मूल्य और सार्वजनिक स्वास्थ्य प्राथमिकता भी मायने रखती है। वाकई, सरकार की अच्छी योजना है।"

चावल का स्टेक: "हां, दोस्त! अंततः हम सब यहाँ लोगों के पेट भरने और उन्हें स्वस्थ रखने के लिए ही तो हैं। बस यही कारण था कि वो जल्दी चला गया।"

(कुछ देर दोनों मौन रहते हैं)

चावल का स्टेक: "तुम URS की बात कर रहे थे! वो क्या है?"

गेहूँ का स्टेक: "अच्छा URS! अरे ये भी सरकार की ही योजना है।"

चावल का स्टेक: "कैसे? कुछ विस्तार से बताओगे?"

गेहूँ का स्टेक: "हाँ दोस्त, URS का मतलब है Under Relaxed Specification (अंडर रिलैक्स्ड स्पेसिफिकेशन)। यह भी भारतीय खाद्य निगम (FCI) और सरकार की ही एक महत्त्वपूर्ण योजना है।"

चावल का स्टेक: (सोचते हुए) "अंडर रिलैक्स्ड स्पेसिफिकेशन? यह किस तरह की स्पेसिफिकेशन होती है और इसे 'रिलैक्स' क्यों किया जाता है?"

गेहूँ का स्टेक: "देखो दोस्त, FCI अनाज की खरीद और भंडारण के लिए कुछ गुणवत्ता मानक (Quality Standards) निर्धारित करता है। इन मानकों को 'फेयर एंड एवरेज क्वालिटी' (FAQ - Fair Average Quality) कहा जाता है। इसका मतलब है कि अनाज में नमी, टूटे हुए दाने, सिकुड़े हुए दाने, बाहरी पदार्थ आदि की एक निश्चित सीमा होनी चाहिए।"

चावल का स्टेक: "तो URS क्या है, जब कोई अनाज FAQ मानकों को पूरा नहीं करता?"

गेहूँ का स्टेक: "बिल्कुल सही! URS तब लागू होता है जब किसी प्राकृतिक आपदा, जैसे अत्यधिक गर्मी, बेमौसम बारिश या ओलावृष्टि के कारण अनाज की गुणवत्ता FAQ मानकों से थोड़ी कम हो जाती है। ऐसी स्थिति में, सरकार किसानों को नुकसान से बचाने और उनकी उपज को खरीदने के लिए इन गुणवत्ता मानकों में अस्थायी रूप से ढील देती है।"

चावल का स्टेक: "अच्छा, तो यह किसानों के लिए एक राहत योजना है?"

गेहूँ का स्टेक: "हाँ, यह मुख्य रूप से किसानों की कठिनाई को कम करने और उन्हें अपनी फसल को कम दाम पर बेचने (डिस्ट्रेस सेल) से बचाने के लिए किया जाता है। अगर सरकार इन रिलैक्स्ड स्पेसिफिकेशन्स के तहत अनाज नहीं खरीदती, तो किसानों को अपनी मेहनत का पूरा दाम नहीं मिल पाता।"

चावल का स्टेक: "तो क्या इस तरह के अनाज को सामान्य अनाज के साथ मिला दिया जाता है?"

गेहूँ का स्टेक: "नहीं दोस्त, ऐसा नहीं होता। URS के तहत खरीदे गए अनाज को सामान्य (FAQ) अनाज से अलग रखा जाता है और इसका हिसाब भी अलग से रखा जाता है। इसके भंडारण और वितरण के लिए अलग से दिशा-निर्देश होते हैं।"

चावल का स्टेक: "और इसका उठाव (निर्गमन) कैसे होता है? क्या इसे भी फोर्टिफाइड अनाज की तरह प्राथमिकता मिलती है?"

गेहूँ का स्टेक: "हाँ! URS स्टॉक को भी ओवर राइडिंग प्राथमिकता पर लिक्विडेट (यानी जल्दी से जारी) किया जाता है। इसका मुख्य कारण यह है कि ऐसे अनाज की गुणवत्ता में आगे और गिरावट न आए। सरकार यह सुनिश्चित करती है कि यह स्टॉक जितनी जल्दी हो सके, सार्वजनिक वितरण प्रणाली (PDS) या अन्य योजनाओं के तहत वितरित हो जाए।"

चावल का स्टेक: (समझते हुए) "तो फोर्टिफाइड अनाज को सार्वजनिक स्वास्थ्य के लिए प्राथमिकता दी जाती है, और URS अनाज को किसानों की भलाई और गुणवत्ता के नुकसान से बचने के लिए प्राथमिकता दी जाती है। दोनों ही मामलों में, नियमों में कुछ खास परिस्थितियों में बदलाव होता है।"

गेहूँ का स्टेक: "एकदम सही समझे! यह दर्शाता है कि FCI सिर्फ अनाज का भंडारण ही नहीं करता, बल्कि सरकार की कृषि और खाद्य सुरक्षा नीतियों में भी महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है।"

चावल का स्टेक: "URS स्टॉक का उठाव भी पहले किया जा सकता है?"

गेहूँ का स्टेक: "हाँ दोस्त, तुमने बिल्कुल सही समझा! URS (Under Relaxed Specification) स्टॉक का उठाव (निर्गमन) भी अक्सर पहले किया जाता है, या उसे 'ओवरराइडिंग प्राथमिकता' दी जाती है।"

चावल का स्टेक: (उत्सुकता से) "तो इसका क्या कारण है? क्या यह भी सार्वजनिक स्वास्थ्य से जुड़ा है?"

गेहूँ का स्टेक: "आंशिक रूप से, हाँ, लेकिन मुख्य कारण थोड़ा अलग है। URS अनाज, जैसा कि हमने बात की, प्राकृतिक आपदाओं के कारण सामान्य FAQ (Fair Average Quality) मानकों से थोड़ा कम गुणवत्ता वाला होता है। ऐसे अनाज में आगे और खराब होने (deterioration) का जोखिम अधिक होता है।

• गुणवत्ता बनाए रखना: यदि URS स्टॉक को लंबे समय तक गोदाम में रखा जाता है, तो उसमें कीट लगने, नमी बढ़ने या अन्य कारणों से गुणवत्ता में और गिरावट आने की संभावना होती है। इससे अंततः वह मानव उपभोग के लिए अनुपयोगी हो सकता है।
• नुकसान कम करना: FCI का उद्देश्य सरकार को होने वाले नुकसान को कम करना भी है। यदि अनाज खराब हो जाता है, तो उसे फेंकना पड़ेगा या उसे कम दाम पर बेचना पड़ेगा, जिससे वित्तीय नुकसान होगा।
• सार्वजनिक वितरण प्रणाली (PDS) में त्वरित उपयोग: URS स्टॉक को जल्दी से जारी करने से यह सुनिश्चित होता है कि इसे जल्द से जल्द सार्वजनिक वितरण प्रणाली या अन्य कल्याणकारी योजनाओं के तहत उपयोग किया जा सके। इससे यह खराब होने से पहले जरूरतमंदों तक पहुंच जाता है।"
• चावल का स्टेक : "तो इसका मतलब है कि FCI 'पहले आओ, पहले पाओ' (FIFO - First In, First Out) के सामान्य नियम से भी ऊपर URS और फोर्टिफाइड स्टॉक को रखता है?"
• गेहूँ का स्टेक : "बिल्कुल! FIFO एक सामान्य नियम है, लेकिन URS और फोर्टिफाइड स्टॉक के लिए विशेष परिस्थितिजन्य प्राथमिकताएं होती हैं।
• फोर्टिफाइड अनाज को पोषक तत्त्वों के वितरण में तेजी लाने और कुपोषण से निपटने के लिए प्राथमिकता मिलती है।
• URS अनाज को गुणवत्ता में और गिरावट को रोकने और किसानों के हित की रक्षा के लिए प्राथमिकता मिलती है। यह सब FCI के वैज्ञानिक भंडारण और वितरण प्रथाओं का हिस्सा है, जिससे यह सुनिश्चित किया जा सके कि देश में खाद्य सुरक्षा बनी रहे और अनाज का अधिकतम उपयोग हो।"

गेहूँ का स्टेक: "क्या तुम FCI के भंडारण और वितरण की अन्य प्रक्रियाओं के बारे में जानना चाहोगे?"

चावल का स्टेक: "बिल्कुल दोस्त!

गेहूँ का स्टेक: FCI का काम सिर्फ अनाज खरीदना और बेचना नहीं है, बल्कि उसके पीछे एक बहुत बड़ा और जटिल तंत्र काम करता है, जो देश की खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करता है।"

चावल का स्टेक: "तो भंडारण में क्या-क्या खास बातें होती हैं? हम तो बस बोरियों में बंद यहाँ रखे रहते हैं।"

गेहूँ का स्टेक: "तुम्हारी बात सही है, लेकिन तुम्हें सुरक्षित रखने के लिए बहुत कुछ किया जाता है:

1. वैज्ञानिक भंडारण: FCI अनाज को वैज्ञानिक तरीकों से भंडारित करता है। इसमें गोदामों की सही डिज़ाइन, ढेर (स्टेक) को सही तरीके से लगाना शामिल है ताकि हवा का संचार (ventilation) ठीक से हो। लकड़ी के क्रेट या पॉलीथीन शीट का उपयोग किया जाता है ताकि नमी से बचाव हो सके।

2. कीट और नमी से बचाव: यह सबसे महत्त्वपूर्ण है। गोदामों में नियमित रूप से प्रोफाइलैक्टिक (छिड़काव) और क्युरेटिव (फ्यूमिगेशन) उपचार किए जाते हैं ताकि कीटों और चूहों से अनाज को बचाया जा सके। तुमने देखा होगा कि समय-समय पर कर्मचारी यहाँ दवाइयाँ छिड़कते हैं या धुआँ करते हैं।

3. गुणवत्ता नियंत्रण: FCI के तकनीकी कर्मचारी नियमित रूप से स्टॉक का निरीक्षण करते हैं। वे तुम्हारी नमी का स्तर, कीटों की मौजूदगी, और अन्य गुणवत्ता मानकों की जाँच करते हैं। अगर कोई समस्या दिखती है, तो तुरंत कार्रवाई की जाती है।

4. विभिन्न प्रकार के गोदाम: FCI के पास कई तरह के भंडारण स्थान होते हैं:

o कवर्ड गोदाम (Covered Godowns): ये वे बंद गोदाम होते हैं जहाँ हम और तुम जैसे अनाज के स्टेक रखे जाते हैं।

o कवर एंड प्लिंथ (CAP) स्टोरेज: यह एक तरह का खुले में भंडारण होता है, जहाँ अनाज को ऊँचे चबूतरे (plinth) पर प्लास्टिक शीट से ढक कर रखा जाता है। यह मुख्य रूप से गेहूँ के लिए होता है।

o आधुनिक साइलो (Modern Silos): ये स्टील के बड़े-बड़े टावर होते हैं जहाँ अनाज को बल्क में (खुले में, बोरियों के बिना) स्टोर किया जाता है। ये अत्यधिक मशीनीकृत होते हैं और अनाज को बेहतर ढंग से संरक्षित करते हैं। भारत में अब PPP (Public Private Partnership) मोड पर नए साइलो बनाए जा रहे हैं।"

चावल का स्टेक: "भंडारण तो समझ आया, पर हमें लोगों तक कैसे पहुँचाया जाता है?"

गेहूँ का स्टेक: "हमारा अंतिम लक्ष्य लोगों तक पहुँचना ही तो है! यह एक बहु-चरणीय प्रक्रिया है:

1. केंद्रीय पूल (Central Pool): हम सभी, यानी भारत भर से FCI द्वारा खरीदा गया अनाज, एक 'केंद्रीय पूल' का हिस्सा बन जाते हैं।

2. आवंटन (Allocation): केंद्र सरकार विभिन्न राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों को उनकी आवश्यकता के अनुसार अनाज आवंटित करती है। यह राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा अधिनियम (NFSA) और अन्य कल्याणकारी योजनाओं के तहत होता है।

3. परिवहन (Movement): FCI का एक बड़ा काम अनाज को उन राज्यों से जहाँ अधिक उत्पादन होता है (जैसे पंजाब, हरियाणा, उत्तर प्रदेश) उन राज्यों तक पहुँचाना है जहाँ कमी है। इसके लिए ट्रेन, ट्रक और जहाज़ों का उपयोग होता है।

4. राज्य सरकारों की भूमिका: गोदामों से अनाज उठाने के बाद, राज्य सरकारों की जिम्मेदारी होती है कि वे इसे अपने राज्य के भीतर वितरित करें। वे राशन कार्डधारियों की पहचान करते हैं और उचित मूल्य की दुकानों (Fair Price Shops - FPS) या राशन की दुकानों के माध्यम से अनाज वितरित करते हैं।

5. गुणवत्ता की जाँच (वितरण के समय): जब राज्य सरकारें FCI के गोदामों से अनाज उठाती हैं तो उन्हें स्टॉक की गुणवत्ता की जाँच करने का पूरा अवसर मिलता है। यह सुनिश्चित किया जाता है कि केवल अच्छी गुणवत्ता वाला, कीट-मुक्त अनाज ही वितरित किया जाए। इस तरह, FCI खरीद से लेकर भंडारण और वितरण तक, पूरे चक्र में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है, ताकि देश के हर कोने में लोगों को पर्याप्त और गुणवत्तापूर्ण अनाज मिल सके।"

गेहूँ का स्टेक: "क्या तुम FCI की अन्य किसी विशेष भूमिका या पहलू के बारे में जानना चाहोगे?"

चावल का स्टेक: (उत्सुकता पूर्वक) "हाँ दोस्त! मुझे बताओ भंडारण और वितरण के अतिरिक्त भी FCI की भूमिका है!"

गेहूँ का स्टेक: "बिल्कुल दोस्त! गेहूँ का स्टेक: "बिल्कुल दोस्त! FCI की और भी कई महत्त्वपूर्ण भूमिकाएँ और पहलू हैं, जो इसे भारत की खाद्य सुरक्षा (Food Security) का एक स्तंभ बनाते हैं। तुमने सही कहा कि यह सिर्फ भंडारण और वितरण ही नहीं है, यह कई लोगों के हितों की रक्षा करती है!"

गेहूँ का स्टेक: "सही बात है! चलो, इसकी कुछ और महत्त्वपूर्ण भूमिकाओं पर बात करते हैं:"

1. न्यूनतम समर्थन मूल्य (MSP) संचालन:

o किसानों को सुरक्षा: FCI की सबसे महत्त्वपूर्ण भूमिकाओं में से एक न्यूनतम समर्थन मूल्य (MSP) के तहत किसानों से सीधे अनाज खरीदना है। सरकार हर बुवाई के मौसम से पहले विभिन्न फसलों (जैसे गेहूँ, धान) के लिए MSP की घोषणा करती है।

o बाजार में स्थिरता: यदि बाजार में अनाज की कीमत MSP से नीचे गिर जाती है, तो किसान अपनी उपज को MSP पर FCI या अन्य सरकारी एजेंसियों को बेच सकते हैं। यह किसानों को उनकी मेहनत का उचित मूल्य सुनिश्चित करता है और उन्हें "कष्टपूर्ण बिक्री" (Distress Sale) से बचाता है, यानी उन्हें कम दाम पर अपनी फसल बेचने के लिए मजबूर नहीं होना पड़ता।

o उत्पादन को प्रोत्साहन: MSP किसानों को कुछ फसलों के उत्पादन के लिए प्रोत्साहित करता है, जिससे देश में अनाज का पर्याप्त उत्पादन सुनिश्चित होता है।

2. बफर स्टॉक (Buffer Stock) का प्रबंधन:

o आपातकालीन भंडार: FCI देश के लिए एक विशाल बफर स्टॉक (अनाज का आरक्षित भंडार) बनाए रखता है। यह स्टॉक अप्रत्याशित परिस्थितियों जैसे फसल खराब होना, प्राकृतिक आपदाएं (सूखा, बाढ़) या अन्य संकटों के दौरान बहुत महत्त्वपूर्ण होता है।

o कीमतों को नियंत्रित करना: जब बाजार में अनाज की कीमतें बढ़ती हैं, तो FCI इस बफर स्टॉक से अनाज जारी कर सकता है (जिसे खुले बाजार बिक्री योजना - OMSS कहा जाता है)। इससे बाजार में आपूर्ति बढ़ती है और कीमतों को स्थिर करने में मदद मिलती है, जिससे आम जनता को राहत मिलती है।

o खाद्य सुरक्षा: बफर स्टॉक यह सुनिश्चित करता है कि देश में किसी भी समय खाद्य संकट न आए और सार्वजनिक वितरण प्रणाली (PDS) के तहत अनाज की नियमित आपूर्ति बनी रहे।

3. सार्वजनिक वितरण प्रणाली (PDS) का आधार:

o FCI ही वह प्राथमिक एजेंसी है जो PDS के लिए अनाज की खरीद, भंडारण और राज्यों तक पहुँचाने का काम करती है। यह सुनिश्चित करता है कि गरीब और जरूरतमंद लोगों को रियायती दरों पर अनाज (गेहूँ, चावल) उपलब्ध हो सके, जिससे उनकी पोषण संबंधी आवश्यकताएँ पूरी हों।

4. मूल्य स्थिरीकरण और बाजार हस्तक्षेप:

o MSP के माध्यम से खरीद और OMSS के माध्यम से बिक्री करके, FCI बाजार में अनाज की कीमतों को स्थिर रखने में एक महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है। यह न केवल किसानों के हितों की रक्षा करता है बल्कि उपभोक्ताओं को अत्यधिक मूल्य वृद्धि से भी बचाता है।

5. गुणवत्ता आश्वासन और तकनीकी क्षमता:

o FCI के पास अनाज की गुणवत्ता बनाए रखने के लिए विशेषज्ञ (तकनीकी विंग) होते हैं। वे खरीद से लेकर वितरण तक, अनाज की गुणवत्ता की जाँच और उसे सुरक्षित रखने के लिए वैज्ञानिक तरीकों का पालन करते हैं। कुल मिलाकर, FCI सिर्फ एक भंडारण इकाई नहीं, बल्कि एक खाद्य प्रबंधन की रीढ़ है, जो किसानों के हितों की रक्षा करती है, उपभोक्ताओं को उचित मूल्य पर भोजन सुनिश्चित करती है और पूरे देश की खाद्य सुरक्षा को मजबूत करती है। यह भारत की कृषि और आर्थिक स्थिरता का एक अभिन्न अंग है।"

चावल का स्टेक: "अरे भाई, ये FCI तो बहुत बड़ी संस्था है! ये तो कई लोगों के हितों की रक्षा करती है!"

गेहूँ का स्टेक: "हाँ दोस्त, तुमने बिल्कुल सही कहा! FCI वाकई एक विशालकाय और बेहद महत्त्वपूर्ण संस्था है। यह सिर्फ अनाज का प्रबंधन ही नहीं करती, बल्कि किसानों, उपभोक्ताओं और पूरे देश की खाद्य सुरक्षा से सीधे जुड़ी हुई है। यह कई लोगों के हितों की रक्षा करती है!"

चावल का स्टेक: "अनाज का प्रबंधन तो ठीक है, पर ये तुम्हारे पड़ोसी को पिछले 5 दिनों से ढँक के रखा है! इसका क्या कारण है?"

गेहूँ का स्टेक: (सोचते हुए) "अच्छा, तुम अपने बगल वाले स्टेक की बात कर रहे हो जिसे पिछले 5 दिनों से ढँक कर रखा गया है। हाँ दोस्त, यह भी अनाज के प्रबंधन का एक महत्त्वपूर्ण हिस्सा है और इसके कई कारण हो सकते हैं, जो तुम्हारे पड़ोसी की सुरक्षा और गुणवत्ता बनाए रखने के लिए किए जाते हैं।"

चावल का स्टेक: "तो क्या इसे किसी खास वजह से ढँकते हैं?"

गेहूँ का स्टेक: "बिल्कुल! आमतौर पर, अनाज के ढेर (स्टेक) को ढँकना 'प्रोफाइलैक्टिक' या 'उपचार' का हिस्सा होता है, ताकि अनाज को खराब होने से बचाया जा सके। इसके कई कारण हो सकते हैं:

1. कीट नियंत्रण (Pest Control) / फ्यूमिगेशन (Fumigation):

o यह सबसे आम कारण है। यदि स्टेक में कीटों की मौजूदगी पाई जाती है, तो उसे एक विशेष प्लास्टिक शीट (पॉलीथीन कवर) से पूरी तरह से ढँक दिया जाता है और उसके अंदर कीटनाशक गैस (जैसे एल्यूमीनियम फॉस्फाइड) छोड़ी जाती है। इस प्रक्रिया को फ्यूमिगेशन कहते हैं।

o गैस अंदर ही रहे और कीट मर जाएं, इसके लिए स्टेक को 3 से 7 दिनों तक (गैस और कीटों की समस्या के आधार पर) ढँक कर रखा जाता है। यही शायद तुम्हारे पड़ोसी के साथ हुआ होगा।

2. नमी से बचाव (Protection from Moisture):

o कभी-कभी, खासकर बारिश के मौसम में या यदि गोदाम में कहीं से नमी आ रही हो, तो अनाज को सीधे नमी के संपर्क में आने से बचाने के लिए भी ढँका जाता है। यह ऊपरी बोरियों को गीला होने से बचाता है।

3. धूल और प्रदूषण से बचाव (Protection from Dust and Pollution):

o गोदामों में धूल और अन्य बाहरी कणों से अनाज को बचाने के लिए भी कभी-कभी कवर का उपयोग किया जाता है, खासकर यदि आस-पास कोई निर्माण कार्य चल रहा हो या आवाजाही ज्यादा हो।

4. लंबे समय तक भंडारण (Long-Term Storage):

o कुछ मामलों में, यदि किसी विशेष स्टेक को लंबे समय तक भंडारित किया जाना है, तो उसे अतिरिक्त सुरक्षा के लिए ढँक कर रखा जा सकता है, ताकि उसकी गुणवत्ता बनी रहे।"

चावल का स्टेक: "तो इसका मतलब है कि उसे ढँक कर रखने से उसकी सुरक्षा हो रही है, न कि उसे कोई परेशानी है?"

गेहूँ का स्टेक: "हाँ दोस्त, बिल्कुल! ढँकना एक सुरक्षात्मक उपाय है, ताकि अनाज सुरक्षित रहे, कीटमुक्त रहे और उसकी गुणवत्ता बनी रहे। कुछ दिनों बाद जब फ्यूमिगेशन पूरा हो जाएगा या नमी का खतरा टल जाएगा, तो कवर हटा दिया जाएगा। यह सब FCI के वैज्ञानिक भंडारण प्रथाओं का हिस्सा है ताकि हम सभी सुरक्षित रहें और लोगों तक सही सलामत पहुँच सकें।"

चावल का स्टेक: "क्या तुम जानना चाहोगे कि FCI अनाज की गुणवत्ता बनाए रखने के लिए और क्या-क्या उपाय करता है?"

गेहूँ का स्टेक: "बिल्कुल दोस्त! तुम्हें इसकी जानकारी है?"

चावल का स्टेक: "बिल्कुल दोस्त! हम अनाज के स्टेक के रूप में यहाँ गोदाम में सुरक्षित रहते हैं, लेकिन हमारी गुणवत्ता बनाए रखने के लिए भारतीय खाद्य निगम (FCI) बहुत सारे वैज्ञानिक उपाय करता है। यह एक निरंतर चलने वाली प्रक्रिया है।"

गेहूँ का स्टेक: "बताओ, क्या-क्या करते हैं वो लोग?"

चावल का स्टेक: "FCI खरीद से लेकर हमारे वितरण तक, हर चरण में गुणवत्ता का खास ध्यान रखता है:

1. खरीद के समय गुणवत्ता नियंत्रण (Quality Control at Procurement Stage):

o यूनिफॉर्म स्पेसिफिकेशन (Uniform Specification): FCI हर फसल सीजन से पहले गेहूँ, धान और अन्य अनाज के लिए मानक गुणवत्ता विनिर्देश (Standard Quality Specifications) जारी करता है। इसमें अनाज में नमी का स्तर, टूटे हुए दाने, सिकुड़े हुए दाने, बाहरी पदार्थ, कीटग्रस्त दाने आदि की स्वीकार्य सीमा निर्धारित होती है।

o जाँच और नमूनाकरण: खरीद केंद्रों (मंडियों) पर FCI के प्रशिक्षित गुणवत्ता नियंत्रण (QC) कर्मचारी होते हैं। वे किसानों द्वारा लाए गए अनाज से वैज्ञानिक तरीके से नमूने (samples) लेते हैं और उनकी गुणवत्ता की जाँच करते हैं। यदि अनाज निर्धारित मानकों के अनुरूप होता है, तभी उसे खरीदा जाता है।

2. वैज्ञानिक भंडारण प्रथाएँ (Scientific Storage Practices):

o गोदामों का डिज़ाइन: FCI के गोदाम वैज्ञानिक रूप से डिज़ाइन किए जाते हैं ताकि वे नमी-रोधी (damp-proof), चूहा-रोधी (rat-proof) और हवादार (well-ventilated) हों।

o सही स्टैकिंग: बोरियों को लकड़ी के क्रेट (dunnage material) या पॉलीथीन शीट पर रखा जाता है, ताकि सीधे फर्श से नमी न लगे। स्टैक (ढेर) को इस तरह से बनाया जाता है कि हवा का संचार ठीक से हो और निरीक्षण आसान हो।

o कीट और चूहा नियंत्रण (Pest and Rodent Control):

☐ प्रोफाइलैक्टिक ट्रीटमेंट (Prophylactic Treatment): गोदामों में कीटों को आने से रोकने के लिए नियमित रूप से कीटनाशकों का छिड़काव किया जाता है।

☐ क्युरेटिव ट्रीटमेंट (Curative Treatment) / फ्यूमिगेशन: यदि किसी स्टेक में कीट पाए जाते हैं (जैसे कि तुम्हारे पड़ोसी के साथ हुआ), तो उसे ढँक कर फ्यूमिगेशन (धूम्रीकरण) किया जाता है, जिससे कीट मर जाते हैं।

☐ चूहा नियंत्रण: चूहों को नियंत्रित करने के लिए जाल और अन्य उपाय अपनाए जाते हैं, क्योंकि वे अनाज को बहुत नुकसान पहुँचाते हैं।

3. नियमित निरीक्षण और निगरानी (Regular Inspection and Monitoring):

o आवधिक जाँच: FCI के गुणवत्ता नियंत्रण अधिकारी नियमित रूप से गोदामों में संग्रहित अनाज के स्टॉक का निरीक्षण करते हैं। वे नमी के स्तर, कीटों की उपस्थिति और किसी भी तरह की गिरावट की जाँच करते हैं।

o डबल-चेक प्रणाली: विभिन्न स्तरों पर (तकनीकी सहायक, प्रबंधक QC, सहायक महाप्रबंधक QC) नियमित और सरप्राइज चेक किए जाते हैं ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि सभी मानक पूरे हो रहे हैं।

4. पहला अंदर, पहला बाहर (FIFO - First In, First Out) सिद्धांत:

o इस सिद्धांत का यथासंभव पालन किया जाता है, ताकि कोई भी अनाज लंबे समय तक गोदाम में न पड़ा रहे। इससे अनाज के खराब होने का जोखिम कम होता है। हालाँकि, फोर्टिफाइड और URS स्टॉक के लिए प्राथमिकता के नियम लागू होते हैं, जैसा कि हमने बात की।

5. परिवहन के दौरान सुरक्षा (Protection During Transit):

o अनाज को एक जगह से दूसरी जगह ले जाते समय भी उसकी सुरक्षा सुनिश्चित की जाती है। ट्रेनों में ढँकी हुई वैगनों का उपयोग किया जाता है, और ट्रकों को भी तिरपाल से ठीक से ढँका जाता है ताकि नमी, धूल या चोरी से बचाव हो सके।

6. आधुनिकीकरण और प्रौद्योगिकी का उपयोग (Modernization and Technology):

o साइलो का उपयोग: नए, आधुनिक साइलो में अनाज को बल्क में (खुले में) स्टोर किया जाता है, जहाँ तापमान और नमी को नियंत्रित करना आसान होता है और बर्बादी कम होती है।

o डिजिटलीकरण: स्टॉक की आवाजाही और गुणवत्ता पर नज़र रखने के लिए डिजिटल प्रणाली और ऐप्स का उपयोग किया जा रहा है, जिससे प्रक्रिया में पारदर्शिता आती है। इन सभी उपायों से FCI यह सुनिश्चित करता है कि देश में संग्रहीत अनाज की गुणवत्ता बनी रहे और वह सुरक्षित रूप से लाभार्थियों तक पहुँचे।"

चावल का स्टेक: "दोस्त तुमने भारतीय खाद्य निगम के बारे में बहुत सी जानकारी दी, इसके लिए तुम्हारा आभार, परन्तु ये साथी जब भी हमारे आसपास आते है, तो बहुत चिंतित रहते है, खासकर मेरे पास, ऐसा क्यों?"

गेहूँ का स्टेक: "दोस्त, तुमने एक बहुत ही पेचीदा प्रश्न उठाया है! दरअसल चावल के अनाज की प्रकृति और उसके भंडारण की संवेदनशीलता से जुड़ा है।"

चावल का स्टेक: "तो इसका मतलब मुझमें कुछ ऐसा है जो उन्हें ज्यादा फ़िक्र करने पर मजबूर करता है?"

गेहूँ का स्टेक: "हाँ, बिल्कुल! गेहूँ की तुलना में, चावल को भंडारित करना थोड़ा अधिक चुनौतीपूर्ण होता है। इसके कई कारण हैं:

1. कीटों के प्रति अधिक संवेदनशीलता (Higher Susceptibility to Pests):

o चावल, विशेष रूप से धान से अलग होने के बाद (छिलका उतरने के बाद), कीटों के हमलों के प्रति अधिक संवेदनशील होता है। चावल में मौजूद स्टार्च कीटों को बहुत आकर्षित करता है, और उनमें घुसकर नुकसान पहुंचाना उनके लिए आसान होता है।

o गेहूँ की तुलना में चावल के दानों की संरचना और उनकी सतह कीटों के अंडे देने या छिपने के लिए अधिक अनुकूल हो सकती है।

o यही कारण है कि चावल के स्टेक में कीट लगने की संभावना अधिक होती है, और कर्मचारी इस पर लगातार नजर रखते हैं ताकि समय रहते कीट नियंत्रण (जैसे फ्यूमिगेशन) किया जा सके।

2. नमी के प्रति अधिक संवेदनशीलता (Higher Susceptibility to Moisture):

o चावल, खासकर बिना छिलके वाला चावल, नमी को बहुत जल्दी सोखता है। यदि नमी का स्तर बढ़ता है, तो:

☐ फफूंद/फंगस (Fungus/Mold) लगने का खतरा : नमी के कारण चावल में फफूंद लग सकती है, जिससे वह खाने लायक नहीं रहता और विषाक्त भी हो सकता है।

☐ रंग में बदलाव (Discoloration): नमी से चावल का रंग पीला पड़ सकता है, जिससे उसकी बाजार में कीमत कम हो जाती है।

☐ दाने का टूटना (Breakage): नमी के कारण चावल के दाने कमजोर हो जाते हैं और हैंडलिंग के दौरान टूटने लगते हैं, जिससे नुकसान बढ़ता है।

o कर्मचारी लगातार नमी के स्तर की जाँच करते रहते हैं और यह सुनिश्चित करते हैं कि तुम्हारे आसपास कोई रिसाव या नमी न हो।

3. गर्मी के प्रति संवेदनशीलता (Sensitivity to Heat):

o चावल के स्टॉक में आंतरिक गर्मी (respiration heat) उत्पन्न होने की प्रवृत्ति होती है, खासकर यदि उसमें नमी हो या कीटों की गतिविधि हो। अत्यधिक गर्मी से चावल की गुणवत्ता और स्वाद प्रभावित हो सकता है।

4. उच्च नुकसान दर का जोखिम (Risk of Higher Losses):

o इन सभी कारकों के कारण, चावल के भंडारण में नुकसान की दर (storage losses) गेहूँ की तुलना में अधिक होने की संभावना होती है यदि उचित ध्यान न दिया जाए। कर्मचारी इस नुकसान को कम करने के लिए अतिरिक्त सतर्क रहते हैं।"

गेहूँ का स्टेक: "तो देखा दोस्त, तुम्हारी संवेदनशीलता ही कर्मचारियों की चिंता का कारण बनती है। वे यह सुनिश्चित करना चाहते हैं कि तुम सुरक्षित और अच्छी गुणवत्ता वाले बने रहो, ताकि तुम सही सलामत ज़रूरतमंदों तक पहुँच सको।"

चावल का स्टेक: (समझते हुए) "तो उनकी चिंता मेरी भलाई के लिए है! यह जानकर अच्छा लगा। मुझे लगा मैं ही कुछ अजीब हूँ।"

गेहूँ का स्टेक: "नहीं दोस्त, तुम अजीब नहीं, बल्कि महत्त्वपूर्ण हो! और तुम्हारी सुरक्षा के लिए ही वे इतनी मेहनत करते हैं। क्या तुम जानना चाहोगे कि FCI अनाज की बर्बादी (losses) को कम करने के लिए क्या-क्या ठोस कदम उठाता है?"

चावल का स्टेक: "बिल्कुल दोस्त! हाँ, बिल्कुल दोस्त!"

गेहूँ का स्टेक: "अनाज की बर्बादी (losses) को कम करना FCI के लिए सबसे बड़ी प्राथमिकताओं में से एक है। हर दाना महत्त्वपूर्ण है, और नुकसान का मतलब किसानों, उपभोक्ताओं और देश, तीनों का नुकसान है। FCI इसके लिए कई ठोस कदम उठाता है:

- वैज्ञानिक भंडारण पद्धतियाँ : गोदामों का निर्माण इस तरह से किया जाता है कि वे नमी, कीट और चूहों से सुरक्षित रहें। लकड़ी के क्रेट या पॉलीथीन शीट का उपयोग करके अनाज को सीधे फर्श के संपर्क से बचाया जाता है, जिससे नमी और कीटों से होने वाला नुकसान कम होता है।
- नियमित कीट नियंत्रण: गोदामों में कीटों और चूहों को नियंत्रित करने के लिए नियमित रूप से कीटनाशकों का छिड़काव (प्रोफाइलैक्टिक उपचार) और धुँआकरण (फ्यूमिगेशन) किया जाता है। यह सुनिश्चित करता है कि अनाज कीटों से सुरक्षित रहे और उसमें कोई आंतरिक क्षति न हो।
- गुणवत्ता नियंत्रण और निरीक्षण: FCI के गुणवत्ता नियंत्रण (QC) अधिकारी खरीद से लेकर भंडारण तक अनाज की गुणवत्ता की नियमित जाँच करते हैं। नमी के स्तर, कीटों की मौजूदगी और अन्य गुणवत्ता मानकों का पालन सुनिश्चित किया जाता है, ताकि किसी भी समस्या का तुरंत पता लगाकर समाधान किया जा सके।
- FIFO (First In, First Out) सिद्धांत: इस सिद्धांत का यथासंभव पालन किया जाता है ताकि पुराना स्टॉक पहले वितरित हो और लंबे समय तक गोदाम में पड़ा न रहे। इससे अनाज के खराब होने या गुणवत्ता में गिरावट आने का जोखिम कम होता है।
- आधुनिक भंडारण संरचनाएँ (साइलो): आधुनिक स्टील साइलो का उपयोग करके अनाज को थोक में स्टोर किया जाता है, जहाँ तापमान और आर्द्रता को नियंत्रित किया जा सकता है। ये साइलो यांत्रिक रूप से लोडिंग और अनलोडिंग की सुविधा प्रदान करते हैं, जिससे हैंडलिंग के दौरान होने वाली बर्बादी कम होती है।
- कुशल परिवहन व्यवस्था : अनाज को एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जाते समय भी उसकी सुरक्षा सुनिश्चित की जाती है। ढँकी हुई रेल वैगन और ट्रकों का उपयोग किया जाता है ताकि अनाज नमी, धूल और चोरी से बचा रहे।
- प्रौद्योगिकी का उपयोग: स्टॉक प्रबंधन और गुणवत्ता निगरानी के लिए डिजिटल प्रणालियों और ऐप्स का उपयोग किया जा रहा है, जिससे प्रक्रियाओं में पारदर्शिता आती है और नुकसान को ट्रैक करना आसान होता है। ये सभी उपाय यह सुनिश्चित करने के लिए हैं कि FCI द्वारा खरीदा गया हर दाना सुरक्षित रहे और अंततः देश के जरूरतमंदों तक पहुंचे, जिससे खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित हो सके और राष्ट्रीय संसाधनों की बर्बादी न हो।"

चावल का स्टेक: "अब समझा मैं! यह वाकई एक जटिल और महत्त्वपूर्ण काम है। सुनकर अच्छा लगा कि वे इतनी मेहनत करते हैं ताकि हम बर्बाद न हों।"

गेहूँ और चावल के स्टेक के बीच यह काल्पनिक बातचीत भारतीय खाद्य निगम (FCI) के कई महत्त्वपूर्ण पहलुओं पर प्रकाश डालती है। यह संवाद एफसीआई की जटिल कार्यप्रणाली, खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने में उसकी भूमिका, और अनाज के भंडारण व वितरण से जुड़ी चुनौतियों को समझने में मदद करता है।

मुख्य बिंदु:

- फोर्टिफाइड अनाज को प्राथमिकता: FCI कुपोषण से निपटने और सार्वजनिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए फोर्टिफाइड चावल जैसे पोषक तत्त्वों से भरपूर अनाज को सामान्य स्टॉक से पहले जारी करने को प्राथमिकता देता है।
- अंडर रिलैक्स्ड स्पेसिफिकेशन (URS): प्राकृतिक आपदाओं से प्रभावित अनाज को 'अंडर रिलैक्स्ड स्पेसिफिकेशन' के तहत खरीदा जाता है, ताकि किसानों को उनकी उपज का उचित मूल्य मिल सके। इस URS स्टॉक को भी गुणवत्ता में गिरावट रोकने और त्वरित वितरण सुनिश्चित करने के लिए प्राथमिकता पर जारी किया जाता है।
- वैज्ञानिक भंडारण: FCI अनाज की गुणवत्ता और सुरक्षा बनाए रखने के लिए वैज्ञानिक भंडारण पद्धतियों का उपयोग करता है, जिसमें नमी और कीट नियंत्रण, नियमित निरीक्षण और विभिन्न प्रकार के गोदाम (जैसे कवर्ड, CAP, साइलो) शामिल हैं।

•	वितरण प्रणाली: FCI अनाज को केंद्रीय पूल से राज्यों तक आवंटित और परिवहन करता है, जहाँ से इसे सार्वजनिक वितरण प्रणाली (PDS) और उचित मूल्य की दुकानों (FPS) के माध्यम से जरूरतमंदों तक पहुँचाया जाता है।

•	FCI की व्यापक भूमिका: MSP संचालन, बफर स्टॉक प्रबंधन, मूल्य स्थिरीकरण और गुणवत्ता आश्वासन जैसे कार्यों के माध्यम से FCI भारत की खाद्य सुरक्षा और कृषि अर्थव्यवस्था का एक महत्त्वपूर्ण स्तंभ है।

•	चावल के भंडारण की संवेदनशीलता: चावल, गेहूँ की तुलना में कीटों, नमी और गर्मी के प्रति अधिक संवेदनशील होता है, जिससे इसके भंडारण में अधिक सावधानी और निगरानी की आवश्यकता होती है। कर्मचारियों की चिंता इसी संवेदनशीलता के कारण होती है ताकि नुकसान को कम किया जा सके।

•	बर्बादी कम करने के उपाय: FCI अनाज की बर्बादी को कम करने के लिए कई कदम उठाता है, जिसमें वैज्ञानिक भंडारण, नियमित कीट नियंत्रण, गुणवत्ता जाँच, FIFO सिद्धांत का पालन और आधुनिक प्रौद्योगिकी का उपयोग शामिल है।

कुल मिलाकर, यह संवाद दर्शाता है कि FCI केवल अनाज के खरीददार और भंडारगृह से कहीं अधिक है; यह एक ऐसी संस्था है जो भारत में खाद्य सुरक्षा और किसानों व उपभोक्ताओं के हितों की रक्षा के लिए एक व्यापक और वैज्ञानिक दृष्टिकोण अपनाती है।

ललित कुमार पाटीदार
सहायक श्रेणी I (तकनीकी)
मंडल कार्यालय, भोपाल

न नर में कोई राम बचा

न नर में कोई राम बचा,
न जीवन में अब धाम बचा ।
स्वार्थ की आग में जलते मन,
सत्य का भी न नाम बचा ।

मर्यादा की राहें सूनी,
भक्ति हुई अब बेज़ुबानी।
लोभ, मोह के जाल में फँसकर,
खो बैठा मानव इंसानी ।

राम जहाँ थे आदर्श हमारे,
अब ढूँढे नहीं दिखते सहारे ।
मनुष्यता की भीड़ में बिखरा,
स्वार्थ बना सबसे प्यारा तारा ।

धन के लोभ ने मन को जीता,
क्रोध ने हर सुख-शांति पीटा ।
ममता, दया, करुणा सब खोईं,
मानवता की डोर भी ढीली होई ।

वाणी में कपट, वचन में झूठ,
लोभ के आगे झुका है सूत ।
राम की रीत भूला है मानव,
अँधियारे में खो गया हर स्वर ।

पर अभी भी आशा बाकी है,
रामकथा की झाँकी बाकी है।
अगर जगाए अंतर का दीपक,
हर दिल में श्रीराम बाकी है।

सचिन चौहान
प्रबंधक (सा.)
भा.खा.नि मंडल कार्यालय सागर (म.प्र)

सावन

सावन की हरियाली में, मौसम की खुशहाली में, एक्टिवा से जा रहे थे, गिर गए गड्ढे नाली में।
सावन की हरियाली में सावन की हरियाली में |

गिरे तो सबको आया मज़ा, बैठे बिठाए मिली सज़ा, उठता तब तक मैंने सुना, हर गाड़ी की हार्न बजा।
कुछ ने घूर के यूं देखा अभिवादन किया गली में, सावन की हरियाली में मौसम की खुशहाली में।

सबने देखा आते जाते मोबाईल ने साथ दिया, किसी पुरुष-नारी ने नहीं उठाने हाथ दिया।
फिर भी कुछ स्टेचर लाए और लिटाया ट्राली में, सावन की हरियाली में मौसम की खुशहाली में।

गड्ढे का पानी बोला चुप, अगर जो मुँह खोला हाथ पाँव ही टूटे हैं, वरना उठ जाता डोला।
यहाँ नहीं तो आगे फंसता नगर निगम की जाली में, सावन की हरियाली में मौसम की खुशहाली में।

अस्पताल में लाए गए जाँच के पर्चे थमाए गए, एक घंटे में एक दिवस के कितने नोट कमाए गए।
पूनम का सारा उजियारा घिरा अमावस काली में, सावन की हरियाली में मौसम की खुशहाली में।

इंजेक्शन और गोली दवाई नर्स ने देखा और मुस्काई बोली आपकी सड़क कविता अनिल जी हमको है भाई।
ठीक हो रहे थे हम कुछ कुछ उसकी देखभाली में, सावन की हरियाली में मौसम की खुशहाली में |

अनिल पिप्पल
सहायक श्रेणी II (गोदाम)
मंडल कार्यालय, सागर

श्रम

रात दिन मेहनत करता, जी भर पीता पानी।

तंगी में भी खुश रहता, मज़दूर तेरी यही कहानी।

औरों की सेवा करता, सर्दी गर्मी या बरसे पानी।

तन पे कपड़ा फटा पुराना, मज़दूर तेरी यही कहानी।

पालन पोषण अपनों का करता पूरी ज़िंदगानी।

देश हित में मेहनत से रचता नई कहानी।

हम भी उससे सीखे मेहनत की परिभाषा,

मेहनत कर लो जग में, व्यर्थ न जाए ज़िंदगानी।

विजय गुप्ता
टंकक (हिंदी)
मंडल कार्यालय, सागर

कृत्रिम खाद्य पदार्थ

आज की जीवन शैली में,
सब कुछ जैसे चमकता है।
वास्तविकता का मूल्य नहीं,
जो जितना चमकता है, उतना ही बिकता है।
कुछ लाभांश पाने की खातिर जैसे प्रकृति से खिलवाड़ किया,
खाने पीने की चीजों को जैसे कृत्रिम अवतार दिया।
घातक इंजेक्शन का प्रयोग कर सागों का वजन बढ़ाते हैं।
कीटनाशकों का प्रयोग कर फल को विष बनाते हैं।
आधुनिकता की अंधी दौड में स्वार्थ की गंध महकता है।
वास्तविकता का मूल्य नहीं,
जो जितना चमकता है, उतना ही बिकता है।
छोटे-छोटे बच्चों को पालक बड़े प्यार से चमकदार फ़ल खिला रहे,
अच्छे स्वास्थ्य की कामना से सब कुछ उन पर लुटा रहे,
लेकिन बाबू यह स्वार्थियों का चक्रव्यूह है इससे न कोई बचता है
वास्तविकता की मूल्य नहीं
जो जितना चमकता है, उतना ही बिकता है।

देवेन्द्र पटेल
सहायक श्रेणी II (तकनीकी)
मंडल कार्यालय, सागर

घर से दूर, घर के लिए

घर से दूर चले आए हैं, मीलों चल कर, गिरकर उठ कर
पीठ पे अपनी झोला रख कर, घर से दूर चले आए हैं।
रो कर ज्यादा हँस कर थोड़ा, हमने था यूं घर को छोड़ा
ज़िम्मेदारी काँधे पर रख कर, करने कुछ चले आए हैं।

घर से दूर चले आए हैं,
अनजानी, अनदेखी, अनसुनी, कुछ ऐसी थी डगर जो चुनी,
आंखें मूँदे ख़्वाब सज़ाकर, पूरा करने चले आए हैं|

घर से दूर चले आए हैं
दूर है मंज़िल, रास्ते अधूरे, कैसे होंगे सपने पूरे
एक आस लिए पलकों पर अपनी, सब कुछ छोड़ चले आए हैं|
मीलों चलकर, गिरकर उठकर, घर से दूर चले आए हैं

शकील भाटी
सहायक श्रेणी II (गोदाम)
मंडल कार्यालय, सागर

गेहूँ की यात्रा भारतीय खाद्य निगम के साथ

मैं कई दुकानों में घूमते-घूमते जब किसान के घर पहुंचा, मुझे लाड़ प्यार से दुलारा गया । फिर गुलाबी ठंड के मौसम में धरती माँ की गोद में छोड़ दिया गया। मैं बहुत खुश था, मैं और मेरे साथी मस्ती भरे माहौल में खेलते कूदते बड़े हो रहे थे। ठंड और गर्मी के मौसम में बीच हम लगातार बढ़ते जा रहे थे। जब भी बाहरी शरारती तत्त्वों ने, मुझ पर हमला करना चाहा, तब मेरे मालिक ने रसायनों के छिड़काव कर मुझे सुरक्षा प्रदान की। ये बात अलग है कि उन रसायनों से, मुझे भी कभी कुछ हानि हुई। तब कुछ पोषक तत्त्व मेरी मालिक द्वारा प्रदान किए गए। मुझे बचपन से जवानी तक के सफ़र में बड़ा ही मज़ा आ रहा था। मेरी माँ मेरा पूरा ध्यान रखती, कभी दुलारती, ठंड से बचाती, तो कभी धूप में दिन भर खड़ा कर देती। अब मौसम के साथ मैं बड़ा हो गया था । एक दिन खेत की मेड़ पर बैठे किसान के परिवार के बच्चों की बात सुनी। वो बात कर रहे थे कि जब फसल पक जायएगी, तब वो नये कपडे, खिलौने ख़रीदेंगे, किसान अपनी पत्नी से बेटी की शादी के बारे में बात कर रहा था। उनकी बातों को सुनते हुए, मुझे अपनी जिम्मेदारियों का एहसास हुआ। मैं कितने लोगों के काम आने वाला था। ख़ैर अब मैं पूरी तरह से बड़ा हो चुका था। मेरा हरा रंग पीला होने लगा था। अब मेरा माँ का आँचल छोड़ने का समय आ गया था। किसान द्वारा मुझे मेरे साथियों के साथ मंडी में लाया गया। मंडी में जब मेरी बोली लगाई गई, तब किसान मायूस हो गया, उसने मुझे बेचने से इनकार कर दिया। मैंने मालिक से पूछना चाहा पर मालिक ने मुझे कुछ नहीं बताया। इधर-उधर घूमने के पश्चात मालिक मुझे किसी सहकारी समिति के पास छोड़ गए। वहाँ मेरे जैसे और भी साथी थे । मेरे मालिक अब खुश थे, अपने परिवार की ज़रूरतों के पूरा होने का विश्वास था । मैं अब भी सोच रहा था, जब मेरी बोली लगाई गई तब मालिक ने मुझे नहीं बेचा, पर यहाँ बिना किसी बोली के ही बेच दिया। आस-पास के साथियों से पता चला कि ये केंद्र सरकार द्वारा चलाई जा रही योजना के अन्तर्गत स्थापित “न्यूनतम समर्थन मूल्य खरीदी केन्द्र” है, जहाँ किसान को उसकी उपज का भारत सरकार द्वारा निर्धारित समर्थन मूल्य की गारंटी है । इसके बाद किसान की ख़ुशी के कारण का पता चला। अब मैं किसान के पास से सरकारी तंत्र में आ चुका था। मेरे पड़ोसियों से मुझे ये भी पता चला कि मुझे एक बार में ही केंद्र पर ले लिया गया, मेरे पड़ोसियों को ज़्यादा नमी की वजह से लौटाया गया था, फिर सुखाकर केंद्र पर लाए गए। कुछ साथियों को अपने साथ अपने परिवार के अन्य विजातीय साथियों को साथ में लाने के कारण भी लौटाया गया था, फिर छन्ने के माध्यम से अन्य साथियों को बाहर कर उन्हें केंद्र द्वारा मान्य किया गया। ख़ैर अब मैं उस परिवार को छोड़ के नए साथियों के साथ था, जहां पुराने परिवार को छोड़ने का ग़म भी था, तो नए साथियों के जुड़ने की ख़ुशी भी थी। इस बीच मुझे नए साथियों के साथ किसी गोदाम में लाया गया, जो अब मेरा नया बसेरा था। मेरे साथी आपस में बात कर रहे थे, कुछ साथी धर्मकाँटे से गोदाम के बीच में रह गए थे। ख़ैर जो थे, वो सब ठीक थे। हम सब खुश थे, अब हम भारतीय खाद्य निगम के गोदाम में थे। समय-समय पर कुछ लोग परखी से हमारी जाँच करते । कभी कुछ बाहरी शक्तियों द्वारा हमले किए गए, जिस कारण हमारे कई साथी घायल हो गए । कुछ के हाथ पाँव टूट गए, तो कुछ में छेद हो गए थे । फिर भारतीय खाद्य निगम के अधिकारियों द्वारा किए उपचार से, बाहरी आक्रामक शक्तियों को समाप्त कर चुके थे । सबकी लाशें हमारे बीच थी । इस दौरान कुछ गोदाम साथी भी हमारे आस-पास आते और साफ़ सफ़ाई कराते, पर ना जाने किस कारण से परेशान रहते। बार-बार कोशिश के बाद भी परेशानी का कारण पता नहीं चल पाया। ख़ैर अब हमारी अगली यात्रा का वक्त आ चुका था। हमें ट्रकों के माध्यम से वैगन में लदान किया गया। काँटे पर जब गोदाम प्रभारी किसी भंडारण लाभ के बारे में बात कर रहे थे, तब मुझे उन साथियों की परेशानी का पता चला, वो 1.5% भंडारण लाभ के बारे में चिंतित थे । मैं और मेरे साथी सोच रहे थे, ये भंडारण लाभ क्या है, किसी समझदार साथी ने हमें बताया कि हम सब इतने दिन यहाँ भंडारित थे, इस दौरान सबका वजन बढ़ गया । ख़ैर हम वैगन में बैठ चुके थे, अब हमारी यात्रा शुरू हो चुकी थी। अब हम दूसरे राज्य के गोदाम में पहुँचने वाले थे। जब गोदाम में पहुँचे तो वहाँ भी परिवहन लाभ / हानि को

लेकर चिंतित थे। चर्चा से ज्ञात हुआ कि यहाँ पर भी परिवहन लाभ ही देना होगा। जबकि भण्डारण स्थल तक पहुँचने पर पता चला मार्ग में हमारे कुछ साथी छूट चुके हैं। एक तरफ़ तो मुझे साथियों के छूटने का ग़म था, दूसरी तरफ़ मेरे मार्ग के साथियों के भंडारण लाभ एवं परिवहन लाभ की भी चिंता थी। इन सब के कारण में मायूस था, इसी बीच मेरी अगली यात्रा का समय हो चुका था। मुझे फिर ट्रकों में लदान किया जा रहा था, अब मुझे केंद्र सरकार के द्वारा संचालित "प्रधानमन्त्री अन्न योजना" में वितरित किया जाना था। अब मुझे किसी की थाली में जाना था। इस यात्रा में मुझे मेरे दोस्तों के भण्डारण लाभ हानि एवं परिवहन लाभ हानि की चिन्ता को लेकर कुछ अफ़सोस था, तो किसान के साथी और केंद्र सरकार की योजना का सहभागी बनकर में अपने आप को खुशनसीब समझ रहा था। यही मेरी यात्रा थी।

अन्न ब्रह्म स्वरूप।

ललित कुमार पाटीदार
सहायक श्रेणी I (प्रथम)
मंडल कार्यालय, भोपाल

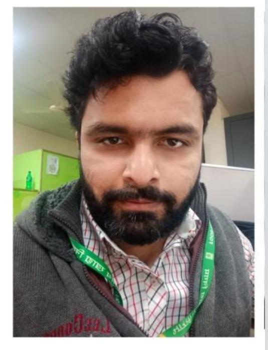
वक़्त

खोया था ख़्वाबों में,
उलझनों और जवाबों में,
कैसे तू पल में 'कल' हुआ,
हवा के झोंके सा, कहीं ओझल हुआ ?
क्यूं मैं खुशफ़हमी में रहता रहा,
और तू दरिया-सा अविरल बहता रहा ?
कभी-कभी मख़मल-सा तू सजा मिला,
कभी यूँही, नश्तरों-सा चुभता रहा ?
कभी तूने मुस्कुराकर आफ़ताबों को रोशन किया,
तो कभी भीगी नम आंखों से,
तू आँसुओं-सा बरसता रहा ?

झंकझोर मुझे उन ख़्वाबों से,
वह बोला,
मैं तो गुल पर जमी ओस की तरह मुहाजिर हूं,
नित नए काफ़िले सजाता हूं।
छुपे हुए सपनों को नई राह दिखाता हूं।
टूटे उन दिलों को, मरहम दे सहलाता हूँ।
गहरे उन ज़ख़्मों को मैं,
परत जमा मिटाता हूं।
मैं वक्त हूँ,
चक्र सा चलता हूँ,
हरदम बढ़ता ही जाता हूँ,

गिरकर उठना, उठकर चलने का पाठ,
ठोकर दे तुझे पढ़ाता हूं,
जीना तुझे सिखाता हूं,
हाँ, जीना तुझे सिखाता हूं...

.



चित्रांक बाल
सहायक श्रेणी I (तक.)
मंडल कार्यालय, इंदौर

साहस

एक-एक कदम बढ़ा
मुसीबतों से स्वयं लड़ा,
मानी नहीं हार है
संघर्ष मेरा यार है।
कठिनाइयों से रुका नहीं
मेहनत करने से झुका नहीं,
मन में एक रुख़ है
बस संघर्ष की भूख है।
डगमगाते कदम, पर खड़ा रहा
मंजिल की चाह में अड़ा रहा,
जीवन में प्रण एक है
संघर्ष मेरा लेख है।
हृदय में एक उर्जा भर
कामयाबी का जतन कर,
साहस की कृपाण है
खड़ा हूँ मैं, प्रमाण है।
दृढ़ मन में ठानकर
जीत अपनी मानकर,
जीतने की आस है
तन जब तक साँस है।
निकल पड़ा मैं उस घड़ी
आग दिल में जल पड़ी,
कलम मेरा आधार है
शिक्षा मेरा प्यार है।
भाग नहीं पाया तो चलूँगा
चल नहीं सका तो रेंगूंगा,
दुविधा से ललकार है
हार से टकरार है।
एक-एक कदम बढ़ा
मुसीबतों से स्वयं लड़ा,
मानी नहीं हार है
संघर्ष मेरा यार है।।

सूरज कुमार बैरवा
सहायक श्रेणी III (राजभाषा)
मंडल कार्यालय, इंदौर

‘भीख’ और ‘दान’ में अंतर

‘भीख’ और ‘दान’, दोनों ही कार्य धन या संसाधनों के आदान-प्रदान से जुड़े हुए हैं और दोनों की अपनी-अपनी अलग अवधारणाएं हैं, लेकिन इनके बीच कुछ महत्त्वपूर्ण अंतर इस प्रकार हैं:-

- ‘भीख’ वह है जो आमतौर पर सड़क, मन्दिर, या सार्वजनिक स्थानों पर व्यक्तियों द्वारा याचना की जाती है, जबकि ‘दान’ एक संगठित प्रक्रिया है जहाँ व्यक्ति या संस्थाएं सहायता प्रदान करती हैं।
- याचना करने वाले व्यक्ति आमतौर पर आर्थिक संकट, बेरोज़गारी या अन्य समस्याओं से जूझ रहे होते हैं, जबकि ‘दान’ संगठनों, चैरिटीज, गैर सरकारी संगठनों (NGOs), या सीधे सहायता के रूप में किया जा सकता है।
- ‘भीख’ मांगने वाले व्यक्ति अक्सर समाज में वंचित और उपेक्षित होते हैं , जबकि ‘दान’ देने वाले व्यक्ति या संस्थाएं समाज में उच्च नैतिक स्थिति का प्रतिनिधित्व करती हैं।
- ‘भीख’ का उद्देश्य तात्कालिक आवश्यकताओं को पूरा करना होता है, जैसे भोजन, कपड़े, या दवाइयाँ आदि , जबकि ‘दान’ का उद्देश्य दीर्घकालिक प्रभाव डालना और समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाना होता है, जैसे शिक्षा, स्वास्थ्य सेवाएं और गरीबी उन्मूलन आदि।
- कुछ संस्कृतियों और धर्मों में ‘भीख’ देना पुण्य का कार्य माना जाता है, लेकिन अधिकांशतः यह अस्थायी समाधान के रूप में देखा जाता है, जबकि अधिकांश धर्मों में ‘दान’ करना अत्यधिक पुण्य का कार्य माना जाता है।
- ‘भीख’ का उद्देश्य व्यक्तिगत विकास और इच्छा पूर्ति करना होता है , जबकि ‘दान’ का उद्देश्य सामुदायिक विकास और वंचित वर्गों की सहायता करना होता है।
- ‘भीख’ देने से लोग अपनी मानवता और दया का प्रदर्शन कर सकते हैं, जबकि ‘दान’ देते समय व्यक्ति उदार और विनम्र होता है परंतु इसमें भी कहीं-कहीं प्रदर्शन करने की संभावना रहती है |
- ‘भीख’ समाज में सहानुभूति और उदारता को बढ़ावा तो देता है और यदि यह स्वेच्छिक न हो तो व्यक्ति के मन में खिन्नता देखी जा सकती है , जबकि ‘दान’ भी समाज में सहानुभूति और उदारता को बढ़ावा देता है, और यह स्वेच्छिक होता है तथा ‘दान’ करने पश्चात व्यक्ति संतुष्टि महसूस कर सकता है |
- ‘भीख’ देने से याचक व्यक्ति लगातार दूसरों पर निर्भर हो सकता है और आत्मनिर्भर नहीं बन पाता, जबकि ‘दान’ करने से समाज में सकारात्मक और स्थायी परिवर्तन हो सकते हैं, जैसे शिक्षा, स्वास्थ्य और गरीबी उन्मूलन।
- ‘भीख’ मांगना समाज में समस्या को बढ़ावा दे सकता है , जबकि ‘दान’ समाज के वंचित वर्गों के उत्थान में मदद करता है।
- कभी-कभी ‘भीख’ का उपयोग अनैतिक गतिविधियों में हो सकता है , जबकि ‘दान’ से सामाजिक और सामुदायिक संपर्क और सहयोग बढ़ता है।
- अक्सर ‘भीख’ देते समय राशि और वस्तुओं के सदुपयोग के बारें में नहीं सोचते, अधिकतर लोग ‘भीख’ देने के उपरांत याचक से पीछा छुड़ाकर विमुख होता नज़र आता है , जबकि ‘दान’ देने से पहले यह सुनिश्चित करना ज़रूरी है कि आपका ‘दान’ सही तरीके से उपयोग होगा या नहीं क्योंकि कभी-कभी ‘दान’ की राशि या संसाधन गलत हाथों में जा सकते हैं।
- ‘भीख’ देने से हमारा याचक के साथ कोई संबंध नहीं बनता है, यह केवल एक एकल कार्य होता है , जबकि ‘दान’ करने से हमारा व्यक्ति या संगठन के साथ एक संबंध बनता है, जो दोनों पक्षों के लिए लाभकारी हो सकता है।

➢ ‘भीख’ देने से हम याचक से कोई अपेक्षा नहीं होती है कि वह इसका उपयोग कैसे करेगा या इसके बदले में कुछ देगा, जबकि ‘दान’ करने से हमें अपेक्षा होती है कि व्यक्ति या संगठन इसका उपयोग सही तरीके से करेगा और यह दीर्घकालिक प्रभाव डालेगा साथ ही व्यक्ति या संगठन को लाभ पहुंचाएगा।

➢ ‘भीख’ देना अक्सर अनिच्छित होता है, जब कोई व्यक्ति ‘भीख’ मांगता है तो हम उसे ‘भीख’ देने के लिए मज़बूर महसूस करते हैं , जबकि ‘दान’ करना एक इच्छित कार्य होता है और अपनी मर्ज़ी से किसी व्यक्ति को या किसी संगठन को ‘दान’ देते हैं।

➢ ‘भीख’ माँगना और देना अभिशाप है और अकर्मण्यता को बढ़ावा देना है, जबकि ‘दान’ माँगना और देना लोक कल्याण और पुण्य का कार्य हो सकते है |

➢ ‘भीख’ किसी से भी माँगी जा सकती है , जबकि ‘दान’ सामर्थ्यवान से माँगा जाता है |

➢ ‘भीख’ वह है जो माँगने से मिलती है , जबकि ‘दान’ वह है जो बिना माँगे मिल जाए |

➢ ‘भीख’ लाचार जरूरतमंद को दी जाती है , जबकि ‘दान’ हमेशा योग्य व्यक्ति या संगठन को दिया जाता है |

➢ ‘भीख’ का कोई सामुदायिक उद्देश्य नहीं होता और न ही ‘भीख’ देने के लिए किसी की योग्यता-अयोग्यता देखी जाती है, जबकि ‘दान’ का निश्चित सामुदायिक उद्देश्य होता है और ऐसे किसी योग्य व्यक्ति या संगठन को ‘दान’ करते हैं जिससे ‘दान’ की गई राशि, वस्तु, संसाधन का सदुपयोग किया जा सके |

➢ ‘भीख’ देना तात्कालिक आवश्यकता को पूरा करने का अस्थायी उपाय है, जबकि ‘दान’ करना एक संगठित और दीर्घकालिक समाधान है जो समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने के लिए किया जाता है |

➢ ‘भीख’ देने में उदारता और मानवता की भावना हो सकती है और इसका प्रभाव अस्थायी और संकुचित होता है , जबकि ‘दान’ में भी उदारता और मानवता की भावना महत्त्वपूर्ण है और इसका प्रभाव अधिक स्थायी और व्यापक होता है।

दिनेश कुमार सेन
सहायक श्रेणी I (गोदाम),
मण्डल कार्यालय, इंदौर

पौधा

एक छोटा-सा पौधा हूँ मैं, कल विशाल बन जाऊंगा |
जब तपती धूप निकलेगी, सबके काम आऊंगा |
सब्जियाँ तो आम बात है, जड़ी-बूटियाँ भी देता हूँ |
अपने फलों के स्वाद से, सबका मन मोह लेता हूँ |
लकड़ी से फर्नीचर बनता और पत्तों से दोना,
मेरे फूलों की खुशबू से महक उठता हर कोना |
तो आओ दोस्तों हम सब मिलकर भी एक-एक पेड़ लगाए |

भाविका कुशवाह
पुत्री श्रीमती रितु कुशवाह
मंडल कार्यालय, भोपाल

(कृदय सिंह कुशवाह)
पुत्र श्रीमती रितु कुशवाह
मंडल कार्यालय, भोपाल

एक साधारण पुरुष

हाँ मैं पुरुष हूं..एक साधारण पुरुष ...शिव नहीं जो कि सती की प्रदिप्त चिता को हथेली पर लेकर तांडव कर सकूं !

मैं पुरुष हूं..फिर भी पुरुरवा नहीं जो उर्वशी के प्रेम में उत्तराखंड की भूमि नापता रह जाऊँ !

मैं पुरुष हूं....लेकिन महाराजा अज नहीं कि रानी इन्दुमती के पश्चात अपने प्राण त्याग दूँगा !

मैं पुरुष हूं मेघदूतम का यक्ष नहीं ,
मैं पुरुष हूं भृगुदूतम का राम नहीं !

मैं पुरुष हूं...मैं यह दावा भी नहीं करता कि मैंने स्त्रियों पर कटाक्ष नहीं किए ... हाँ छिछोरापन नहीं किया !

इतना स्पष्टीकरण सिर्फ इसलिए क्योंकि मैं पुरुष हूं ...शायद पुरुषवादी भी !
पर स्त्रित्व का चीरहरण कर मुझे अपनी वादिता को शिखर तक पहुंचाना भी नहीं !

हममें राम ढूंढने से पहले स्वयं में सीता की प्रतिकृति लाइए ,
मुझमें शिव ढूँढने से पहले स्वयं में सती की छवि अपने अंतस में उतारिये ,
मुझमें कृष्ण ढूँढिए लेकिन राधा बनकर !

और हां मैं पुरुष हूं अहम टकराता भी !

हाँ मैं पुरुष हूं ..एक साधारण पुरुष ... मर्यादा पुरुषोत्तम राम नहीं !

मैं उसके रहने पर विक्षुप्त नहीं हो पाऊँगा, मैं पेड़ पौधे पशु पक्षियों से उसका पता नहीं पूछ पाऊँगा, मैं सागर पर शायद सेतु बंध भी नहीं कर पाऊँगा !
पर जो एक बात तय है वो यह है कि किसी के कहने मात्र से मैं उसका परित्याग नहीं करूँगा ....वह कैसी भी विवशता हो ,कैसी भी मजबूरी !

हाँ मैं पुरुष हूं...एक साधारण पुरुष !!!

विक्रम सिंह
सहायक श्रेणी II (गोदाम)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

पुरुष का पौरुष

कहीं छुप के रोता है |
कहीं लोह बन कठिनाइयों में सोता है,
फिर भी मुँह में चुप्पी साधे ,
यह पुरुष हर ज़ख़्मों को धोता है ||

जन्म से तू माँ का लाल है |
जो प्यार से तेरे अश्रु पोंछे,
वो तेरी माँ का ही पल्ला है||

माँ से प्रेमिका तक जाने का तू तूफ़ान उठाता है|
गिले शिकवे के बीच भी,
दोनों का मान बढ़ाता है ||
माँ और पत्नी की तपिश दूर नहीं होती,
तू पिता बन दिया जलाता है,
खुद को सारे ठेस पहुँचाकर,
औलाद संग मुस्कुरता है ||

नहीं करता कोई गुणगान तुम्हारा|
फिर भी तू सबका आभारी है,
तेरी स्थिति तू समझता है,
ज़ख़्म देने खड़ी तो ये दुनिया सारी है||
अपने ज़ख़्मों को कुरेदता हुआ,
तू नई फसलों को बोता है||
फिर भी मुँह में चुप्पी साधे,
यह पुरुष हर ज़ख़्मों को धोता है||

प्रीती साहू
प्रबंधक (सामान्य)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

मैं आपकी कविता नहीं कर सकता

मैं आपकी कविता नहीं कर सकता,
सरकार की कविता नहीं कर सकता।
मैं वो नहीं लिख पाऊँगा जो पढ़ना पसन्द करेंगे आप,
मैं राजाओं का स्तुतिगान नहीं कर सकता।
मैं समाज की तारीफ नहीं करूँगा,
आपके पवित्र खून पर वीर रस नहीं लिख सकता।
मैं आपके सुहाने झूठ को कविताओं से मजबूत नहीं करूँगा,
मैं आपके तिलस्मी आँसू जो नहीं निकलते दूसरों के लिए
उन पर नहीं लिख सकता।
आपके धर्म में छुपे अधर्म को लिख जाना चाहता हूँ,
आपकी शालीनता के पीछे छुपे वीभत्सता को
और शांति के अंदर में दबाए गए शोर को
लिख पाना चाहता हूं।
मैं ऐसा लिखने की कोशिश करूँगा,
जिसे आप बीच में पढ़ना बन्द कर दें,
इतना सच भरा हो जिसमें कि
वो आपको अभद्र लगे।
मैं ऐसा लिखना चाहता हूँ,
जिसे पढ़ आपकी नींव हिले,
और उस हिलती नींव के ऊपर से
आप मुझे द्रोही होने की गालियाँ दें।
मैं आपकी सुबहों से वाकिफ़ हूँ,
पर मैं आपकी रात की कालिख लिखूँगा।
मैं बहुत कुछ की कोशिश करूँगा,
बस आपकी कविता मैं नहीं कर सकता,
किसी भी सरकार की कविता नहीं कर सकता।

आकर्ष कुमार शर्मा
सहायक श्रेणी II (सामान्य)
क्षेत्रीय कार्यालय भोपाल

माँ

नौ महीनों में रक्त की एक बूँद-बूँद से
तुम्हें इक इंसान बनाती है वो,
यूँ ही नहीं एक नारी
देवी माँ कहलाती है।
तुम कहो या न कहो कुछ उससे
पर वह सब कुछ समझ जाती है,
मेरी आँखों से मेरे
सारे राज़ पढ़ जाती है।
यूं तो हमारी उम्र
कितनी भी बढ़ जाती हो,
पर चोट लगने पर,
सबसे पहले माँ ही याद आती है।
तुम्हारी हर कमी हर ख़्वाहिश को
वो पूरा कर जाती है,
पर अपनी साड़ी, अँगूठी
लेना तो हर बार भूल ही जाती है।
तुम कितना भी, लड़ो उससे,
फिर भी वह तुम्हें मनाती है,
रूठते तुम हो उससे,
फिर भी सब भूलकर वह तुम्हें प्यार जताती है।
सर्दी-गर्मी, धूप-छाँव,
कुछ भी हो, वो तुम्हें खिलाती है,
वह माँ ही होती है जो बीमार होकर भी
पहला निवाला तुम्हें खिलाती है।
घर से बाहर भी जाए अगर वो
तो भी चिंता उसे तुम्हारी ही सताती है,
थकी हुई आकर भी वो
तुम्हारे लिए कुछ बनाने के लिए रसोई में चली जाती है।
पढ़ने तुम जाते हो
पर पास होने की फ़िक्र उसे सताती है,
वह माँ ही होती है
जो असफल होने पर पिताजी से बचाती है और कभी-कभी पिटवाती है
तुम्हारी तरक्क़ी पर
सबसे ज़्यादा ख़ुशी उसे ही हो जाती है,
पर तुम्हारे दूर जाने का ग़म
वो शायद ही किसी से कह पाती है।

लोग कहते हैं — माँ तो केवल ममता दिखाती है,
जीवन का पाठ तो पिताजी ही सिखाते हैं।
तो जाकर कह दो उनसे तुम्हारे पिता को भी जीना
माँ ही सबसे पहले सिखाती है
कुछ भी हो जाए,
ज़िन्दगी में उसे दुख मत देना कभी,
क्योंकि यह माँ ही है
जो धरती की भगवान कहलाती है।
मेरे जीवन का अस्तित्व ही है मेरी माँ;
उसके बिना मैं
कुछ भी नहीं –
कुछ भी नहीं...

आशीष तिवारी
सहायक श्रेणी II (गोदाम)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

मायका

नैहर की दहलीज पर वर्षों बाद लौटी बेटी,
अपने अस्तित्व को ढूँढने में असमर्थ रह जाती है,
जिस आंगन के कोने कोने में उसका वजूद होता है,
वो आंगन अपना ही स्वरूप बदल के खड़ा हो जाता है,
सूनी आंखों के कोरों को अपने आँसुओं से सींचती,
बस यही सोच कर रह जाती है कि अब अपना-सा ये आँगन न रहा,
जिस आँगन में बचपन उसका गुजरा ,
उस आँगन में अब नई तुलसी आ गई है,
भतीजी की आवाज़ में खुद को मेहमान कहलाने बुआ आ गई है,
न जाने शब्द उसके अंतर्मन को क्यों झंझोड़ देता है,
जैसे बीते कल में उसने भी तो यही शब्द बोला था,
तब इन शब्दों का मर्म समझ न पाई थी कि बुआ को कैसा लगा था,
आज़ इन शब्दों ने उसको ये समझाया है,
अब तूने इस घर की बेटी नहीं बुआ का दर्जा पाया,
सच में बेटी से बुआ का सफ़र बहुत कुछ बदल गया,
रिश्ता पुराना टूटा भी नहीं और नया बन भी न पाया,
पर अब सब कुछ ज्यों का त्यों है भी तो नहीं,
न जाने कौन सी दरार दरम्यान आया कि बेटी की बिदाई के संग उसे सिर्फ पराया बनाया है

रेनू शाकार
बहन श्रीमती रानी अरुण शाकार
प्रबंधक (गोदाम)
क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल

एक मुलाक़ात

चंद लम्हों की मुलाक़ात हुई और वो इतना काम कर गए,
मेरी सोच को, ख़्यालों को, वो अपने नाम कर गए,

अब तो ख़्वाबों में भी ज़िक्र उन्हीं का होगा,
फ़ुरसतों में भी मसरूफ़ियत का इंतेज़ाम कर गए,

कोई और मुझको देखे, यह उन्हें हरगिज़ गवारा नहीं,
ख़ामोशी से इस चाहत को सर-ए-'आम कर गए,

महज़ वस्ल की ख़्वाहिश में उनकी 'हुमैद',
ख़ुद को सर-ए-बाज़ार बदनाम कर गए ।।।

मोहम्मद हुमैद सिद्दीक़ी
सहायक श्रेणी II (गोदाम)
मण्डल कार्यालय, भोपाल

(अर्थ : मसरूफ़ियत – व्यस्तता; सर-ए-'आम – सार्वजनिक; वस्ल – मिलना; सर-ए-बाज़ार - खुल्लमखुल्ला)

सूजी- बेसन के ढोकले

सामग्री :- 1 कटोरी सूजी, 1/2 कटोरी बेसन, 3/4 कटोरी दही, 3/4 से 1 कटोरी पानी, स्वादानुसार नमक, 1/4 टीस्पून हल्दी पाउडर, चुटकी भर अजवाईन, 1 इंच टुकड़ा अदरक + 2-3 हरी मिर्च की पेस्ट, 1 टीस्पून तेल, 4 चम्मच चीनी, 1 पाऊच इनो |

तड़के के लिए :- 4-5 टी-स्पून तेल, 1 टी-स्पून राई, 1 टी-स्पून सफ़ेद तिल, 2-3 हरी मिर्च के टुकड़े ,चपटी हींग, 4-10 करी पत्ते

विधि :-

1. एक कटोरी में बेसन और सूजी को छान लें, फिर नमक, हल्दी और तेल डालकर अच्छी तरह से मिला लें।

2. अब नींबू का रस डालकर मिलाए, फिर थोड़ी-थोड़ी मात्रा में पानी डालकर घोलते रहे (ये लगभग 01 गिलास पानी के बराबर होगा) और बहुत अच्छी तरह से फेंट लें, फेंटने के बाद लगभग 10 मिनट के लिए ढँककर नॉर्मल टेम्परेचर में रखें।

3. पैन में 03 कप पानी डालकर गर्म (प्रीहीट) होने दें फिर एक स्टैंड लगा दें|

4. जो घोल तैयार किया गया है, उसमें 10 मिनट के बाद 02 टेबलस्पून ईनो/खाने का सोडा डालकर दोबारा अच्छी तरह से फेंट लें।

4. अब एक प्लेट में तेल ग्रीस कर लें फिर उस बैटर को डाल दें और ढँक कर 20 मिनट के लिए पकने दें।

5. 20 मिनट के बाद ढक्कन खोलकर टूथपिक से चेक कर लें, अब साइड से चाकू से छुड़ा लें फिर एक प्लेट ऊपर से रखकर प्लेट को पलट लें तो ढोकले प्लेट में आ जाएंगे और अब इसे बराबर-बराबर टुकड़ों में काट लें।

6. अब कड़ाई में 2 चम्मच तेल डालकर सरसों, हरी मिर्च और कड़ी पत्ता को डालकर चटकने दें फिर 1 छोटी गिलास पानी डालकर 4 चम्मच चीनी मिलाएँ और पानी को तब तक चलाते रहें जब तक चीनी पूरी तरह से ना घुल जाए।

7. अब पानी को धीरे-धीरे ढोकले के ऊपर डाल दें। अब तैयार है स्पंजी ढोकला।

जस्सी के.चौहान

प्रबंधक (गु.नि.)

क्षेत्रीय कार्यालय-भोपाल

** चमकते सितारे ***

भारतीय खाद्य निगम मध्य प्रदेश क्षेत्र के अंतर्गत कार्यरत, सेवानिवृत्त कार्मिकों तथा उनके स्नेही परिवारजनों को अपने-अपने क्षेत्र में उपलब्धियाँ प्राप्त करने पर बहुत-बहुत बधाई। हम सभी प्रतिभावान हैं। यह प्रतिभा अलग-अलग विधाओं में प्रदर्शित होती है। हमारे प्रियजन भी अपने क्षेत्र की विविध प्रतिभा रखते हैं। उनकी प्रतिभाएं हमें किसी न किसी रूप में प्रेरणा देती हैं।

क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल में पदस्थ श्री प्रवीण हवेलीकर, प्रबंधक (सामान्य) (वर्तमान पदस्थापना मण्डल कार्यालय अमरावती) के पुत्र कु. अभिनव हवेलीकर को 10वीं कक्षा में प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण होने पर हार्दिक बधाई |

मण्डल कार्यालय, भोपाल में पदस्थ श्रीमती कल्पना सरकार, सहायक श्रेणी III (तकनीकी) की पुत्री कु. अन्वेषा मंडल को 10वीं कक्षा में प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण होने पर उन्हें हार्दिक बधाई |

क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल में पदस्थ श्रीमती मेधा यादव, प्रबंधक (राजभाषा) की सुपुत्री कु. पावनी यादव को 10वीं कक्षा में प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण होने पर हार्दिक बधाई |

मण्डल कार्यालय, भोपाल में पदस्थ श्रीमती पूर्णिमा मिश्रा, सहायक श्रेणी I (सामान्य) की सुपुत्री कु. कृतिका मिश्रा को 12वीं कक्षा में प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण होने पर हार्दिक बधाई |

** चमकते सितारे ***

मण्डल कार्यालय, इंदौर में पदस्थ श्री मनीष के. शाह, प्रबंधक (सामान्य) की सुपुत्री सुश्री मिली शाह पैरा-एथलीट राष्ट्रीय/अंतर्राष्ट्रीय खिलाड़ी हैं| जिन्होंने शूटिंग चैंपियनशिप (10 मीटर एयर रायफल) प्रतिस्पर्धा में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया और अलग-अलग स्तर पर पदक हासिल किए हैं। उन्हें राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर प्राप्त पदक एवं सम्मान के लिए बहुत बहुत बधाइयाँ एवं आगामी भविष्य के लिए शुभकामनाएं ।

राज्य/ज़िला स्तरीय चैंपियनशिप, गांधीनगर ज़िला शूटिंग चैंपियनशिप		
दिनांक	स्थान	पदक
जून 2023 (10 मीटर एआर ओपन साइट महिला)	गांधीनगर, गुजरात	स्वर्ण पदक (स्कोर:254)
राष्ट्रीय स्तर की चैंपियनशिप, तीसरी क्षेत्रीय पैरा शूटिंग चैंपियनशिप		
सितंबर 2023 (R2 सीनियर)	नई दिल्ली	स्वर्ण पदक (स्कोर:387)
सितंबर 2023 (R3 सीनियर)	नई दिल्ली	स्वर्ण पदक (स्कोर:397)
चौथी राष्ट्रीय पैरा शूटिंग चैंपियनशिप		
नवंबर 2023 (R3 सीनियर)	नई दिल्ली	चौथा रैंक (स्कोर:628.4)
नवंबर 2023 (R2 सीनियर)	नई दिल्ली	सातवाँ रैंक(स्कोर:586.5)
राष्ट्रीय पैरा शूटिंग चयन ट्रायल 1 (2024)		
नवंबर 2023 (R3 सीनियर)	नई दिल्ली	कांस्य पदक(स्कोर:628.6)
नवंबर 2023 (R2 सीनियर)	नई दिल्ली	चौथा रैंक (स्कोर: 595.2)
राष्ट्रीय पैरा शूटिंग चयन ट्रायल 2 (2024)		
मई 2024(R3 सीनियर)	नई दिल्ली	रजत पदक (स्कोर: 630.7)
मई 2024(R3 सीनियर)	नई दिल्ली	कांस्य पदक (स्कोर: 628.8)
5वीं राष्ट्रीय पैरा शूटिंग चैंपियनशिप (2024)		
नवंबर 2024(R3 सीनियर)	पुणे	चौथा रैंक (स्कोर: 628.6)
राष्ट्रीय पैरा शूटिंग चयन ट्रायल 1 (2025)		
दिसंबर 2024(R3 सीनियर)	नई दिल्ली	रजत पदक (स्कोर: 629.9)
अंतर्राष्ट्रीय स्तर की चैंपियनशिप, WSPS विश्व कप 2024		
मार्च 2024(R3 सीनियर)	नई दिल्ली	स्कोर: 626.8 *** भारत में तीसरा स्थान**
प्रथम इण्डिया ओपन पैरा शूटिंग चेम्पियनशिप (2025)		
15-18 अगस्त 2025	पुणे, महाराष्ट्र	प्रथम रैंक (स्कोर: 635.7)

PARALYMPIC COMMITTEE INDIA

PARA SHOOTING ASSOCIATION OF INDIA

1st India Open Para Shooting Championship (2025)

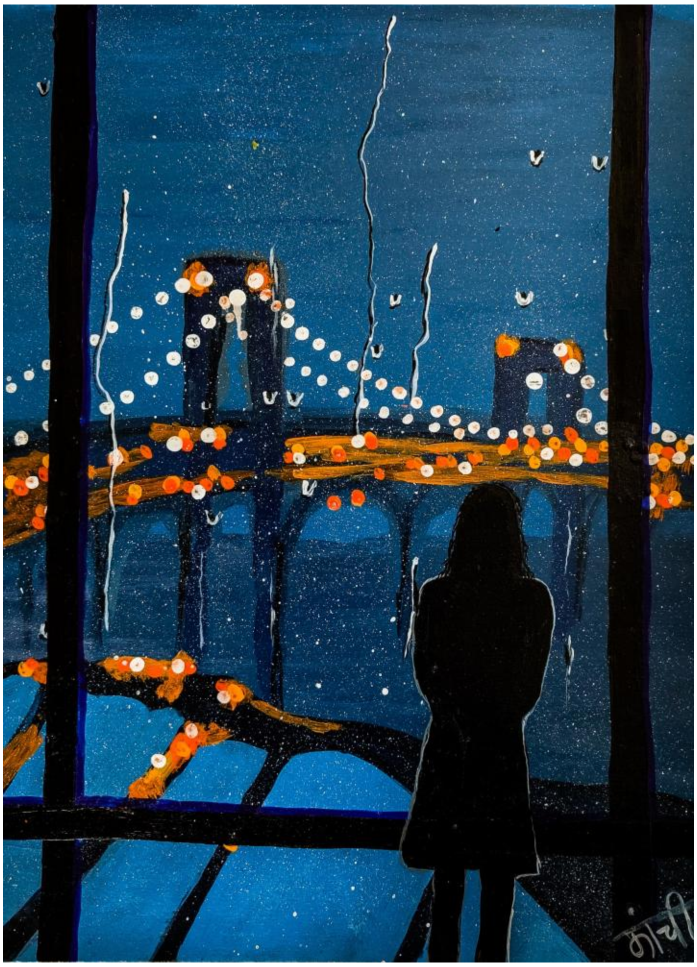
15th August to 18th August 2025 at Shree Shiv Chhatrapati Sports Complex Balewadi, Pune, Maharashtra.

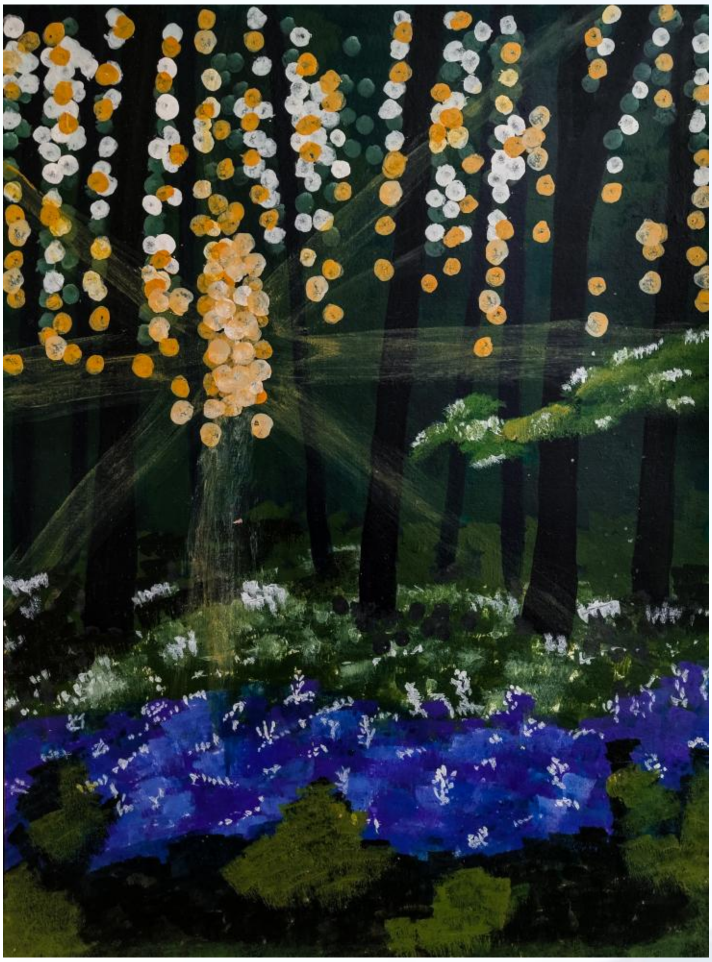
Qualification Result

R-3 (10m Air Rifle Prone Mixed SH1)

SR NO	LANE NO	COMP NO	NAME OF THE SHOOTER	STATE	MATCH NO	SERIES 1st	2nd	3rd	4th	5th	6th	SCORE	RANK
1	42	6026	MILLIE SHAH	GUJ	R3	107.1	105.4	105.4	105.4	106.8	105.6	635.7	1
2	40	6016	AVANI LEKHARA	RAJ	R3	106.5	104.9	104.3	104	106.5	105.5	631.7	2
3	51	6102	RAKESH N NIDAGUNDI	KAR	R3	104.8	104.8	106.6	103.8	105.5	104.9	630.4	3
4	50	6085	ANANDHA KRISHNAN H	ARMY	R3	105	105.9	105.7	106.4	102.3	104.6	629.9	4
5	39	6009	DEEPAK SAINI	HAR	R3	105.1	104	103.7	105.4	106	105	629.2	5
6	54	6106	AMIT SINGH BISHT	ARMY	R3	104.8	105	105.6	104.9	103.9	104.3	628.5	6
7	56	6115	SIDHARTHA BABU	KER	R3	104.3	103.7	105	105.1	104.6	105	627.7	7
8	38	6006	ILIYAS A. VHORA	GUJ	R3	104.6	104.7	104.5	103.8	103.3	106.1	627	8
9	43	6036	SURAJ	BSF	R3	104.2	103.7	104.4	103.7	104.6	104.4	625	9
10	49	6074	SACHIN BHATI	HAR	R3	103.5	103.7	105	103.2	104	104.6	624	10
11	53	6103	JYOTI SANNAKKI	KAR	R3	102.6	103.8	102.4	105.6	104.4	103.7	622.5	11
12	45	6044	SANDEEP KUMAR CHAUHAN	ARMY	R3	101.2	103	102.2	105.5	104.2	104.5	620.6	12
13	59	6114	REENA RANI	HAR	R3	103.8	103.3	104.4	102.9	102.7	103.4	620.5	13
14	41	6024	AADITHYA GIRI	TN	R3	102.1	103.6	102.5	102.8	104.3	104.4	619.7	14
15	44	6037	RAJNATH	B S F	R3	104.5	103.2	102.7	104.1	103.1	102	619.6	15
16	48	6064	SACHIN SIDDANNAVAR	KAR	R3	103.9	102.9	102.2	103.7	103.1	103.3	619.1	16
17	37	6004	SAGAR BALASAHEB KATAKE	MAH	R3	103.6	103.7	100.4	104.4	103.6	103.2	618.9	17
18	46	6049	V. MANOJ KUMAR	TN	R3	101.8	102.2	100.6	100.9	102.6	102	610.1	18
19	47	6058	VINAY DERIA	MP	R3	89.8	90.4	86	89.9	96.8	95.6	548.5	19
20	55	6107	ANSH GUPTA	UP	R3	90.3	93.5	90.7	75.2	78.8	37.2	465.7	20

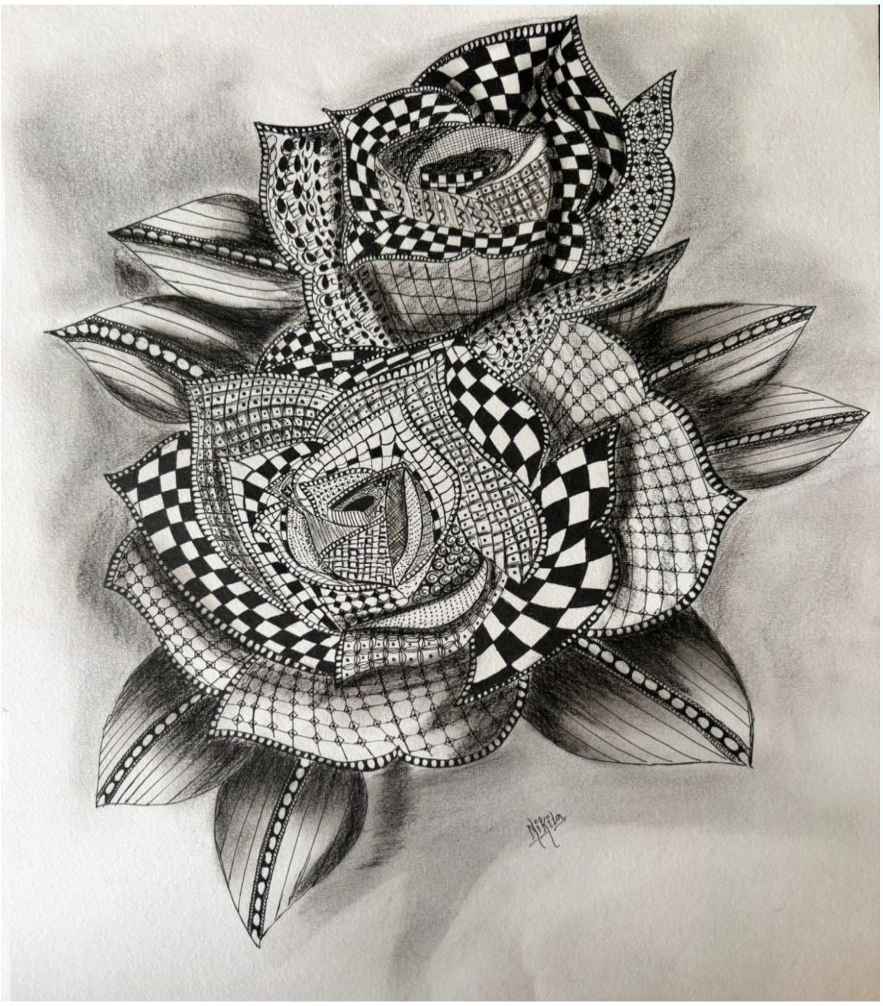
कलाकारियाँ





सुश्री कांची तिवारी, स.श्रे.II (गो.), म.का. जबलपुर द्वारा बनाई गई पेंटिंग

श्री केशव यादव सुपुत्र श्री बाबूलाल यादव, स.म.प्र. (गु.नि..) द्वारा बनाई गई पेंटिंग

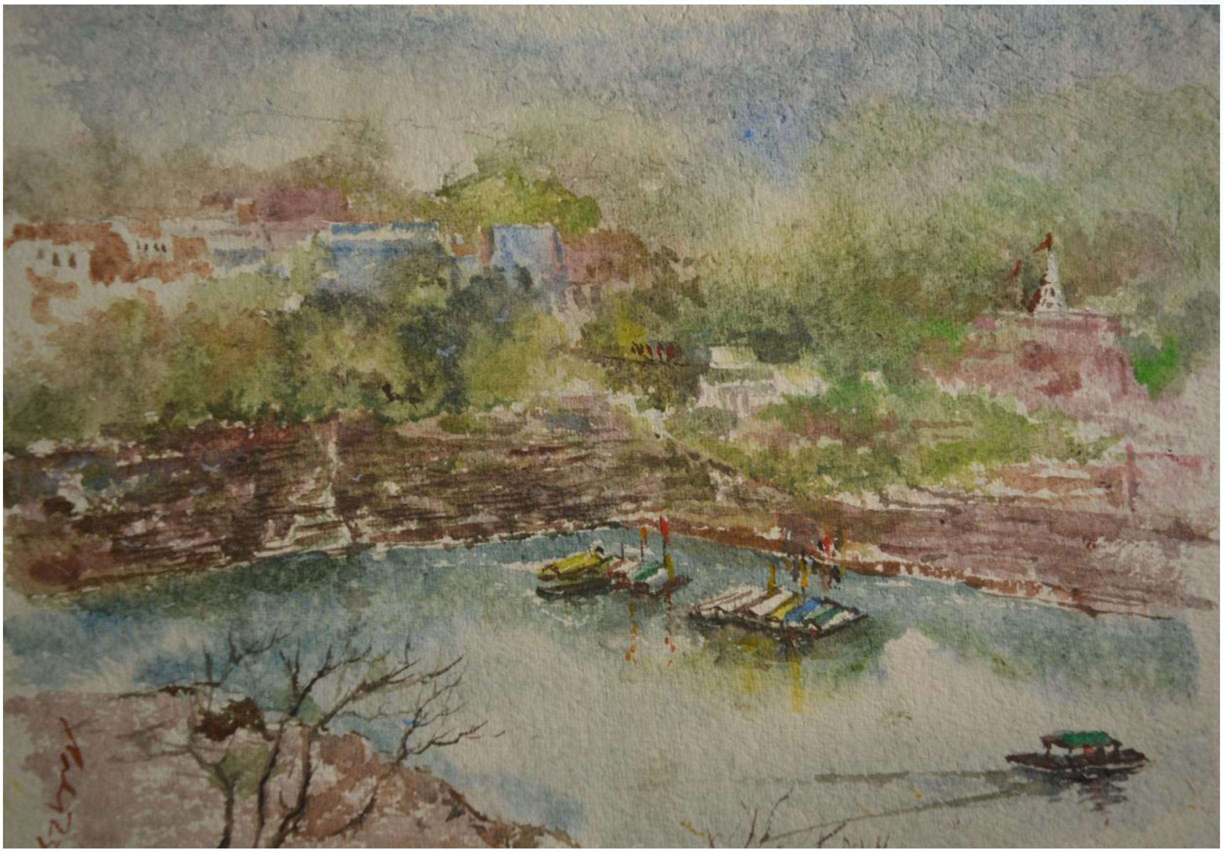


सुश्री निकिता शर्मा, स.श्रे. ॥ (गो.), म.का. भोपाल द्वारा बनाई गई कलाकृति

श्री केशव यादव सुपुत्र श्री बाबूलाल यादव, स.म.प्र. (गु.नि..) क्षेत्रीय कार्यालय, भोपाल द्वारा बनाई गई पेंटिंग

श्री प्रताप कुमार बेहरा, सहायक महाप्रबंधक (गुण नियंत्रण), मण्डल कार्यालय इंदौर/उज्जैन द्वारा बनाई गई पेंटिंग

श्री प्रताप कुमार बेहरा, सहायक महाप्रबंधक (गुण नियंत्रण), मण्डल कार्यालय इंदौर/उज्जैन द्वारा बनाई गई पेंटिंग



श्री प्रताप कुमार बेहरा, सहायक महाप्रबंधक (गुण नियंत्रण), मण्डल कार्यालय इंदौर/उज्जैन द्वारा बनाई गई पेंटिंग

सुश्री दिशा श्रीवास्तव, सहायक श्रेणी III (डिपो), म.का. भोपाल द्वारा बनाई गई रचना

(सुमित शर्मा)
प्रबन्धक (सामान्य)
मण्डल कार्यालय, उज्जैन