कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड

सागर रत्न

सितंबर 2022

कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड
COCHIN SHIPYARD LIMITED
SINCE 1972

आज़ादी का अमृत महोत्सव

भारतीय नौसेना को स्वदेशी
वायुयान वाहक विक्रांत का समर्पण ।
HANDING OVER OF INDIGENOUS
AIRCRAFT CARRIER (VIKRANT) TO INDIAN NAVY
गुरुवार, 28 जुलाई 2022
THURSDAY, 28 JULY 2022
कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड
कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड
COCHIN SHIPYARD LIMITED

भारतीय नौसेना को स्वदेशी
वायुयान वाहक विक्रांत का समर्पण ।
HANDING OVER OF INDIGENOUS
AIRCRAFT CARRIER (VIKRANT) TO INDIAN NAVY
गुरुवार, 28 जुलाई 2022
THURSDAY, 28 JULY 2022
कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड
COCHIN SHIPYARD LIMITED
कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड
COCHIN SHIPYARD LIMITED

सागर रत्न

कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड
भारत सरकार का उद्यम
(एक मिनिरत्न कंपनी, पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय)

अध्यक्ष की कलम से 2
आईएनएस विक्रान्त का समर्पण 3
स्वर्ण जयंती समारोह 5
केरल के 75 मशहूर स्वतंत्रता सेनानीगण 8
लेख 13
राजभाषा खबरें 44
कंपनी समाचार 54
बोलचाल की हिंदी 59
चित्र रचनाएँ 61

संपादक मंडल

संरक्षक
श्री मधु एस नायर, अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक

संपादक
श्री सुबाष ए के, महाप्रबंधक (मानव संसाधन एवं प्रशिक्षण)

संपादक सदस्य
श्री पी एन संपत्त कुमार, सहायक महाप्रबंधक (प्रशासन)
श्रीमती सरिता जी, उप प्रबंधक (हिंदी)
श्रीमती लिजा जी एस, हिंदी अनुवादक
श्रीमती आतिरा आर एस, हिंदी टंकक

अध्यक्ष की कलम से....

श्री मधु एस नायर

अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक

हिंदी गृह पत्रिका **"सागर रत्न"** का 14 वां अंक आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे अति प्रसन्नता है। खुशी है कि कर्मचारियों और उनके परिवार के सदस्यों के मौलिक योगदान से पत्रिका साल दर साल प्रगति पा रहा है ।

कंपनी अपने गठन के 50 साल पूरे होने पर वर्ष 2022 में स्वर्ण जयंती समारोह का जश्न मना रही है। साथ ही साथ भारत के 75वें जन्मदिन को आज़ादी के अमृत महोत्सव के रूप में मना रही है। हाल ही में, भारत के माननीय प्रधान मंत्री श्री नरेंद्र मोदी द्वारा भारत में निर्मित प्रथम स्वदेशी वायुयान वाहक आईएनएस विक्रान्त को राष्ट्र को समर्पित किया गया, जो हमारे लिए ही नहीं पूरे भारतीयों के लिए बड़े गर्व का क्षण था, जिससे भारत उन चुनिंदा देशों में शामिल हो गया है, जिन्होंने प्रतिष्ठित वायुयान वाहक के निर्माण में अपनी अहम भूमिका निभाई है। इस स्वर्ण जयंती के अवसर पर देश के प्रति विक्रान्त का समर्पण एक मुनासिब बात है।

पिछले 75 वर्षों में राष्ट्र के विभिन्न पहलुओं में प्रगति हुई है, जिसमें राष्ट्रभाषा का प्रयोग भी शामिल है। भारत देश के पीएसयू भी आम लोगों तक राजभाषा को पहुँचाने में अपना योगदान दे रहे हैं। कंपनी राजभाषा हिंदी के संवर्धन के लिए संपूर्ण रूप से प्रतिज्ञाबद्ध है जिसका एक सार्थक प्रयास है "सागर रत्न"। यह कर्मचारियों की रचनात्मक क्षमताओं और कंपनी की उपलब्धियों को दर्शाता है।

इस अंक को प्रकाशित करने हेतु राजभाषा से जुडी पूरी टीम के प्रयासों और कड़ी मेहनत केलिए मैं इस अवसर पर बधाई देता हूँ। मुझे उम्मीद है कि यह पत्रिका उन लोगों के लिए वाकई में एक गजब सा अनुभव होगा जो भाषा और साहित्य से प्रेम करते हैं।

माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी द्वारा आईएनएस विक्रान्त का समर्पण

भारत के माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने स्वदेशी रूप से निर्मित आईएसी-1 वायुयान वाहक को भारतीय नौसेना को आईएनएस विक्रान्त के रूप में समर्पित किया है, जिसका नाम भारत के पहले वायुयान वाहक के नाम पर रखा गया है और जिसने वर्ष 1971 के युद्ध में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी । दिनांक 02 सितंबर 2022 को कोचीन शिपयार्ड में एक भव्य समारोह में कमीशनिंग समारोह संपन्न हुआ । बिना किसी संदेह के, आईएनएस विक्रान्त भारत की आज़ादी के 75 वर्ष पूरे होने का जश्न मनाने का एक उचित सम्मान है ।

कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड

कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड, पत्तन, पोत परिवहन एवं जलमार्ग मंत्रालय के तहत एकमात्र सबसे बडा सार्वजनिक क्षेत्र के शिपयार्ड (सीएसएल) द्वारा विस्तृत इंजीनियरिंग और निर्माण के साथ भारतीय नौसेना के युद्धपोत डिज़ाइन ब्यूरो द्वारा परिकल्पित और संकल्पित आईएनएस विक्रान्त भारत के समुद्री इतिहास में अब तक का सबसे बडा और सबसे जटिल युद्धपोत है । लगभग 40,000 टन स्टील, दो फुटबॉल मैदानों के बराबर एक डेक आकार, और इसकी लंबाई दुनिया की सबसे ऊँची प्रतिमा (स्टैच्यू ऑफ यूनिटी) से 80 मीटर लंबी है, विक्रान्त को एक तैरता हुआ शहर कहा जाता है ।

आईएनएस विक्रान्त विश्व शक्तियों जो जटिल वायुयान वाहक का डिज़ाइन और निर्माण कर सकता है उनके एक छोटे से कुलीन समूह में शामिल होने का भारत का एक दृश्य चमत्कार है । अब हम यूएसए, यूके, रूस, इटली, फ्रांस और चीन जैसे विश्व शक्तियों में शामिल हो गए हैं । आईएनएस विक्रान्त ने आनेवाले वर्षों और दशकों केलिए भारतीय पोत निर्माण का चेहरा बदल दिया है । इसने भारतीय पोत निर्माताओं को बडा सोचने, बेहतर करने और दुनिया में सर्वश्रेष्ठ बनने केलिए एक मंच प्रदान किया है ।

आईएनएस विक्रांत आत्मनिर्भर भारत का एक शानदार उदाहरण है । यह मेक इन इंडिया के सबसे व्यापक दृष्टांतों में से एक है । आईएसी का मूल डिज़ाइन डब्ल्यूडीबी द्वारा स्वदेशी रूप से विकसित किया गया है, और संपूर्ण विस्तृत इंजीनियरिंग, निर्माण और प्रणाली एकीकरण सीएसएल द्वारा किया गया था। यह देश में पहली बार है कि एक वायुयान वाहक के आकार का एक जहाज़ पूरी तरह 3 डी में तैयार किया गया था और 3 डी मॉडल से निकाले गए रचना चित्र, इस प्रकार इस परियोजना के कारण आत्मसात की गई उच्च अंत डिज़ाइन क्षमताओं को दर्शाता है ।

स्वर्ण जयंती समारोह

मार्च 29, 1972 में सरकार के स्वामित्ववाले शिपयार्ड के रूप में अपनी स्थापना के 50 वर्षों में, कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड दुनिया की सर्वश्रेष्ठ पोत निर्माण कंपनियों में से एक के रूप में विकसित हुई है । कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड, जो अब पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय के तहत एक मिनिरत्न सार्वजनिक क्षेत्र उपक्रम है, जिसने 30 अप्रैल 2022 को अपना स्वर्ण जयंती समारोह का शुभारंभ करके एक साल के लंबे उत्सव कार्यक्रमों का उद्घाटन भी किया ।

सीएसएल ने जुलाई 1981 **को अपना पहला पोत एम वी रानी पद्मिनी को सुपुर्द किया और स्वर्ण जयंती वर्ष में कंपनी ने अगस्त,** 2022 **महीने में भारतीय नौसेना को भारत का प्रथम स्वदेशी विमान वाहक पोत "आईएनएस विक्रांत" सौंपा।** भारत में बननेवाला ये सबसे बडा और सबसे जटिल युद्धपोत है ।

वर्ष 1972 में भारत सरकार की पूर्ण स्वामित्व वाली कंपनी के रूप में शामिल, सीएसएल को अब भारत सरकार के पास कंपनी की शेयर पूंजी का 72.86% है । कंपनी ने वर्ष 1978 में पोत निर्माण कार्य शुरू किया और तीन साल बाद अपने पहले पोत की सुपुर्दगी की इन वर्षों में, सीएसएल ने देशी और वैश्विक बाज़ारों की पोत निर्माण आवश्यकताओं में उतार-चढ़ाव का सफलतापूर्वक जवाब दिया है और दुनिया भर में उद्योग में कई प्रमुख प्रौद्योगिकी फर्मों के साथ काम करने में कामयाब रहा है ।

भारत का पहला **हरित क्षेत्र शिपयार्ड**, सीएसएल अब अत्याधुनिक सुविधाओं के साथ भारत का सबसे आधुनिक पोत निर्माण यार्ड है । देशी क्षेत्र में सीएसएल के मुख्य पोत निर्माण ग्राहकों में भारतीय नौसेना, भारतीय तटरक्षक बल, भारतीय नौवहन निगम, लक्षद्वीप सरकार, विभिन्न पत्तन न्यास, भारतीय अंतर्देशीय जलमार्ग प्राधिकरण आदि शामिल हैं । कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड को भारतीय उद्योग परिसंघ द्वारा **ग्रीनको सिल्वर रेटिंग** से प्रमाणित किया गया है ।

पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय ने दिनांक 30 अप्रैल 2022 से 06 मई 2022 तक आज़ादी का अमृत महोत्सव के तहत "प्रतिष्ठित सप्ताह समारोह" आयोजित किया। दिनांक 30 अप्रैल 2022 को कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड (सीएसएल) के स्वर्ण जयंती समारोह के उद्घाटन समारोह के साथ प्रतिष्ठित सप्ताह समारोह की शुरुआत हुई।

स्वर्ण जयंती समारोह का उद्घाटन माननीय पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय के केंद्रीय मंत्री **श्री सर्बानंद सोनोवाल** द्वारा किया गया। उद्घाटन समारोह की अध्यक्षता **श्री हैबी ईडन, सांसद,** एर्णाकुलम द्वारा की गई।

श्री वी मुरलीधरन, केंद्रीय विदेश और संसदीय मामलों के राज्य मंत्री, **श्री शांतनु ठाकुर**, केंद्रीय पत्तन,पोत परिवहन और जलमार्ग राज्य मंत्री, **श्री एम अनिल कुमार**, माननीय महापौर, कोचीन नगर निगम और **श्री टी जे विनोद, विधायक,** एर्णाकुलम ने भी सभा को संबोधित किया।

डॉ संजीव रंजन, आईएएस, सचिव, पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय ने समारोह में मुख्य भाषण दिया और एक उभरती समुद्री शक्ति के रूप में भारत की एक समीक्षा प्रदान की। डॉ एम बीना, आईएएस, अध्यक्ष, कोचीन पोर्ट ट्रस्ट भी उपस्थित थी।

श्री सर्बानंद सोनोवाल, माननीय केंद्रीय पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्री ने डिजिटल रूप से सीएसएल की स्वर्ण जयंती प्रतिमा का अनावरण किया और 50 करोड़ रुपए की समग्र निधि को सक्रिय करके सीएसएल के स्टार्ट-अप व्यवसाय ढांचे की भी घोषणा की। तत्पश्चात, माननीय मंत्री ने सागरमाला योजना के तहत कोचीन पत्तन प्राधिकरण के मट्टानचेरी घाट के पास रो-रो जेट्टी विकसित करने के कार्य का उद्घाटन करते हुए डिजिटल रूप से फलक का अनावरण किया।

केंद्रीय पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग राज्य मंत्री **श्री शांतनु ठाकुर, ने डिजिटल रूप से** कोचीन पत्तन प्राधिकरण के **नए लोगो का अनावरण किया।**

श्री वी मुरलीधरन, माननीय केंद्रीय विदेश और संसदीय मामलों के राज्य मंत्री ने स्वर्ण जयंती समारोह के हिस्से के रूप में 50 नए एमएसएमई उद्यमियों को सूचीबद्ध करने हेतु **सीएसएल के उद्यमिता कार्यक्रम के तहत पहली कंपनी (सुश्री तेजस मरीन) को पंजीकरण प्रमाणपत्र सौंपा।**

अतिरिक्त कौशल अधिग्रहण कार्यक्रम केरल (एएसएपी) और सीएसएल के बीच समुद्री क्षेत्र के लिए संसाधनों के कौशल के लिए **एक समझौता ज्ञापन** भी घोषित किया गया। यह केरल राज्य में औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थानों में एक अतिरिक्त पाठ्यक्रम को परिभाषित करके समुद्री क्षेत्र में कार्यबल के लिए उन्नत कौशल प्रदान करेगा।

समारोह के दौरान सीएसएल पर एक श्रव्य दृश्य प्रस्तुतीकरण किया गया। समारोह में सबसे बुज़ुर्ग एक पुरुष और महिला कर्मचारी को भी सम्मानित किया गया।

श्री मधु एस नायर, अध्यक्ष व प्रबंध निदेशक, कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड ने सभा का स्वागत किया और श्री बिजोय भास्कर, निदेशक (तकनीकी), सीएसएल ने धन्यवाद ज्ञापन अदा किया।

समारोह का सीधा प्रसारण 'यू ट्यूब" पर किया गया और पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय के तहत सभी पत्तन और संगठन व अन्य इकाइयां और सीएसएल की सहायक कंपनियों के कर्मचारियों और हितधारकों और सीएसएल के ग्राहकों/विक्रेताओं/परिवार के सदस्य/सहयोगी संगठनों/और शुभचिंतकों द्वारा देखा गया ।

सभी अधिकारियों, पर्यवेक्षकों, कर्मचारियों, सीआईएसएफ कर्मियों, सेवानिवृत्त कर्मचारियों, अनुबंधित कर्मियों, प्रशिक्षुओं, ठेकेदारों, अनुबंध श्रमिकों और सीएसएल, आईएसआरएफ, सीएमएसआरयू, सीकेएसआरयू, सीएएनएसआरयू, एचसीएसएल और टीएसएल के अन्य हितधारकों सहित संपूर्ण सीएसएल परिवार समारोह का हिस्सा थे। सीएसएल और इसकी इकाइयों से कार्यक्रम की कुल प्रत्यक्ष दर्शकों की संख्या 8750 है और ऑनलाइन यू ट्यूब लिंक के ज़रिए दर्शकों की संख्या लगभग 15600 है। कोचीन शिपयार्ड भविष्य मे भी जीत का झंडा फहराकर भारत का गौरव बढ़ाएगा।

केरल के 75 मशहूर स्वतंत्रता सेनानीगण

शशीन्द्रदास पी एस
प्रबंधक

ललिताम्बिका अंतरजनम एक भारतीय लेखिका और समाज सुधारक थीं, जिन्हें मलयालम भाषा में उनके साहित्यिक कार्यों केलिए जाना जाता है।

चेम्पिल तैपरंबिल अनंत पद्मनाभन वलिया अरयन कंकुमारन, जिसे चेम्पिल अरयन के नाम से जाना जाता है, वे 1809 में वेलुतंबी दलवा की कमान के तहत त्रावणकोर युद्ध में शामिल था।

वैकम मुहम्मद बशीर एक लेखक, मानवतावादी, स्वतंत्रता सेनानी, उपन्यासकार और लघु कथाकार थे, जो अपनी पथ प्रदर्शक, सरल शैली केलिए विख्यात थे, जिसने उन्हें साहित्यिक आलोचकों के साथ- साथ आम आदमी के बीच समान रूप से लोकप्रिय बना दिया।

बोधेश्वरन को बोधेश्वरानंद के नाम से भी जाना जाता है, एक भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता, समाज सुधारक और मलयालम साहित्य के कवि थे।

तलक्कल चंदु, पष्शी राजा के कुरिच्य सैनिकों के एक आर्चर और कमांडर - इन- चीफ थे, जिन्होंने 19 वीं शताब्दी के पहले दशक के दौरान वायनाड के जंगलों में ब्रिटिश सेना से लड़ाई लड़ी थी।

अक्कम्मा चेरियन त्रावणकोर (केरल), भारत की एक भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता थीं। वह लोकप्रिय रूप से त्रावणकोर की झांसी रानी के रूप में जानी जाती थीं।

चौवरा परमेश्वरन एक भारतीय पत्रकार, तर्कवादी, सुधारक और अनुवादक थे। वे चौवरा गांधी के नाम से भी जाने जाते है।

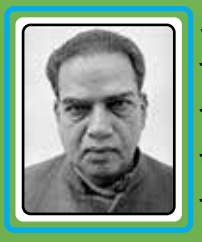
चुननगट कुंजिकावम्मा ने भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के एक अग्रणी क्षेत्रीय नेता के रूप में एक चौथाई सदी तक ब्रिटिश साम्राज्यवाद के खिलाफ भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन में लडाई लडी।

के ए दामोदर मेनोन एक भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के राजनेता, मंत्री, पत्रकार, लेखक, स्वतंत्रता सेनानी और एकजुट केरल के आंदोलन में एक कार्यकर्ता थे।

के दामोदरन- उनकी पहली समाजवादी गतिविधियाँ केरल छात्र आंदोलन के सचिव होने से जुडी थीं और वे स्वतंत्रता संग्राम में शामिल हो गए।

नेटूर पी दामोदरन भारत के पहले लोकसभा सदस्य थे। उन्होंने 1942 के भारत छोडो आंदोलन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

वी आर कृष्णन एषुतच्चन एक भारतीय स्वतंत्रता सेनानी, गांधीवादी, पत्रकार, ट्रेड यूनियनवादी और भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के नेता थे।



आयिलयत्त कुट्टियारी गोपालन ने खिलाफत आंदोलन में भाग लिया, जिसने उनके दृष्टिकोण में एक उल्लेखनीय परिवर्तन किया, जिससे वह एक समर्पित पूर्णकालिक सामाजिक और राजनीतिक कार्यकर्ता बन गए।

के पी गोपालन भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी के राजनेता, मंत्री, स्वतंत्रता सेनानी और एक ट्रेड यूनियनवादी थे।

के पी आर गोपालन 1940 में केरल में कम्युनिस्ट पार्टी के संस्थापक सदस्यों में से एक थे।

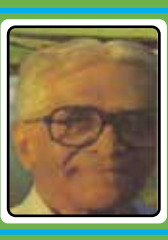
प्रहलादन गोपालन ने "भारत छोडो" आंदोलन सहित कई स्वतंत्रता संग्रामों में भाग लिया।

इक्कंडा वारियर भारत के कोचीन राज्य के तीसरे और अंतिम प्रधान मंत्री थे, जिसकी शुरूआत 1948 में हुई थी।

जॉर्ज जोसफ एक वकील और भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता थे।

कंबलत्त गोविंदन नायर एक भारतीय स्वतंत्रता सेनानी और मलयालम कवि थे।

चेरियन जे काप्पन एक स्वतंत्रता सेनानी, भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के नेता, त्रावणकोर- कोचीन विधान सभा के सदस्य और केरल से सांसद थे।

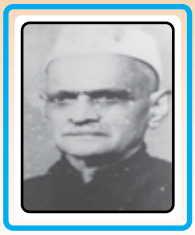


केरल में भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी के संस्थापक नेताओं में से एक थे **के ए केरलीयन।**

1950-1952 के दौरान **सी केशवन** एक राजनीतिज्ञ, समाज सुधारक, राजनेता और त्रावणकोर- कोचीन के मुख्यमंत्री थे।

जॉर्ज थॉमस कोट्टुकपल्ली सांसद थे, भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता और भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के सदस्य थे।

कोयापल्ली केलप्पन एक भारतीय राजनीतिज्ञ, स्वतंत्रता कार्यकर्ता, शिक्षाविद् और पत्रकार थे।



के. कुमार गांधी के संदेश और राष्ट्रीय आंदोलन की भावना को तत्कालीन त्रावणकोर राज्य में लाने वाले शुरूआती सामाजिक- राजनीतिक नेताओं में से एक थे।

इरई कुन्नतिडत्तिल कुमारन एक स्वतंत्रता सेनानी थे। उन्हें "माहे गांधी" के नाम से जाना जाता है।

के माधवन- स्कूल में पढते समय वे नमक सत्याग्रह (नमक मार्च) में शामिल हुए और के केलप्पन के नेतृत्व में स्वयं सेवकों में सबसे कम उम्र के थे।

वक्कम मजीद एक भारतीय स्वतंत्रता सेनानी, राजनीतिज्ञ और त्रावणकोर - कोचीन राज्य विधानसभा के पूर्व सदस्य थे।

एनी मासकारेने एक भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता, राजनीतिज्ञ और वकील थी, जिन्होंने भारत की सांसद के रूप में कार्य किया और ऐसा करने वाली वह पहली महिला थीं।

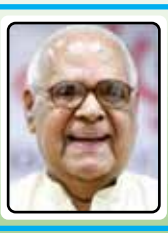
चेलत अच्युत मेनन दो कार्यकाल केलिए केरल राज्य के मुख्यमंत्री थे।

के बी मेनन एक भारतीय राजनीतिज्ञ और स्वतंत्रता कार्यकर्ता थे।

किषक्के पोट्टा केशव मेनन एक देशभक्त, आदर्शवादी और भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता थे।

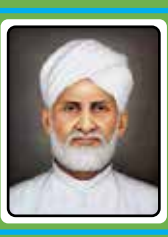
पनंपिल्ली गोविंद मेनन एक भारतीय राजनीतिज्ञ, स्वतंत्रता सेनानी और वकील थे।

वी पी मेनन ने जून 1945 में शिमला सम्मेलन के संयुक्त सचिव के रूप में कार्य किया। वर्ष 1946 में, उन्हें ब्रिटिश वायसरॉय का राजनीतिक सुधार आयुक्त के रूप में नियुक्त किया गया।



चातोत्त रायरू नायर- एक प्रमुख भारतीय स्वतंत्रता सेनानी, गांधी के शिष्य।

ई मोइदु मौलवी एक भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस (आईएनसी) के नेता, इस्लामी विद्वान, सलाफी आंदोलन सुधारकों में से एक विद्वान और शिक्षाविद् थे।



वक्कम मोहम्मद अब्दुल खादर मौलवी, जिन्हें **वक्कम मौलवी** के नाम से जाना जाता है, एक समाज सुधारक, शिक्षक, विपुल लेखक, मुस्लिम विद्वान, पत्रकार, स्वतंत्रता सेनानी थे।

अय्यप्पन पिल्लै माधवन नायर, जिन्हें **नायर-सान** के नाम से भी जाना जाता है, 1920-1940 के दशक में भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन में जापान के साथ निकटता से जुड़े थे।

पद्मनाभ पिल्लै गोपीनाथन नायर एक भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता थे जिन्होंने 1942 के "भारत छोडो" आंदोलन में भाग लिया था।

कुरूर नीलकंठन नंबूतिरीपाड एक स्वतंत्रता सेनानी और महात्मा गांधी के अनुयायी थे।

एन परमेश्वरन नायर, एन पी नायर के नाम से जाने जाते है, एक भारतीय स्वतंत्रता सेनानी और कोल्लम के लेखक थे।

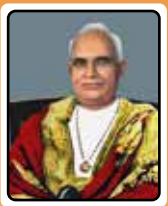
परवूर ताषत्तुवीट्टिल कृष्णन कर्ता नारायण पिल्लै भारत में ब्रिटिश राज के दौरान एक भारतीय स्वतंत्रता सेनानी थे।

के के एन परियारम जमींदार के खिलाफ किसानों को संगठित करके राजनीति में सक्रिय हो गए और भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन में सक्रिय रूप से भाग लिया।

मुथुकुलम पार्वती अम्मा मलयालम भाषा की कवयित्री, शिक्षक, अनुवादक, स्वतंत्रता सेनानी और समाज सुधारक थीं।

चेम्पकरामन पिल्लै उर्फ **वेंकिडी** एक भारत में जन्में राजनीतिक कार्यकर्ता और क्रांतिकारी थे।

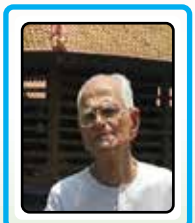
जी कुमार पिल्लै एक स्वतंत्रता सेनानी और गांधीवादी थे और वर्ष 1944-46 की अवधि के दौरान कोच्ची प्रजामंडलम के सदस्य भी थे।



मन्नतु पद्मनाभन दक्षिण-पश्चिमी राज्य केरल के एक भारतीय समाज सुधारक और स्वतंत्रता सेनानी थे।

पी कृष्णा पिल्लै वैकम सत्याग्रह (1924) और कोषिकोड से पय्यनूर तक नमक सत्याग्रह मार्च के सक्रिय स्वयंसेवक थे।

स्वदेशभिमानी रामकृष्ण पिल्लै एक राष्ट्रवादी लेखक, पत्रकार थे। उन्होंने स्वदेशभिमानी (द पैट्रियॉट) का संपादन किया, जो अखबार अंग्रेज़ों के शासन के खिलाफ एक शक्तिशाली हथियार और सामाजिक परिवर्तन का एक उपकरण बन गया।



वी पी अप्पुकुट्टा पोदुवाल एक भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता और केरल के गांधीवादी सामाजिक कार्यकर्ता हैं, जिन्होंने गांधीजी के साथ नमक मार्च में भाग लिया था।

रोसम्मा पून्नूस एक भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता, राजनीतिज्ञ और वकील थीं। वह अपनी बडी बहन अक्कम्मा चेरियन से प्रभावित थीं।

मुहम्मद अब्दु रहमान, एक भारतीय स्वतंत्रता सेनानी, मुस्लिम नेता, विद्वान और राजनीतिज्ञ थे।

कय्यारा किन्हन्ना राय एक भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता, लेखक, कवि, पत्रकार, शिक्षक और किसान थे।

पषश्शी राजा को **केरल वर्मा** के नाम से जाना जाता था। ब्रिटिश ईस्ट इंडिया कंपनी के साथ उनके संघर्ष को कोटियोट युद्ध के रूप में जाना जाता है। वे अपने सामरिक कारनामों के कारण **केरल सिंघम (केरल का शेर)** के रूप में लोकप्रिय हैं।

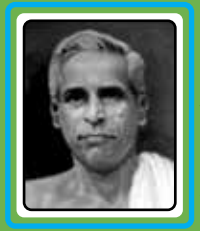
कुंबलथु शंकु पिल्लै एक समाज सुधारक, राजनीतिज्ञ और स्वतंत्रता सेनानी थे।

एम एन सत्यार्थी एक लेखक और स्वतंत्रता सेनानी थे।

के एम सेठी साहिब एक छात्र के रूप में राजनीति में शामिल हुए, उन्होंने असहयोग आंदोलन में भाग लिया। इस आंदोलन का आयोजन मोहनदास के. गांधी ने भारत को स्वतंत्रता प्रदान करने के लिए ब्रिटिश सरकार को प्रेरित करने के लिए किया था ।

आर सुगथन एक भारतीय साम्यवादी नेता और केरल के प्रारंभिक व्यवसाय संघी थे।

अनक्कारा वडक्कथु कुट्टीमालु अम्मा एक स्वतंत्रता सेनानी, सामाजिक कार्यकर्ता और राजनीतिज्ञ थीं। वे स्वदेशी आंदोलन, सविनय अवज्ञा आंदोलन और भारत छोड़ो आंदोलन जैसे प्रमुख स्वतंत्रता आंदोलनों का हिस्सा थीं।



टी सुब्रहमण्यम थिरुमुंप (एक कवि, स्वतंत्रता सेनानी और केरल, भारत के शुरुआती साम्यवादी नेताओं में से एक थे। उन्होंने भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन के दौरान कई देशभक्ति गीत लिखे।

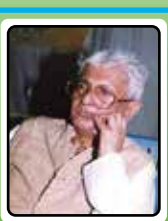
टी वी थॉमस केरल में पहली पीढ़ी के श्रमिक संघ नेताओं में से एक थे और भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन में सक्रिय रूप से शामिल थे।

कौमुदी टीचर एक गांधीवादी और एक भारतीय स्वतंत्रता कार्यकर्ता थे। वे स्वेच्छा से अपने गहने गांधी को दान करने के लिए जानी जाती थीं, जब गांधी ने 14 जनवरी 1934 को वडकरा का दौरा किया, जिसे गांधी ने स्वीकारा था जब उन्होंने यंग इंडिया में एक लेख "कौमुदी का त्याग" लिखा था।

आर शंकर नारायण तंबी एक स्वतंत्रता सेनानी, भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के सदस्य और कार्यकर्ता थे, जिन्होंने अप्रैल, 1957 से जुलाई 1959 तक केरल विधानसभा के पहले अध्यक्ष के रूप में कार्य किया।

राजा **श्री पट्टम ए थाणु पिल्लै** भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन में भागीदार थे, जिन्होंने बाद में 22 फरवरी 1960 से 25 सितंबर 1962 तक केरल के मुख्यमंत्री के रूप में कार्य किया।

नमक कानून को तोड़ने के लिए 1930 के दांडी मार्च में भाग लेने के लिए महात्मा गांधी द्वारा चुने गए 78 मार्चर्स में से **टीटूसजी** एक थे।



ए पी उदयभानु एक भारतीय स्वतंत्रता सेनानी, राजनीतिक नेता, पत्रकार, लेखक और सामाजिक कार्यकर्ता थे।

पी के कुंञच्चन स्वतंत्रता संग्राम में शामिल थे, उन्होंने सेना में लिपिक के रूप में भी काम किया।

फादर जोसफ वडक्कन एक ईसाई कार्यकर्ता पादरी थे। वडक्कन ने कई आंदोलन आयोजित किए और विरोध जुलूस, सत्याग्रह और रैलियों में भाग लिया।

पी वी वर्गीस वैद्यर भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन के एक सक्रिय सदस्य थे, 1942 में भारत छोड़ों आंदोलन में भाग लिया ।

टी एम वर्गीस भारत के स्वतंत्रता सेनानी, वकील, राजनेता, पूर्व मंत्री और केरल के राजनेता थे।

चुंकथ जोसफ वर्की एक भारतीय प्रोफेसर, पत्रकार और मद्रास प्रेसिडेंसी के शिक्षा मंत्री थे।

वी के कृष्ण मेनन ने 1928 में इंडिया लीग की स्थापना की। उन्होंने भारत के संविधान की प्रस्तावना का पहला मसौदा लिखा, भारत की संविधान सभा के विचार की शुरुआत की और उन्हें वास्तुकार माना जाता है और गुटनिरपेक्ष आंदोलन शब्द ग़ढा है।

वालियनकोडे उमर काज़ी एक मुस्लिम विद्वान, स्वतंत्रता सेनानी और कवि थे। वे सविनय अवज्ञा आंदोलन में सक्रिय थे और उन्होंने ब्रिटिश भारत में सरकार को कर देने से इनकार कर दिया था ।

पुदुपल्ली राघवन - एक भारतीय स्वतंत्र सेनानी, लेखक और कम्युनिस्ट कार्यकर्ता थे।

अबूबक्कर अब्दुल रहीम एक भारतीय राजनीतिज्ञ, स्वतंत्रता सेनानी और केंद्रीय मंत्री थे ।

लेख

समुंदर रानियाँ

रेवती एस सनन
सहायक प्रबंधक

आज कोई भी ऐसा क्षेत्र नहीं है जहां महिलाओं ने अपनी काबिलियत और वीरता नहीं दिखाई हो। महिलाओं ने सभी प्रकार की जिम्मेदारियों को बडी सफलता के साथ साझा किया है। कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड में भारत के पहले स्वदेशी विमान वाहक के निर्माण के मामले में भी ऐसा ही है। स्वदेशी विमान वाहक की बनावट में करीब 25 महिलाओं ने अपनी अहम भूमिका निभाई थी। आईएनएस विक्रांत न केवल भारतीय रक्षा शास्त्रागार केलिए बल्कि सभी भारतीयों केलिए भी गर्व की बात है। इसके पहले समुद्री परीक्षणों में, कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड की महिला अधिकारी भी इसका हिस्सा थीं। कैडर में मैं, रेवती एस सनन (सहायक प्रबंधक), स्मृति बी (परियोजना अधिकारी), रोहिणी चंद्रन (परियोजना सहायक) और अंजु सी एस (परियोजना सहायक) शामिल थीं। सीएसएल के इतिहास में यह पहली बार था कि महिलाएं समुद्री परीक्षणों में भाग ले रही थीं। हमें इतिहास का हिस्सा होने पर गर्व है और यह सीएसएल में सभी महिलाओं को अपने आप को आगे बढ़ने केलिए प्रेरणा देता है।

हमारा जहाज़ 04 अगस्त से 08 अगस्त 2021 तक पहली समुद्री परीक्षण केलिए गया था। चूंकि यह पोत 40,000 टन का विशाल युद्धपोत है, इसलिए समुद्र की खुरदरापन उसे ज्यादा प्रभावित नहीं करेगी। लेकिन परीक्षणों के दौरान मौसम बिगड गया और समुद्री अवस्था 4 में, उसने भी रोलिंग और पिचिंग करना शुरू कर दिया। हम सभी ने पर्याप्त सावधानी बरती थी और हमें नौसेना की दो महिला अधिकारियों का मार्गदर्शन भी मिला। साथ ही, हमें समुद्री परीक्षणों के दौरान जहाज़ पर रहे सभी 1200 कर्मचारियों का भी सच्चा सहयोग भी प्राप्त हुआ। हम सीएसएल, भारतीय नौसेना और विशेष रूप से हमारा विभाग आईएसी-ईओएफ के प्रति आभार व्यक्त करते हैं जिन्होंने हमें इस महत्वपूर्ण आयोजन का एक मुख्य हिस्सा बनने का अवसर प्रदान किया है।

लेख

नालों को साफ करता रोबोट

संपतकुमार पी एन
सहायक महाप्रबंधक

रोबोट शब्द एक आम व्यक्ति को नासा जैसे अंतरिक्ष स्टेशन में तकनीकी रूप से उच्च अंत गतिविधियों के बारे में सोचने पर मजबूर करता है जहां हमने ज्ञानरंजन चैनलों में रोबोटों को उनके कार्य स्थलों में काम करते देखा है। हम, एक औद्योगिक ढांचे में काम करने वाले पेशेवर इसके बारे में थोड़ा अधिक जानते हैं क्योंकि हमने देखा है कि रोबोटों को कारखानों के कठिन क्षेत्रों में काम करने के लिए रखा जाता है। हमने यह भी देखा है कि उन्हें महामारी कोरोना के दौरान कोरोना मरीज़ो के वार्डों में काम करने के लिए इस्तेमाल किया जा रहा था ताकि संक्रमित मरीज़ों को भोजन और दवाएं दी जा सकें, जहां मनुष्यों की सेवाएं प्रदान करना जोखिम भरा है।

मैं कंपनी में निगमित सामाजिक दायित्व गतिविधि प्रबंधन टीम का हिस्सा होने के नाते शहरों में नालियों की सफाई में रोबोट को डिज़ाइन और उपयोग करने हेतु एक विशिष्ट परियोजना से जुड़ा हूं। स्टार्ट अप पहलों का समर्थन करना भारत सरकार का एक उच्च प्राथमिकता वाला क्षेत्र रहा है । हमारे प्रधानमंत्री इसके बारे में बात करते रहते हैं और नियमित रूप से प्रौद्योगिकी और प्रबंधन संस्थानों में छात्रों को प्रेरित करते रहे हैं। निगमितों के सीएसआर स्टार्ट अप परियोजनाओं के लिए उनकी सीएसआर गतिविधियों में भी प्राथमिकता देते हैं। प्रौद्योगिकी और प्रबंधन के विभिन्न पहलुओं के विशेषज्ञों की मदद से स्टार्ट अप पहल में नवीन और बड़े विचार शामिल हैं।

सीएसआर में हम उन परियोजनाओं की तलाश में हैं जिनकी सामाजिक प्रासंगिकता है। इस प्रक्रिया में हम इंजीनियरिंग कॉलेजों से हाल ही में उत्तीर्ण युवाओं के एक संस्थान से जुड़े है जो नालियों की सफाई करने के लिए रोबोटों को बनाते है । इसका नाम है बैंडिकूट। सुनने में अजीब सा लगता है, लेकिन यह सच है । वे पहले से ही भारत भर के विभिन्न नगर निगमों को "बैंडिकूट" की आपूर्ति कर चुके है। संपर्क करने पर हमें बताया गया कि उन्होंने हमारी राजधानी तिरुवनंतपुरम को पहले ही मशीनों की डिज़ाइन और आपूर्ति कर दी है।

हम इसे संचालन में देखना चाहते थे। हम तिरुवनंतपुरम गए और सड़क पर एक बैंडिकूट को चालू पाया। तिरुवनंतपुरम में भूमिगत वाहित मल नेटवर्क का एक विशाल नेटवर्क है। अवरोध और नाकाबंदी की घटना एक नियमित विशेषता है जो रुकावट का कारण बनती है। अब तक नाकाबंदी को दूर करने के लिए भूमिगत वाहित मलों में मनुष्य को इस्तेमाल किया जाता था। यह एक जोखिम भरा और गंदा काम है। लेकिन किसी को तो करना ही होगा। इसलिए इंसानों को तैनात किया गया है और भूमिगत काम करने वालों की मौत के मामले सामने आए हैं।

बैंडिकूट दो लोगों द्वारा संचालित किया जाता है (यहां तक कि महिलाएं भी आसानी से संचालित कर सकती हैं)। कैमरा वाला उपकरण मैनहोल से भूमिगत होकर वाहित मल जंक्शन तक जाता है, जिसे शीर्ष पर एक दीवारगिरी रखने वाला व्यक्ति द्वारा नियंत्रित किया जाता । ऊपरवाला व्यक्ति रोबोट को अनुदेश देता है जो रुकावट की पहचान करता है और उसे साफ करता है। रुकावट का कारण बनने वाला कचरा, जो प्लास्टिक या कुछ अन्य ठोस अपशिष्ट हो सकता है, उसे रोबोट की भुजा का उपयोग करके ऊपर तक ले जाना पड़ता है और एकत्र किए गए कचरे को अलग से एक वाहन में ले जाया जाता है । इसके फायदे अनेक हैं। हमारे पास एक बेहतर स्वच्छ शहर होगा। सफाई तेज़ी से की जाएगी। मानव को शामिल करने के अमानवीय कृत्य को रोका जाता है। यह इस बात का सबसे अच्छा उदाहरण है कि कैसे प्रौद्योगिकी और उद्यमिता सामाजिक परिवर्तन ला सकती है। हमने अपने गृह नगर कोच्ची में एक परियोजना निधि देने का प्रस्ताव रखा है। हमारे नगर निगम को यहां एक सुविधा शुरू करते हुए खुशी हो रही है।

देखिए कैसे एक साधारण विचार समाज में बदलाव ला सकता है। कॉलेज के कुछ युवा छात्रों ने इस विचार को शुरू किया। सरकार ने उन्हें एक आदर्श डिज़ाइन करने हेतु समर्थन दिया, जिसने अंतत: देश भर में सैकड़ों लोगों को रोज़गार देने वाली कंपनी का रूप ले लिया है। कोई आश्चर्य नहीं कि हमारे प्रधानमंत्री ने समय-समय पर युवाओं को उद्यमशीलता कौशल विकसित करने हेतु अपने विचारों को नवीन करने के लिए प्रेरित किया है। यह सफलता का संदेश दे रहा है। हमारा देश अब एक वैश्विक स्टार्ट अप केंद्र है।

आर. अरुण
वरिष्ठ स्टोर कीपर

लेख

पिता-पुत्र की जोड़ी

संसार में पिता-पुत्र की जोड़ी भी बड़ी कमाल की जोड़ी होती है। दुनिया के किसी भी सम्बन्ध में, अगर सबसे कम बोल-चाल है, तो वो है पिता-पुत्र की जोड़ी में। एक समय तक दोनो अंजान होते है, एक दूसरे के बढ़ते शरीरों की उम्र से, फिर धीरे से एहसास होता है, हमेशा के लिए बिछुडने का।

जब लड़का अपनी जवानी पार कर, अगले पड़ाव पर चढ़ता है तो यहाँ, इशारों से बाते होने लगती है या फिर इनके बीच मध्यस्थ का दायित्व निभाती है "माँ"।

पिता अक्सर पुत्र की माँ से कहता है जा "उससे कह देना और पुत्र अक्सर अपनी माँ से कहता है "पापा से पूछ लो ना"। इन्हीं दोनों दूरियों के बीच, घूमती रहती है माँ। जब एक कहीं होता है, तो दूसरा वहां नही होने की कोशिश करता है। शायद, पिता-पुत्र नज़दीकी से डरते है। जबकि, वो डर नज़दीकी का नहीं है, डर है, उसके बाद बिछुडने का।

भारतीय पिता ने शायद ही किसी बेटे को, कभी कहा हो कि बेटा, मैं तुमसे बेइंतहा प्यार करता हूँ। पिता के अनंत रौद्र का उत्तराधिकारी भी वही होता है क्योंकि पिता, हर पल ज़िंदगी में अपने बेटे को अभिमन्यु सा पाता है।

पिता समझता है कि इसे संभलना होगा, इसे मजबूत बनना होगा, ताकि ज़िम्मेदारियो का बोझ इसका नुकसान न कर सके। पिता सोचता है जब मैं चला जाऊँगा, उसकी माँ भी चली जाएगी, बेटियाँ अपने घर चली जाएंगी, तब रह जाएगा सिर्फ ये, जिसे हर-दम, हर-कदम, परिवार के लिए, बहु के लिए, अपने बच्चों के लिए, चुनौतियों से, सामाजिक जटिलताओं से, लड़ना होगा।

पिता जानता है कि हर बात घर पर नहीं बताई जा सकती, इसलिए इसे खामोशी से गम छुपाना सीखना होगा।

परिवार के विरुद्ध खड़ी हर विशालकाय मुसीबत को, अपने हौसले से छोटा करना होंगा ना भी कर सके तो खुद का वध करना होगा इसलिए वो कभी पुत्र-प्रेम प्रदर्शित नहीं करता। पिता जानता है कि प्रेम कमजोर बनाता है। फिर कई बार उसका प्रेम, गुस्सा बनकर निकलता है। वो गुस्सा अपने बेटे की कमियों के लिए नहीं होता वो उसकी निकलती समय के लिए है।

पिता चाहता है कि पुत्र जल्द से जल्द सीख ले, वो गलतियाँ बंद करे, क्योंकि गलतियाँ सभी की माफ है, फिर वो समय आता है जबकि पिता और बेटे दोनो को अपनी बढ़ती उम्र का एहसास होने लगता है। बेटा अब केवल बेटा नही अब वह पिता भी बन चुका होता है कड़ी कमजोर होने लगती है।

पिता की सीख देने की लालसा और बेटे का उस भावना को नही समझ पाना वो सौम्यता भी खो देता है यहीं वो समय होता है जब बेटे को लगता है कि उसका पिता गलत है बस इसी समय को समझदारी से निकालना होता है, वरना होता कुछ नहीं है बढ़ती झुर्रिया और बूढ़ा होता शरीर जल्द बीमारियों को घेर लेता है।

ये समय चक्र है जो बूढ़ा होता शरीर है बाप के रूप मे उसे एक और बूढ़ा शरीर झांकता है।

मेरा महान पिता
मेरा गौरव,
मेरा आदर्श,
मेरा संस्कार,
मेरा स्वाभिमान,
मेरा अस्तित्व.....

लिंडा गोडली
निर्मल टॉम की सुपत्नी

लेख

खुद का एक कमरा

ट्रेन का हॉर्न बजता है। सीता अपने लटकते दुपट्टे से खुद को ढककर ट्रेन के अंदर चढ़ जाती हैं। उसकी आँखों से बहने वाले आंसुओं से यात्रा शुरू होती है। पश्चिम की ठंडी हवा खिड़की से होते हुए उसको मानो तसल्ली दे रही हो। "मेरा फैसला सही है या नहीं", वह हिचकिचाती है। फिर भी वह अपने निर्णय पर टिके रहने का फैसला करती है।

ट्रेन की रफ्तार तेज़ होने लगी ऐसा लगता है जैसे उसकी व्यथा उसे विदाई दे रही हो। बाहर का नज़ारा उसकी आँखों के लिए फीका हो रहा था। एक बार फिर ट्रेन हॉर्न बजाती है। वह फुसफुसाती है "इस सायरन को मेरे जीवन की अगली यात्रा में शांति का संकेत बनने दो"।

उसका मायूस चेहरा उसके दिल में छिपी दर्द को ज़ोर-ज़ोर से बयां कर रहा था। "मेरे पिताजी, मेरे पहले सूपरहीरो। एकमात्र व्यक्ति जिनके पास में सुखद महसूस करती हूँ। सीता अपने बचपन की यादों में चली गई।

"जब मैं एक बच्ची थी, केवल एक ही उंगली जिसे मैं आत्मविश्वास से चलने के लिए कसकर पकड़ती थी, वह मेरे पिता की थी। मेरे घर का एकमात्र कमाने वाले, कम शिकायत वाले, तनाव रहित और शांत रवैय्ये के व्यक्ति। वह आदमी जो अपनी नन्हीं राजकुमारी की रक्षा के लिए हमेशा अपनी ढाल ढँकता है। जब वह बड़ी हो जाती है तो वह उसकी शादी के सपने देखने लगता है। जवानी के दौरान मेरे लिए वे एक और सूपर हीरो ढूंढता है, जिससे मेरी शादी हुई थी। "लेकिन यह एक व्यावसायिक सौदा था। मैं वाकई में खरीदी गई थी"।

"वह कहती है कि मेरे पिताजी की महाशक्तियाँ कीचड़ भरे गड्ढ़ों को खोदने के लिए काफी नही था।"

नए पदार्थवादी सूपरहीरो की अधिक धन की लालसा उसके जीवन को कुचल देती है, जिससे उसे यातना, कष्ट और संकट की बड़ी दुर्दशा का सामना करना पड़ता है।

चलती ट्रेन अचानक झटका देती है जिससे उसके भावनात्मक विचार विचलित हो जाते हैं।

"प्यारी बेटी क्या हम कुछ खाएं?" उसके पिता उसे कुछ बिस्कुट और एक बोतल पानी देते हैं। वह उसे छीनकर तेज़ी से खाना शुरू कर देती है।

गलतियां मानवीय हैं। लेकिन उसके सूपर डैड ने खुद की गलती को ही सही करने का फैसला कर लिया। एक बार फिर, वे अपनी प्यारी बेटी की रक्षा के लिए अपनी ढाल को ढक लेते हैं।

घर पहुँचने पर सीता ने सुकून की सांस ली। उसके पिता ने उसका अपना कमरा खोल दिया। खुशी के मारे उसकी आँखें भर आई, क्योंकि यह वास्तव में एक विवाहित लड़की के लिए सौभाग्य की बात है। शादी के बाद भी अपने घर में खुद का एक कमरा।

महान पिता, उसके सूपर डैड अपनी बेटी को उसकी दुखद दुर्दशा से वापस निकालने में कभी नहीं हिचकिचाते।

अगर ऐसे सूपर डैड हमारे समाज में होते तो, फिर एक विस्मया पैदा नहीं होगी। बहुमुखी प्रतिभा के धनी व्यक्तित्व स्वर्गीय विस्मया नायर को शत-शत नमन ।

आतिरा वी. आर
आउटफिट सहायक

कविता

गीली मिट्टी का रंग

आप को वहाँ जाना चाहिए....
हो सके तो कभी-कभार....
कितनी शांत जगह है।
बिना किसी प्रतिद्वंद्विता, दुश्मनी, तर्क या मैं सबसे
महान हूँ - ये भावना के बिना शांती से सोने की जगह।
वे जगह जहाँ सबको जाना है ।
आज वहाँ सभी व्यस्त है।
प्रतीक्षा करना पड़ रहा है।
बरसों पहले, घास और पौधे उगते थे और
हरियाली से भरे होते थे।
कभी-कभी गीली मिट्टी का रंग है...
आज हर तरफ गीली मिट्टी का रंग है....
फिर भी आप आज प्रतिष्ठा और धन के लिए
अपनी अंतरात्मा की हत्या करते हैं?
आप किसे हराना चाहते है?
उन कब्रिस्थानों में जाएं,
जहाँ गीली मिट्टी का रंग फैला हो ।
जाओगे.. ज़रूर...
यह काफी नहीं है...
उन कब्रिस्थानों को देखने जाना है।
तब आपको पता चलेगा कि सभी समान हैं।
जो ढोंगी है वो अज्ञानता के संतान है...
जो फाँसी का इंतज़ार कर रहा हो,
उसके इरादें भी पक्के है। अटल है।
यहाँ सभी टूट चुके हैं, बिखर चुके हैं।
सूख चुके अच्छाई के पेड़ो पर,
प्रेम का जल छिडकने की जरूरत है...
जब दुबारा प्यार की छाया देने लगेंगे..
तब उस छांव में आराम करना..
इस नये अंकुर कों देखने,
आपको वहाँ जाना होगा,
अपने आप को सक्षम करना होगा...
कभी-कभार
गीली मिट्टी के रंग की
फैलाव को जानने के लिए ...।

अरविंद वी
प्रबंधक

लेख

इकिगाई

एक लंबे, खुशहाल और सार्थक जीवन का मार्ग....

जापानी भाषा में एक बहुत गहरे अर्थवाला, लेकिन छोटा-सा शब्द है, "इकिगाई"। "इकि" का मतलब है "जीवन" और "गाई" यानी "कीमत या मूल्य" या "जिंदा रहने की वजह" जिसे ओकिनावा द्वीप समूह (जापान) के निवासियों की एक अनूठी विशेषता के रूप में पहचाना गया है - यह द्वीप दुनिया में सबसे अधिक शतायु व्यक्ति की दर वाला द्वीप हैं।

इकिगाई- एक लंबे और खुशहाल जीवन का जापानी रहस्य

हालांकि, यह अवधारणा लंबे समय से जापानी लोकाचार का हिस्सा रही है, लेकिन इसने हाल ही में हेक्टर गार्सिया और फ्रांसेस्क मिरालेस द्वारा लिखित अनाम पुस्तक के लिए दुनिया का ध्यान आकर्षित किया। यह पुस्तक दुनिया के पांच "नीले क्षेत्र" में से एक ओकिनावा द्वीप समूह में रहनेवाले लोंगो की जीवन शैली का विश्लेषण करके इस अवधारणा की एक समग्र तस्वीर प्रस्तुत करती है। "नीले क्षेत्र" में रहनेवाले लोग ज्यादातर लंबे, खुशहाल, सार्थक जीवन जीते है, जहां 100 साल तक जीना एक अपवाद के बजाय एक आदर्श है। दुनिया के अन्य चार "नीला क्षेत्र" हैं इकरिया (ग्रीस), सार्डिनिया (इटली), लोमा लिंडा (कैलिफोर्निया, यूएसए) और निकोया प्रायद्वीप (कोस्टा रिका)। इन स्थानों के निवासियों में शतायु का एक उच्च अनुपात शामिल है, जो काफी कम बीमारियों से पीडित है जो आमतौर पर विकसित दुनिया के अन्य हिस्सो में लोगों को मारते हैं। जीवन एक मैराथन है और ओकिनावा द्वीप के निवासियों ने इस मैराथन को चलाने की कला को किसी और से अधिक सिद्ध किया है।

इकिगाई क्या है?

इकिगाई हमारे अंदर के जुनून पर केंद्रित जीवन बदलनेवाले उपकरणो का एक संग्रह है। इकिगाई का आधार हमारी अनूठी प्रतिभाओं की पहचान है जो अंतत: हमारे दिनों को सार्थक बना देती है और हमें अंत तक अपने सर्वश्रेष्ठ को साझा करने केलिए प्रेरित करती है। हमारी इकिगाई हम में से प्रत्येक के अंदर गहरी छिपी हुई है, और इसे खोजने केलिए एक सहनशील खोज की आवश्यकता होती है। ओकिनावा में पैदा हुए लोगों के अनुसार इकिगाई यही कारण है कि वे सुबह उठते हैं। यदि किसी ने अभी तक अपनी इकिगाई की पहचान नही की है, तो उसका मकसद उसे खोजना है।

इकिगाई प्रत्येक केलिए अलग हो सकता है, लेकिन एक चीज़ जो हमारे पास समान है वह यह है कि हम सभी लक्ष्य की खोज कर रहे हैं। जब हम अपना दिन हमारे लिए अर्थपूर्ण चीजों से जुडाव महसूस करते हुए बिताते हैं, तो हम पूरी तरह से जीते हैं; जब हम संबंध खो देते हैं, तो हम निराशा महसूस कर सकते है। एक बार जब हम अपनी इकिगाई की खोज कर लेते हैं, तो उसका पीछा करना और हर दिन उसका पालन-पोषण करना हमारे जीवन में सार्थकता लाएगा। एक बात जो स्पष्ट रूप से परिभाषित इकिगाई वाले सभी लोगों में समान है, वह यह है कि वे अपने जुनून का पीछा करते हैं, चाहे कुछ भी हो।

इकिगाई की अवधारणा को अतिव्यापी वृत्तों के रूप में व्यापक रूप से समझाया गया है कि "हम किसे चाहते हैं" और "दुनिया क्या चाहती है"। यदि कोई चारों वृत्तों को अतिव्यापी कर सकता है, तो इससे बेहतर कुछ नहीं हो सकता।

इकिगाई के 10 नियम

1. सक्रिय रहें, निवृत्त न हों - जो उन चीज़ों को छोड देते हैं जिन्हें वे करना पसंद करते हैं और इसे अच्छा करने में सक्षम है, वे जीवन में अपना मकसद खो देते हैं।
2. इसे धीमी गति से लें - जल्दी में होना जीवन की गुणवत्ता के विपरीत आनुपातिक है।
3. पेट न भरें - लंबी उम्र केलिए कम खाना ज्यादा महत्वपूर्ण होता है।
4. हमारे जीवन को रोशन करने केलिए अपने अच्छे दोस्तों के साथ समय बिताएं।
5. अपने अगले जन्मदिन केलिए अपने आप को बदल दें- जैसे बहता पानी रुके हुए पानी से बेहतर होता है, वैसे ही व्यायाम से हार्मोन मुक्त होते हैं जो हमें खुश महसूस कराते हैं।
6. मुस्कान - हंसमुख रवैया न केवल आराम देता है, यह दोस्त बनाने में भी मदद करता है।
7. प्रकृति के साथ पुनर्संबंध - यह हमें ऊर्जा प्रदान करने में अनिवार्य है।
8. धन्यवाद दें - हमारे पूर्वजों को, प्रकृति को। हर दिन आभार व्यक्त करते हुए एक क्षण बिताए और हमारे बढते हुए खुशियों का एहसास करें ।
9. इस पल में जियो - अतीत पर पछतावा करना और भविष्य से डरना बंद करे। आज हमारे पास सब कुछ है और इसका अधिकतम लाभ उठाएं।
10. अपने इकिगाई को पहचानें - उस अनोखी प्रतिभा को खोजें जो हमारे दिनों को सार्थक बना देती है और हमें अंत तक खुद को सर्वश्रेष्ठ साझा करने केलिए प्रेरित करती हैं। अगर हम अपने इकिगाई को नहीं जानते हैं, तो हमारा लक्ष्य इसे खोजना है।

इकिगाई हमें "प्रवाह" की स्थिति में प्रवेश करने में सक्षम बनाता है जो काम और खाली समय को विकास केलिए बदलने में मदद करता है। हम जो कुछ भी करते हैं उसमें प्रवाह खोजने केलिए हमें प्रोत्साहित करते हैं। "प्रवाह" के विचार को महान अल्बर्ट आइंस्टीन ने "सापेक्षता" के विचार की व्याख्या करते हुए सबसे सहज रूप से समझाया था - "जब आप एक अच्छी लडकी को डेट कर रहे होते हैं तो एक घंटा एक सेकंड जैसा लगता है"। जब आप लाल-गर्म अंगार पर बैठते हैं तो एक सेंकड एक घंटे की तरह लगता है। वह सापेक्षता है।"

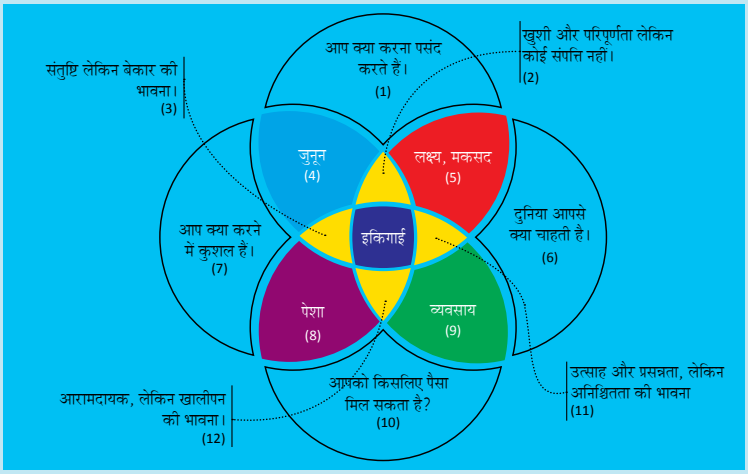
तनाव और बुढापा

जबकि निरंतर, तीव्र तनाव और बुढापा दीर्घायु का दुश्मन माना जाता है, तनाव के निम्न स्तर को लाभकारी दिखाया गया है। जो लोग 110 या उससे अधिक की उम्र तक जीते हैं, उन्होंने वृद्धावस्था में अच्छी तरह से काम करते हुए गहन जीवन जीने की बात की है।

एंटीएजिंग मनोभाव

अधिकांश डॉक्टर इस बात से सहमत हैं कि शरीर को जवां बनाए रखने का रहस्य दिमाग को सक्रिय रखना है। सबसे लंबे समय तक जीनेवाले लोगों में दो स्वभाव लक्षण पाए गए - सकारात्मक दृष्टिकोण और उच्च स्तर की भावनात्मक जागरूकता । एक कठोर रवैया - असफलता के सामने शांति भी हमें युवा रख सकती है, क्योंकि यह चिंता, तनाव के स्तर को कम करती है और व्यवहार को स्थिर करती है।

महामारी के इस परीक्षण दौर पर जहाँ मानसिक स्वास्थ्य या तो समान कहे या फिर शारीरिक स्वास्थ स से भी अधिक महत्वपूर्ण मानें वहां इकिगाई की अवधारणा सही मायने पर उतर आती हैं।



कविता

दिनेश पी.के.
अनुश्री एम.एस. के पति

एकता

अगर हम सबका दिल एक जैसा है, फिर
क्यों धर्म और रंग अलग रखते हैं।

अगर हम एक ही सूरज, चाँद और सितारों के नीचे हैं;
तो, हम इतने संघर्ष और युद्ध क्यों देखते हैं।

अगर हम एक ही हवा में साँस लेते हैं।
तब, हम प्यार, देखभाल शब्दों का प्रयोग क्यों नहीं करते।

अगर हम सबकी रगों में खून एक जैसे बह रहा हैं।
तो, क्यों हम एक दूसरे को इतना दर्द देते है।

नीतु पी.के.
आउटफिट सहायक

पानी

पीने के लिए पानी चाहिए
नहाने के लिए पानी चाहिए
हमें धोने के लिए पानी चाहिए
गदंगी को दूर करने के लिए पानी का इस्तेमाल करना चाहिए

आज देश में पानी की भारी किल्लत है
लोगों का कल्याण बहुत दयनीय है
लोगों को गाली मत दो हमें पानी का दुरूपयोग नहीं करना चाहिए।

पानी एक अनमोल पदार्थ है
यह कल के लिए प्रावधान है,
आइए जानते है इसे प्रदूषित नही करना हैं,
आओ मिलकर लड़े पानी की किल्लत से बचने के लिए

विष्णु एस
प्रबंधक

लेख

योग की समकालीन प्रासंगिकता

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

योग आज विश्व भर में बहु चर्चित विषयों में से एक है । यह भारत के प्रधान मंत्री के आहवान और योग के महत्व को स्वीकार करते हुए, संयुक्त राष्ट्र ने विश्व के 90% देशों की सहमति से दिनांक 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में घोषित किया ।

योग की ऐतिहासिक पहलू

योग भारतीय दर्शनों में से एक है । पतंजलिमुनि को आधुनिक योग के जनक के रूप में जाना जाता है । पतंजलि मुनि ने उस समय तक मौजूद सभी योग प्रथाओं को संहिताबद्ध किया और योग दर्शन को सूत्र रूप में (संक्षिप्त रूप में लेकिन सार्थकता के साथ) लिख डाला । यह योग के इतिहास में एक बडी सफलता है – राजयोग – योग का राजा। उन्होंने आम आदमी केलिए अष्टांग योग निर्धारित किया, जिसमें यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि शामिल हैं ।

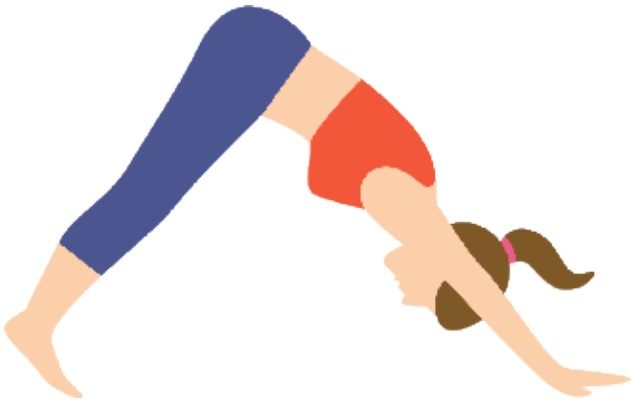
लेकिन पतंजलिमुनि द्वारा योग दर्शन लिखने के पहले ही, भारत में योग लोकप्रियता हासिल कर रहा था । पतंजलि ने योग दर्शन में अपने पहले सूत्र "अथ योगानुशासनम्" के ज़रिए उस समय के योग साहित्य के संहिताकरण की घोषणा की । सिंधु घाटी सभ्यता के अवशेषों में योग की लोकप्रियता के प्रमाण मिलते हैं । वेद, महाकाव्य और पुराण इसके प्रमाण हैं । 'हिरण्यगर्भ : समवर्तताग्रो" पद से यह अनुमान लगाया जा सकता है कि हिरण्यगर्भन योग के आदिम शिक्षक थे ।

वशिष्ठ और याज्ञवल्क्य जैसे योगियों ने यहां राज किया । वशिष्ठ भगवान राम के गुरु थे । उनके विचार ही योगवशिष्ठ नामक महान ग्रंथ के रूप में प्रसिद्ध है । श्रीकृष्णन योगेश्वरन और अर्जुन को उनके विचारों के भगवद गीता, योग शास्त्र हैं । श्री रामकृष्ण परमहंस की भक्ति सभा ने सभी धर्मों को एक माना है । धार्मिक विविधता यह कहने के समान है कि जल ही पानी है, नीर है । उन्होंने घोषणा की कि सच्चाई एक ही है । अरंविद महर्षि का समग्र योग भी प्रसिद्ध है । "दिव्य शक्ति के आगे अपने आप को समर्पित करना । यह हमें बदल देगा जैसा हम चाहते हैं । इससे बदलाव ज़रूर आएगा" – ऐसा उनका मानना था ।

योग – अर्थ और उत्पत्ति

योग शब्द "युज" धातु से बना है । इसका अर्थ है "गठबंधन करना" । योग, मन और बुद्धि, प्रकृति और मनुष्य के बीच का मिलन है । याज्ञवल्क्य कहते हैं कि यह आत्मा और

परमात्मा का मिलन है । हर जीवन में एक दिव्यता निहित है। जिंदगी में हमारा उद्देश्य इस दिव्यता को प्रकट करना है। इसे संभव बनाने केलिए बाहरी और आंतरिक स्वभाव को नियंत्रित करना होगा ।



पतंजलि ने योग को योगश्चित्तवृत्तिनिरोध के रूप में परिभाषित किया है । योग मन के विभिन्न विकारों को दूर करने का अभ्यास है । अर्थात् योग मन की गतियों को नियंत्रित करने की प्रक्रिया है । योग के बारे में लोगों को आसान शब्दों में समझाने केलिए पतंजलि ने उसका सूत्र बनाकर उसे चार प्रमुख भागों में विभाजित किया है ।

1. **समाधिपाद** - स्वरूप और लक्ष्य का वर्णन करता है ।
2. **साधनापाद** - लक्ष्य प्राप्ति के मार्गों का वर्णन करता है।
3. **विभूतिपाद** - यह योग से संभव सभी सिद्धियों पर विचार करता है ।
4. **कैवल्यपाद** - मोक्ष के स्वरूप का वर्णन करता है ।

योग के उत्पत्ति के पीछे दो मनोवैज्ञानिक कारण हैं :

1. **दु:ख की राहत और सुख की प्राप्ति** - अर्थात् दु:ख से बचने की इच्छा और शाश्वत सुख की प्राप्ति की इच्छा।
2. **जिज्ञासा** – जीवन और स्वयं की वास्तविकताओं को जानने की एक अदम्य इच्छा यही जीवन के आगे बढने का कारण है ।

"मन एवं मनुष्याणां कारणं बन्धमोक्षयो" का अर्थ यह है कि मन ही मनुष्य के बंधन, मोक्ष, सुख-दु:ख का कारण है । इस मन पर नियंत्रण सभी केलिए ज़रूरी है । मन हमेशा चंचल रहता है । लेकिन भगवान कृष्ण गीता में कहते हैं इसे वैराग्य और अभ्यास जैसे दो तारों से बांधा जा सकता है ।

मन क्या है ?

जब पानी की बूंदें लगातार एक साथ बह रही होती हैं, तो हम उसे नदी या दरिया कहते हैं । जब धागों को सूत के साथ जोडा जाता है, तो, हम इसे वस्त्र कहते हैं ।

संकल्प- विकल्प मन : इसी प्रकार, इच्छाओं और कल्पनाओं के निरंतर प्रवाह को हम मन कहते हैं ।

लेकिन यह मन कहां है ? क्या हमारे शरीर में ऐसा कोई अंग है ? यदि आप मुझसे पूछें कि क्या मन वहां है, तो वहां है । लेकिन कहां है, यह ठीक-ठीक नहीं कहा जा सकता। लेकिन रोज़मर्रा की ज़िंदगी में हमे समझ आ जाएगा, मन नहीं लगता, मन पिघलता है, मन लगाना है ऐसे मन संबंधी कई बातें ऐसे-वैसे बोलते जाते हैं । एक मायने में देखें तो मन है और दूसरे मायने में नहीं ।

चाहे आप अपने हाथों से काम करें, अपने पैरों से चलें, अपनी मुंह से बोलें, रोएं या हंसें, आपको मन में ऐसे विचार होने की ज़रूरत है । जैसा कि पहले उल्लेख किया गया है, मानव मन ऐसा ही है । मन अच्छा है तो आदमी अच्छा होगा। मन बुरा होने पर, आदमी भी ऐसा ही होगा । यह एक सार्वभौमिक नियम है । योग एक भारतीय दर्शन है जो मन को शुद्ध करने, उसे शांत रखने और व्यक्ति की सहायता और मार्गदर्शन करने में मदद करता है।

समकालीन प्रासंगिकता

दुनिया एक बृहत आत्म निरीक्षण के दौर से गुज़र रही है। कोविड महामारी ने मनुष्य को बहुत कुछ सिखाया है । तेज़ी से जीवन के प्रवाह में बाधक बनता जा रहा है । पिछले साल हमने अखबार में एक उच्च पदस्थ पुलिस अधिकारी की कहानी पढ़ी, जिसने अपने वरिष्ठ अधिकारी की कुछ टिप्पणियों को सहन करने में असमर्थ होकर घर छोड़ दिया था । वह एक उच्च प्रशिक्षित व्यक्ति है, यह किसी आम आदमी ने नहीं किया ।

क्या यह एक अकेली घटना है ? आप देख सकते हैं कि ऐसा नहीं है । कितने लोग ऐसे तनाव में से गुज़र रहे है । क्यों? पूरी दुनिया तनाव और

परेशानी में है । क्या इसके लिए नींद की गोलियों के अलावा कोई और दवा है ? ऐसे कृत्रिम नींद इसे थोडी देर केलिए दूर रखेगा? क्या यह स्थायी समाधान है ? जवाब "न" ही है ।

आपको धैर्य के साथ तनाव के स्रोत की तलाश करने और उसे वहां से निपटाने की आवश्यकता है । अगर हम इसे खोज लेंगे, तो हम अपने मन के सामने पहुँच जाएंगे । इसमें आनेवाले प्रश्न ही सबके लिए कारण है ।

भगवान राम के गुरु वशिष्ठ (योगवशिष्ठम) ने मन के ऐसे विकार को बेचैनी कहा है । पूर्वज कहा करते थे, "वह बेचैन हो गए" । इसका मतलब यह है कि दिमाग थक गया है । यह बेचैनी पाचन तंत्र, रक्त परिसंचरण और तंत्रिका तंत्र को प्रभावित कर सकता है । यानी यह जीवन शक्ति और उसके प्रवाह को प्रभावित करता है । यह धीरे-धीरे शरीर को प्रभावित करेगा । तब इसे बीमारी कहते हैं । बीमारी, बेचैनी का परिणाम है ।

बेचैनी, बीमारी में बदलने में एक अंतराल है । आवर्तक बेचैनी आत्मा को प्रभावित करते हुए, शरीर को उस असंतुलित आत्मा की गतिविधि को प्रतिबिंबित करने में लगनेवाला समय । यदि यह शरीर में परिलक्षित होता है तो यह एक बीमारी बन जाता है । ये मनोदैहिक रोग हैं ।

यह मधुमेह और कैंसर के मामले में है । ये संक्रामक रोग नहीं है, लेकिन फैलेगा । यह डर फैलाएगा । इन्हें बदलने केलिए आपको स्वाभाविक रूप से मन की बेचैनी को दूर करने की ज़रूरत है । जितना हो सके शरीर को प्रभावित करने से पहले यदि मन को शांत कर लिया जाए, तो बेचैनी बीमारी में नहीं बदलेगा। कहते हैं, मोड़ो लेकिन तोड़ो मत । मुड़े हुए को सीधा किया जा सकता है, लेकिन टूट जाए तो

मुश्किल है । टूटने की स्थिति बीमारी है । आत्म की दुर्दशा मुड़ाव है । मुड़ाव के दौरान आत्मा को अच्छी स्थिति में लाना चाहिए । यानी दिमाग को सीधा करना चाहिए । इसके लिए योग सबसे अच्छा तरीका है ।

वशिष्ठ और पतंजलि ने सिद्ध किया था कि योग 'मन को शांत" करने का सबसे अच्छा तरीका है । योगाभ्यास करनेवाला हर कोई जानता है कि यह आपके स्वास्थ्य केलिए बहुत अच्छा है । आधुनिक दुनिया मानती है कि इसके लिए यम, नियम, प्राणायाम और ध्यान सहायक होंगे। योग के जन्मस्थल से ज्यादा विदेशी लोग इसमें रुचि रखते हैं । ऐसा अनुमान है कि दुनिया में हर छह में से एक व्यक्ति योग का अभ्यास करता है । पश्चिमी लोग सटीक परिणाम देखे बिना कुछ भी स्वीकार नहीं करते। इसको लेकर दुनिया भर में तरह-तरह के शोध चल रहे हैं । अब तक योग का परिणाम सकारात्मक रहा है ।

यह वह समय है जब आधुनिक चिकित्सा की व्यापक आलोचना हो रही है। पार्श्व प्रभाव की समस्या, जिस तरह का खर्च जो आम आदमी नहीं उठा सकता, जो लोग आजीवन दवा के नियम में फंसे रहते हैं, वे वैकल्पिक चिकित्सा की तलाश केलिए प्रेरित होते हैं ।

पतंजलि मुनि ने अपने योग दर्शन में बताया है कि समाज में कैसे व्यवहार करना है ।

" मैत्रीकरुणामुदितोपेक्षाणां

सुखदु:खपुण्यापुण्यविषयाणां

भावनातश्चित्तप्रसादनम्"

जब हम बाहर जाते हैं, तो हमें समाज में चार तरह के लोग दिखाई देते हैं । जो सुख भोगते हैं, जो दु:खी होते हैं, जो अच्छा करते हैं, जो गलत करते हैं या पापी होते हैं । इस योग सूत्र के माध्यम से पतंजलि हमें बताते हैं कि यदि उनके प्रति क्रमश: मैत्री, करुणा, मुदितम और उपेक्षा का भाव होगा तो मन को शांति मिलेगी ।

जब आप लोगों को आनंद लेते हुए देखते हैं तो आपको उनके साथ मित्रता, मैत्रीपूर्ण का व्यवहार करना चाहिए ।

प्रतिस्पर्धी या शत्रुतापूर्ण का व्यवहार न करें । जब हम सड़क के किनारे चलते हैं, तो अगर कोई हमारे पास से एक महंगी कार में सवार होता है, तो आप क्या महसूस करोगे ? तब अगर नफरत आएगी तो कार चालक पर इसका कोई असर नहीं पडेगा और हमारा मन ही व्याकुल होगा । हमारे मन की

शांति चली जाएगी । अगर हम सोचते हैं कि कार चालक हमारा दोस्त है और उसने हमें देखा नहीं इसलिए कार नहीं रोका, तो उस घटना का हमारे दिमाग पर कोई असर नहीं पड़ेगा ।

जब हम दु:खी लोगों को देखते हैं तो हमारी प्रतिक्रिया क्या होनी चाहिए ? पतंजलि कहते हैं कि उनसे करुणा जताएं। हो सके तो मदद करें । यदि नहीं, तो सहानुभूति प्रकट करें। यह हमारे मन को शुद्ध करता है । जब आप किसी को अच्छे कर्म करते देखते हैं तो आनंदित हो जाइए। अक्सर हम ऐसे करनेवाले व्यक्ति के चरित्र पर नज़र डालते हैं और हमें घृणा का अनुभव होता है । यह हमारे दिमाग पर भी भारी पडेगा ।

यदि आप बुराई करते हुए देखते हैं, तो उसके साथ किसी भी तरह से न जुडें । यदि प्रतिक्रिया करना हमारी क्षमता से परे है, तो उपेक्षा भाव पर रहें । हमारे मन का आनंद नहीं जाएगा। अपने चारों ओर हम देखते हैं कि मन इतना सिकुड़ गया है कि केवल धार्मिक या राजनीतिक रूप से ही सब कुछ देखा जाता है । धर्म और राजतंत्र पर शुद्ध आध्यात्मिकता हावी होनी चाहिए । गैर-धार्मिक, केवल शुद्ध आध्यात्मिकता के साथ के योग को धार्मिक रूप से छापा लगाके उसमें पानी मिलाने की प्रवृत्ति अच्छा नहीं है ।

विवेकानंद स्वामी केलिए योग मानव विकास का सचेत त्वरण है । जब अरविंद महर्षि कहते हैं कि जीवन ही एक योग है, स्वामी शिवानंदन कहते हैं कि योग अच्छा बनो, अच्छा करो है । सत्यानंद स्वामी ने कहा कि योग मन, वचन और कर्म के बीच सामंजस्य का मेल है । यह नहीं भूलना चाहिए कि योग माने चमत्कारों का प्रदर्शन है, अभ्यास का प्रदर्शन है और अन्य सिद्धांतों का प्रचार यहाँ किया जा रहा है। लेकिन यहां केवल इतना ही कहा जा सकता है कि योग में मानव जीवन के सभी पहलुओं को प्रभावित करने की क्षमता है। योग में शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक, सामाजिक और आध्यात्मिक आयाम हैं । विश्व स्वास्थ्य संगठन भी ऐसी व्यापक स्वास्थ्य योजना की कल्पना करता है ।

योग आज की शिक्षा प्रणाली में बहुत महत्वपूर्ण है । आधुनिक शिक्षा प्रणाली विज्ञान और प्रौद्योगिकी पर ज़ोर देती है, जिससे भौतिक उन्नति होती है, लेकिन नैतिक एवं आध्यात्मिक मूल्यों को शामिल करने और स्वस्थ जीवन शैली को बढावा देने में पूरी तरह से अनदेखा किया जा रहा है । इस स्थिति में, शरीर, मन और आत्मा के समग्र विकास को समान बनाने, उस तरफ मानव मूल्यों की क्षति रोकने हेतु आधुनिक शिक्षा प्रणाली में योग को एकीकृत करने की तत्काल आवश्यकता है । आज की शिक्षा प्रणाली में योग शिक्षा के एकीकरण में दृष्टिकोण और व्यवहार को एकीकृत करने, तनाव और परेशानी से छुटकारा पाने, एक स्वस्थ जीवन शैली का निर्माण करने, उच्च नैतिक चरित्र का निर्माण करने और छात्रों के परिष्कृत व्यक्तित्व को विकसित करने तथा मानवीय मूल्यों को स्वीकार करने का कार्य किया जा सकता है । एक संपूर्ण कल्याण । इसलिए हमें शिक्षा में योग के महत्व को समझना है और इसे एक शिक्षण के रूप में प्रस्तुत करना है, इस प्रकार पाठ्यचर्या एकीकरण प्रकिया पर ध्यान केंद्रित किया जाना चाहिए ।

याद रखें कि भगवान कृष्ण व्यावहारिक ज्ञान के सर्वोच्च स्वामी थे जिन्होंने जीवन में सफलता का अंतिम रहस्य "योग : कर्मसुकौशलम" का महान मंत्र सिखाया । (हमारे आनेवाली पीढ़ियों को यह नहीं भूलना चाहिए कि "कौशल" शब्द में क्षमता एवं विशेषज्ञता के सार्थक स्तर भी हैं ।

डॉ राधाकृष्णन की टिप्पणी है कि 'योग क्रिया में कौशल है। मेदिनीकोशकारन भी उपरोक्त अर्थ से सहमत हैं।)" साधारण व्यक्ति और अनुयायी बने बिना ही, उच्च व्यक्तियों के रूप में, सर्वोच्च प्रतिभाशाली बनकर, वे जीवन में सफल हों ।

कविता

लीला पी वी
वैशाख के वी की माँ

प्यास

सूखी धरती पर वो चलता है।
एक बूंद पानी केलिए
पैर की घाव से
खून आता है।
वह खून तेज़ी से
अप्रत्यक्ष हुआ
उसने ध्यान नहीं दिया
गर्म सूर्य के नीचे
एक मटका लेकर वह
चलता रहा।
पानी के नल के पास
पहुँचा और वो नल खोला पर,
उसका मटका टूट गया।

अश्वती के वी
वैशाख के वी की बहन

अकेले

चाँदनी रात,
शानदार तारों से भरा आसमान
मैं यहाँ हूँ
सागर की लहरों से आनेवाली ठंडी हवा
गले लगाकर...
देखते रही हूँ मैं
अंधकार में डूबते हुए
काली रात को।
रास्ता स्पष्ट नही है।
पर मैं चलता हूँ
मैं सुनता हूँ
दूर से आनेवाली
कुत्ते की भौंकने की आवाज़।
समय चला गया मैं उठा सभी एक सपना जैसा लगा।

लेख

एम के पीटर
सदस्य संकाय

मर्चेंट जहाज़ पर ऑटोमेशन का परिचय

टाइटैनिक के वे दिन गए जब ऑइलमैन हर समय घूमने वाले भाप इंजन के बॉयलर के नीचे कोयले को फिर से भरने के लिए गर्म इंजन के कमरे में चौबीसों घंटे खड़ा रहता था। अब स्वचालन का युग है। स्वचालन को इष्टतम समय उपयोग और सुचारू कार्य वातावरण की आधुनिक संयोजन के साथ देखा जाना है।

आधुनिक जहाज़ों के मशीनरी स्थान को यू.एम.एस (अनमेंड मशीनरी स्पेस) कहा जाता है। वॉच कीपिंग मरीन इंजीनियर अधिकारी भारी तेल से चलने वाले प्रणोदन (प्रोपल्शन) इंजन और उसके सहायक के मापदंडों की निगरानी करता है।

ई.सी.आर (इंजन नियंत्रण कक्ष) नामक वातानुकूलित केबिन से मशीनरी की पैंतरेबाज़ी की जा सकती है। ई.सी.आर आम तौर पर या तो आगे या इंजन कक्ष के किनारे और ब्रिज में भी स्थित होता है। ड्यूटी पर तैनात मरीन इंजीनियर, रेटेड मापदंडों के साथ रीडिंग को सिक्रोनाइज़ करके नियंत्रण कक्ष के पीछे बैठे उपचारात्मक उपायों का सहारा ले सकते हैं।

नियंत्रण कक्ष में गेज, मीटर, रेगुलेटिंग वाल्व और दूर से संचालित बटन प्रक्रियाओं को सुविधाजनक बनाते हैं, और हर दिन शाम 5 बजे मशीनरी स्पेस को बंद कर दिया जाता है और मुख्य अभियंता को चाबियां सौंप दी जाती हैं, जबकि जहाज़ यात्रा जारी रखता है।

यह बहुत आश्चर्यजनक बात है कि क्रैंककेस के स्थान से लेकर मुख्य प्रणोदन (प्रोपल्शन) इंजन के सिलेंडर हेड कवर तक पहुंचने के लिए एक व्यक्ति को कई सीढ़ियां चढ़नी पड़ती हैं। जब इंजन सिलेंडर हेड को खोला जाता है, तो दो या तीन ग्रीसर आसानी से डी-कार्बोनाइजिंग के लिए सिलेंडर में प्रवेश कर सकते हैं और यदि पिस्टन बी.डी.सी (बॉटम डैड सेंटर) पर है तो उनके बाल तक भी दिखाई नहीं देंगे। और अफसोस! स्वचालन (ऑटोमेशन) के अस्तित्व में आने के कारण अब ये विशाल मोटर उंगली के आकार के नियंत्रण लीवर (जॉय स्टिक) की धुन पर नृत्य करते हैं

अगर लाक्षणिक रूप से कहें तो स्टीयरिंग व्हील आधुनिक जाहज पर लगभग एक संग्राहालय का टुकड़ा है। स्टीयरिंग को ऑटो-पायलेट के साथ लॉक किया जा सकता है और वॉच कीपिंग ऑफिसर एक आरामदायक हल्की नींद के लिए जा सकता है, केवल कुछ घंटों के बाद वह अगले विश्राम पत्तन को देखने के लिए जा सकता है।

प्रेशरस्टैट्स, थर्मोस्टेट, न्यूमेटिकली और हाइड्रॉलिक रूप से नियंत्रित वाल्व, सोलनॉइड, ट्रांसड्यूसर और सिमुलेटर स्वचालन में शामिल मुख्य घटक है और हाल ही में कंप्यूटरों ने जहाज़ और उसकी मशीनरी के साथ हो रही हर चीज को उनकी मॉनिटर में प्रदर्शित करते हुए मास्टर कंट्रोल शिप की गतिविधियों को अपने हाथ में ले लिया है।

अब स्वायत्त (ऑटोनॉमस) जहाज़ प्रचलन में हैं जहाँ जहाज़ को चलाने के लिए किसी श्रम शक्ति की आवश्यकता नहीं है। कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड के लिए यह गर्व की बात है कि हम भारत में पहली बार स्वायत्त (ऑटोनॉमस) जहाज़ का निर्माण कर रहे हैं।

कविता

हमारा प्यारा कोचीन शिपयार्ड

रमेष पी एस
वरिष्ठ प्रबंधक

पचास साल से अरब सागर की रानी कोच्ची में,
भारतमाता की बेटी केरल का गौरव स्तंभ बना-हमारा
कोचीन शिपयार्ड।
सारे जहान के लिए जहाज़ का
निर्माण निरंतर करता - हमारा कोचीन शिपयार्ड।

आई एन एस विक्रांत को जन्म दिया,
हमारा ईमान कोचीन शिपयार्ड।
अपना पसीना बहाकर कर्म किया,
हमारी शान कोचीन शिपयार्ड।

इस ऐतिहासिक क्षण में हम याद करें,
उन सज्जन पूर्वजों को जिन्होंने जो बीज बोया,
वह एक बडा पेड़ बनकर छाया चारों
ओर ख्याति बिखेरती है - हमारा कोचीन शिपयार्ड ।

पचास साल के इस शुभ अवसर पर
हम खुशियाँ बाँटे और प्रतिज्ञा करें कि
हम मिलकर आगे बढ़े और नई ऊँचाइयों को छूने
की कोशिश करें पूर्वजों का सपना सच करे,
हमारा कोचीन शिपयार्ड ।

परिप्रेक्ष्य

विजित के.के.
एसएफटीई

हर कोई जीवन का अनुभव करता है,
लेकिन, एहसास भटक जाता है,
विचारधारा और दृष्टिकोण
जीवन को आकार देता है।।

उनके प्रवाह में सुख आता है,
फिर भी हम "बढ़ना" चुनते हैं,
जो अर्थ हम अपने आयोजनों को देते,
तय करते हैं, कैसे वे हमें प्रभावित करते ।।

नज़रिया ही सारा खेल खेलता है,
चुपचाप, हमारी अज्ञानता में खुद को बनाता है,
बचपन से लेकर बुढ़ापे तक
हम रहते है इसके पिंजरे में।।

व्यवहार छुपाती सच्चाई हमारी,
हालांकि, खोजते हैं हम इसे मृत्यु तक।
शुरू से अंत तक कई मुश्किलें झेलते,
तो दोस्तों, ज़रा गौर करें...
क्या हमें, इस बारे में गंभीर नहीं होना चाहिए...।

क्रिसल बिनु
बिनु कुरियाकोस की सुपुत्री

सफरनामा

कोडैकनाल की यात्रा

हमने अपनी यात्रा सुबह जल्दी शुरू की, मौसम ठंडा और सुहावना था। यात्रा बहुत सुखद थी और हम सुंदर प्राकृतिक दृश्यों और सुबह के नाश्ते के लिए बीच में रुक गए। लगभग 10 बजे हम इडुक्की में रिपल झरने पर पहुँचे। यह क्रिस्टल साफ पानी वाला एक सुंदर झरना था और हमने इसका आनंद लिया। जिपलाइन और फिश स्पा जैसे ढेर सारे मनोरंजन थें। बाद में हमने अपनी यात्रा जारी रखी और हम पूपारा पहुँच गए। पूरी तरह से आच्छादित चाय बागान और शुद्ध अछूती प्राकृतिक सुंदरता के साथ एक खूबसूरत जगह। हमने कुछ तस्वीरें लीं और इत्मीनान से एक छोटी सी सैर की। दोपहर 3 बजे तक हम केरल और तमिलनाडु की सीमा पर पहुंच गए। केरल की सभी परंपराओं को छोड़कर तमिलनाडु में प्रवेश करना एक रोमांचक पल था। तमिलनाडु की सुंदरता को प्रकट होते देखना अपने आप में एक सौंदर्य जैसा था। समय बीतता गया और हम शाम तक कोडैकनाल की तलहटी की पहाड़ियों पर पहुँच गए। कोडैकनाल एक ऐसा स्थान है जो अपनी समृद्ध वनस्पतियों के लिए जाना जाता है। नाशपाती के पेड़ असंख्य हैं और फल उच्च गुणवता वाले हैं। कोडैकनाल को पहाड़ियों की राजकुमारी के रूप में जाना जाता हैं। कोडैकनाल और उसके आसपास की चोटियाँ हमेशा धुंध की मोटी परतों से घिरी रहती हैं, जो एक स्वप्निल, शीतल और सुंदर वातावरण सृजित करती हैं। अगले दिन, हमने सुबह 9 बजे अपनी यात्रा शुरू की। हम साइलेंट वैली व्यू पॉइंट कोडैकनाल में सांस लेते हुए दर्शनीय स्थल पर पहुंच गए। यह निकटतम पहाड़ियों और पहाड़ों का एक सुंदर मनोरम दृश्य प्रस्तुत करता है। उसके बाद हम फायर टावर देखने के लिए आगे बढ़े। एक जगह एक मीनार था जो अंग्रेजों द्वारा किसी जंगल की आग पर नज़र रखने के लिए बनाई गई थी। फिर हमने बेरिजान झील की यात्रा की। यह झील स्लुइस आउटलेट वाले बांध द्वारा बनाई गई है, यह माइक्रो वाटरशेड विकास परियोजना का एक हिस्सा है। झील में कुछ समय बिताने के बाद हम कैप्स फ्लाई वैली में चले गए। हमने पत्ते फेंके और तेज हवाओं के कारण यह हमारे पास ही वापस आ गया। यह एक ऐसी जगह है जहां हम सभी ने पहाडियों और जंगल की असली सुंदरता की प्रशंसा की। उस जंगल में कई जनजातियां रहती थीं। फिर हम गोल्फ कोर्स पहुंचे। एक ऐसी जगह है जहां हमने खेला और मस्ती करते हुए इधर-उधर भागते रहे। यह हरियाली से आच्छादित स्थान था। फिर वह स्तंभ चट्टान थी जिसे हमने अगली बार देखा था। उन स्तंभो का भी एक इतिहास था। फिर गुना गुफाओं में, जिसे प्रसिद्ध कमल हासन के फिल्म से नाम मिला। यह एक ऐसा स्थान भी है जहां पांडवों ने खाना बनाया था इसलिए इसे डेविल्स किचन भी कहा जाता है। वह स्थान चीड़ के जंगल से आच्छादित था और हमने चीड़ के शंकु एकत्र किए। यह एक अद्भुत जगह थी। हम वास्तव में तापमान का आनंद ले रहे थे। और अंत में कोडाई झील तक जो कोडैकनाल के केंद्र में स्थित थी। यह वास्तव में एक खूबसूरत जगह थी। मौसम इतना अच्छा था कि हमें बार-बार वहां जाने के लिए आकर्षित करता है। कोडैकनाल में काफी समय बिताकर हमने अपनी वापसी की यात्रा शुरू की। कोडैकनाल की यात्रा हमारे लिए अविस्मरणीय और सुखद स्मृति थी।

सफरनामा

मेरी दिल्ली यात्रा

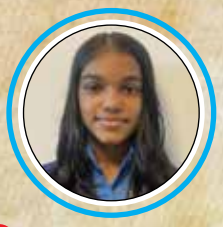
मेघा मनोहरन
सुजीत एन.पी. की सुपत्नी

दिल्ली की यात्रा करने का जब पहली बार मुझे मौका मिला तो बडी खुशी हुई। मेरे पति तो दिल्ली के इंदिरा गान्धी अन्तर्राष्ट्रीय विमान पत्तन में काम करते थे। शादी के तीन महीने बाद वे मुझे दिल्ली लेकर आए थे। हमारी यात्रा तो रेलगाडी में थी। मन में पहली बार दिल्ली देखने का आनंद उभर रहा था। दिल्ली में पहुँचते ही हम एक टैक्सी पकडकर सीधे महीपालपुर पहुँच गए क्योंकि मेरे पति और उनके दोस्त वहाँ रहते थे। वहां से सीधा हमारे नए घर में पहुँच गए। दो-तीन दिन से बहुत थकान महसूस हो रही थी इसलिए हमने उस दिन पूरा विश्राम किया।

दिल्ली में पहला दिन तो मेरे लिए बहुत खास था क्योंकि हम सबसे पहले इंडिया गेट देखने गए थे। उस समय मन में आनंद के साथ-साथ एक गर्व का एहसास हो रहा था। मन में ऐसा लगा कि ज़ोर से सबके सामने खड़े होकर वन्देमातरम गाऊं। मैंने तो टीवी और फिल्म में ही इंडिया गेट देखा था जब उसके सामने खडी हुई तो मन में विश्वास ही नहीं आ रहा था कि मैं दिल्ली में हूँ। इंडिया गेट देखने के बाद वहाँ के एक होटल से खाना खाने के बाद सीधा घर चले गए थे। अगले दिन तो हम कुतुबमिनार देखने चले गए। कुतुबमिनार की सुन्दरता देखकर मन में विशेष प्रकार का आनंद उत्पन्न हो गया था

उसकी ऊँचाई को देखकर मैं तो चकित हो गई थी। वहाँ पहुँचकर मुझे यह मालूम हुआ कि इन सभी खूबसूरत जगहों की वजह से ही दिल्ली इतनी प्रसिद्ध बन गयी थी। तीन-चार महीने दिल्ली रहने के बाद हम वापस अपने गाँव पहुँचे। बीते हुए वो तीन-चार महीने मेरी जिन्दगी का एक यादगार पल बन गया। ताजमहल, कुतुबमिनार, इंडिया गेट इन सभी जगहों के नाम से ही हमारी राजधानी दिल्ली इतनी प्रसिद्ध है। अभी तो मेरे पति कोचीन शिपयार्ड में काम करते है तो हम भी उनके साथ ही रहते है। अभी मेरे मन की आशा यह है कि मैं अपने परिवार के साथ दोबारा एक बार फिर दिल्ली जाऊँ यहीं मेरा सपना है।

कविता



माँ की लाड़ली

रिबेका वी एस
सनिल पीटर की सुपुत्री

सूरज की पहली किरण
जैसे ही धरती पर गिरती
आँख खोलने से पहले ही
बड़े प्यार से गले लगाती।
दिन भर मां के पीछे फिरती
हर घंटे बक-बक सुनती
छोटी-छोटी बातों पर भी
भैया को छेड़ती चिल्लाती।
पायल की छम-छम सुनाती
नाच-नाचके दिल बहलाती
माँ को मिला तौफ़ा ईश्वर का
सबके प्यारी माँ की लाड़ली।

ग्रीष्मा ए.आर
आउटफिट सहायक

बढ़े चलो

फूल बिछे हों या कांटे हों
राह न अपनी छोड़ो तुम।
चाहे जो विपत्तियाँ आएं,
मुख को ज़रा न मोड़ो तुम।
साथ रहे या रहें न साथी,
हिम्मत मन न छोड़ो तुम।
नहीं कृपा की भिक्षा मांगो,
कर न दीन बन जोड़ो तुम।
बस ईश्वर पर रखो भरोसा,
पाठ प्रेम का पढ़े चलो।
जब तक जान बनी हो तन में,
तब तक आगे बढ़े चलो।

सफरनामा

महाबलीपुरम
पांडिचेरी यात्रा

देवना के चलना
किरण टी. राज की सुपुत्री

वर्ष **2019,** क्रिसमस की छुट्टी थी। हमने चेन्नई होते हुए महाबलीपुरम और पांडिचेरी जाने की योजना बनाई। उसके लिए हमने 24.12.2019 को कोचीन एयरपोर्ट से चेन्नई के लिए प्रस्थान किया। वहाँ हम अपने मौसी के घर में रुके थे। अगले दिन सुबह हमने उनकी कार ली और महाबलीपुरम की यात्रा शुरू की। हम ई.सी.आर (ईस्ट कोस्ट रोड) पर गए जो बहुत ही सुखद था। हम बंगाल समुद्र की खाड़ी के किनारे से गुज़र रहे थे और पूरी यात्रा के दौरान समुद्र की हवा लगातार बह रही थी, रास्ते में हमने मगरमच्छ पार्क देखा। इसमें हज़ारों दुर्लभ प्रजाति के मगरमच्छ, गैलापागोस, कछुआ और इगुआना थे। चेन्नई - महाबलीपुरम 58 किलोमीटर का सफर था। हम दोपहर में महाबलीपुरम पहुंचे और समुद्र के पास एक रिसॉर्ट में रुके। महाबलीपुरम 7 वीं और 8 वीं शताब्दी में पल्लव राजा द्वारा बनाया गया शहर है। इसकी मूर्तियों पर चीनी प्रभाव भी है। आराम करने के बाद, शाम को हम अर्जुन की तपस्या और कृष्ण की बटरबॉल पर चले गए। कृष्ण की बटरबॉल एक छोटी पहाड़ी पर संतुलित एक विशाल शिलाखंड है जो एक वास्तविक आश्चर्य है। गंगा के अवतारण के ऊपर से हम पूरे महाबलीपुरम को देख सकते हैं। रात में हम शोर मंदिर गए। यह ग्रेनाइट से बना एक मंदिर है जो बंगाल समुद्र की खाड़ी के तट पर है। भारी ठंडी हवा हमेशा मंदिर तक जाती है। अगले दिन हम समुद्र तट पर गए और ढेर सारे गोले एकत्र किए। विभिन्न प्रकार और आकार के गोले जो हम अरब सागर में नहीं देख सकते थे वे भी थे, फिर हमने अपने कमरे खाली किए और पांडिचेरी की यात्रा शुरू की। रास्ते में हमने पाषाण मूर्तियों से बने पाँच रथों को देखा।

लगभग 4 बजे हम पांडिचेरी पहुँचे। यह 1954 तक एक फ्रांसीसी औपनिवेशिक समझौता था, जो अब एक केंद्र शासित प्रदेश है और सरकार द्वारा संरक्षित है। इसमें पेड़-पंक्तिबद्ध सडकें और सरसों के रंग के औपनिवेशिक विला हैं। बंगाल समुद्र के किनारे एक समुद्र तटीय सैरगाह चलती है और 4 मीटर ऊंचे गांधी स्मारक सहित कई मूर्तियाँ गुज़रती हैं। चूंकि यह दिसंबर का अंत था, इसलिए शहर नए साल के जोश में था और रोशनी से भरा था। हम समुद्र के किनारे श्री अरबिंदो आश्रम के पार्क गेस्ट हाउस में रुके थे। यह गेस्ट हाउस बहुत साफ सुथरा और शांत है। वहाँ एक बगीचा है, इसमें फूल, मछलियों और देवी की मूर्तियाँ स्थापित हुई एक तालाब है। अगले दिन हम अरबिंदो आश्रम, राजभवन और विनायक मंदिर गए। इसके बाद हम पारडैस बीच गए। जैसा कि नाम से पता चलता है कि यह एक वास्तविक स्वर्ग है जो लैगून, हरियाली और नारियल के खेतों से घिरा हुआ है। हमने लहरों में खूब मस्ती की और मैंने ढेर सारे गोले एकत्र किया । हम 28 दिसंबर को लौटे। बहुत यादगार रहा सफर...

लाज़वाब ज़ायका

मोली. वी.जी
ग्रीष्मा ए.आर. की माँ

टमाटर भात

सामग्री

1) टमाटर - 1/2 किलो
2) हरीमिर्च - 4
3) अदरक - लहसुन पेस्ट - 2 चम्मच
4) जायफल, दालचीनी, काली मिर्च, इलायची - आवश्यकतानुसार
5) हल्दी पाउडर - 1/2 चम्मच
6) लाल मिर्च पाउडर - 1/2 चम्मच
7) गरम मसाला - 1/2 चम्मच
8) घी - 3 चम्मच
9) प्याज़ - 2
10) बसमती चावल - 1 गिलास

(1 गिलास के लिए $1^{1}/_{2}$ गिलास पानी में नमक डालकर)

बनाने की विधि

गैस जलाकर पानी गरम करें। घी डालें। सामग्री 4,5,6 और 7 डालें मिलाए। प्याज़, अदरक-लहसुन पेस्ट, हरी मिर्च आदि डालें। धीमी आँच में तलें। टमाटर डाल कर अच्छे से पकांए। उसके बाद चावल डाल कर अच्छे से मिलाएं। गैस बंद करें। 10 मिनट बाद परोसें।

सामग्री

1. प्याज़ - 3, (बारीक कटा हुआ)
2. लहसून - अदरक पेस्ट - 3 चम्मच
3. जायफल, दालचीनी, सौंफ, इलायची, लौंग - ज़रूरत के हिसाब से
4. घी - 2 चम्मच
5. मिर्ची पाउडर - 2 चम्मच
6. हल्दी पाउडर - 2 चम्मच
7. नमक - जरूरत के हिसाब से
8. चिक्कन - 1 किलो, छोटे टुकडे
9. चावल - 1 किलो (बासमती चावल)
10. चिक्कन मसाला - 2 चम्मच
11. टमाटर
12. नारियल का तेल - 5 चम्मच
13. पानी - 1 गिलास के लिए $1^{1}/_{2}$ पानी के हिसाब से ।

शीजा सोमन
श्रीजित सोमन की माँ

कुकर बिरियानी

बनाने की विधि

गैस जलाएँ । कुकर गरम करें। घी डालें। घी गरम होने के बाद सामग्री 3 डाले। उसके बाद अदरक-लहसुन पेस्ट डाले और धीमी आँच में तले। उसके बाद सामग्री 5,6 और 10 मिलाएं। नारियल का तेल डाले और अच्छी तरह मिलाएं, टमाटर और चिक्कन डाले, मसाला और चिक्कन को ठीक से मिलाए और 2 मिनिट ढक कर रखें। चावल के हिसाब से पानी डालें, पानी उबलने के बाद नमक डालें। फिर चावल डालें, कुकर बंद कर के 2 विसिल का इंतजार करें। गैस बंद करे। प्रेशर निकल जाने के बाद परोसें।

राकेश एन
प्रबंधक

सफरनामा

ऊटी यात्रा वृत्तांत

कोविड-19 ने हम सभी को लगभग 2 वर्षों तक नजरबंद (हाउसअरेस्ट) रखा था। विरले ही हम अपने नियमित स्थानों जैसे घर और कार्यालय से बाहर जाते थे। स्कूल जाने वाले बच्चों के लिए तो यह और भी बुरा हाल था। वे सचमुच घर में नज़रबंद थे। सब केलिए न केवल शरीर, बल्कि मन भी नज़रबंद था। इस एक रस्ता को काटने के लिए एक पारिवारिक यात्रा की योजना बनाई गई थी। जब अप्रैल 2022 में कोविड-19 की तीसरी लहर कम हुई थी, यात्रा की योजना बनाई गई थी। चूंकि गर्मी का मौसम था, इसलिए गंतव्य को अंतिम रूप देना बहुत कठिन नहीं था। सर्व सम्मति से चुना गया'ऊटी' - हिल स्टेशनों की रानी। मैं यहां ऊटी की यात्रा के अपने अनुभव को साझा नहीं करने जा रहा हूं, लेकिन दो साल की अवधि के बाद की यात्रा की अपनी भावनाओं को मैं साझा करने जा रहा हूं।

यह पहली बार है जब मैं खुद या मैं अपने परिवार के साथ ऊटी जा रहा हूं। चूंकि हमारा घर केरल के मलप्पुरम में है, ऊटी की यात्रा करना अगले जिले की यात्रा करने जैसा है, क्योंकि नीलगिरी और मलप्पुरम साथ लगा हुआ जिला हैं। हमारी यात्रा में 4 वयस्क और 5 बच्चे थे। हम घर से 23 अप्रैल 2022 की सुबह 7 बजे कार से ऊटी के लिए प्रस्थान प्रारंभ किया। कार न केवल हमें अपने समय के अनुसार यात्रा करने की आजादी दे रही थी, बल्कि हमें जितना हो सके भीड से बचने में मदद करती थी। कोविड-19 के बाद, अपने वाहन का उपयोग सामान्य हो गया है। हम 11 बजे तक गूडल्लूर पहुँच गए और 12 बजे ऊटी। अपने रिसॉर्ट के रास्ते में, हमने चीडक़े जंगल का दौरा किया था। हमने 3 बजे तक रिसॉर्ट में चेक इन किया और शेष दिन रिसॉर्ट में और उसके आस पास बिताया।

ऊटी में सभी स्थानों को कवर करना हमारा इरादा नहीं था। इसके बजाय, हमारा इरादा जलवायु का आनंद लेना और परिवार के साथ शांत मन से समय बिताना था। शाम को हल्की बारिश हुई और सूर्यास्त के साथ ठंड शुरू हो गई। तापमान 16 डिग्री सेल्सियस रहा। रिसॉर्ट में बच्चे खेल रहे थे तभी स्टाफ ने आकर बताया कि रिसॉर्ट के पास एक जंगली भैंसा (बाइसन) चर रहा है। हम सब जंगली भैंसा देखने गए और वो शानदार नजारा था। अगले दो दिन टॉयट्रेन, बॉटानिकलगार्डन, रोज़ गार्डन, बोटहाउस आदि कुछ जगहों पर जाकर हमने अपना समय ऊटी में बिताया। बच्चों ने इन जगहों का आनंद उठाया। हालाँकि ऊटी में सभी पर्यटन स्थलों का अत्यधिक व्यवसायीकरण किया जाता है, यहाँ तक कि हम वयस्कों ने भी स्थानों का आनंद लिया। हो सकता है हमारा मन भी दो साल की कैद से मुक्त होना चाहता हो। घर लौटते समय, हमने पाइकारा झरने का भी दर्शन किया।

मुझे पता है कि ऊटी की यात्रा का अनुभव आपको तभी मिलेगा जब आप ऊटी जाएंगे। जैसा कि मैंने पहले बताया, मेरा इरादा ऊटी यात्रा के अनुभव को साझा करने का नहीं था। मेरा इरादा यह बताना था कि 2 साल के नजर बंद के बाद यात्रा का अनुभव कैसा होगा। मैं समझता हूं कि इस समय यह अधिक महत्वपूर्ण है। कोविड-19 के कारण यात्रा करते समय हमारे मन में अभी भी कुछ प्रतिबंध हो सकता है। लेकिन एक यात्रा से प्राप्त ताज़ा और कायाकल्प भावनाओं के साथ, यह प्रतिबंध के खिलाफ लडऩे और यात्रा पर जाने की शक्ति मिलेगी। इतने लंबे समय के बाद की यात्रा ने हमारे मन में स्वतंत्रता की भावना पैदा की थी। साथ ही इस यात्रा ने मन में भविष्य को आशा की दृष्टि से देखने की ललक पैदा कर दी थी। समाप्त होने से पहले यहां यह उल्लेख करना महत्वपूर्ण है कि हमें यात्रा के दौरान हर समय कोविड-19 उपयुक्त उपायों का पालन करने के महत्व को समझना होगा। तो कृपया मुझे प्रसिद्ध यात्री इब्नूबतूता का प्रसिद्ध उद्धरण कहकर यहीं रुकने दें "यात्रा - यह आपको पहले गूंगा छोड देता है, फिर आपको एक कहानीकार में बदल देता है".....।

कहानी

स्लेटी शलूके में वह महिला

अमला एड्वर्ड
सहायक प्रबंधक

जैसे ही लाल मर्सिडीज़ का दरवाजा बंद हुआ और गैस स्टेशन से बाहर टीएक्स-45 राजमार्ग पर आगे बढ़ी तो उसने अपने मन में उत्पन्न होने वाले अकेलेपन के सभी मार्गों को पीछे छोड़ दिया। जंगल में जहाँ बारिश की बूंदे शर्म से झुकी सूरज की किरणों पर पड़ने लगी, तो उसने दिल से फुसफुसाया कि उसे वह मिल जाएगा जिसे उसने ऑस्टिन में खो दिया था। जब वह हाईवे पर लट्ठों को ले जा रहे एक बड़े ट्रेलर से गुज़र रही थी, तब उसके दिमांग में एम्बुलेंस का रोता हुआ सायरन और कार्यालयीन वाहनों की चीख-पुकार और कठोर बूट कदमों की गड़गड़ाहट उसके दिमाग में कौंध गई। उसने अपनी गाड़ी की खिड़कियां खोल दी ताकि ताज़ी हवा के ठंडे झोंके से उसके भीतर की चिंताओं की आग को मिटाया जा सके।

वह पेड़ों के लंबे मेहराब के नीचे जंगली गंध और बारिश में भीगे पत्तों को पार कर गई जो अगले कुछ दिनों के लिए या जीवन भर के लिए उसके निवास का मार्ग बना। उसकी मर्सिडीज़ जंगल से सरकने पर टहनियों की आवाज़ सुनाई दी और उसने आखिरकार ट्रैविस झील की एक झलक देख ली। छत् के फलक के साथ चेरी की रोशनी में जगमगाता हुआ लकड़ी की कुटिया का नज़ारा, जो भारी बारिश में भीगा हुआ घने झाड़ीदार सरू से घिरा हुआ था जिसने उसकी घायल आत्मा को तसल्ली दे दी। उसने अपनी कार को लकड़ी की कुटिए के ठीक सामने रोक दिया जो किनारे से कुछ फीट की दूरी पर खड़ा था। एक पल के लिए जैसे ही उसने खोलने के लिए कार के दरवाज़े पर अपना हाथ रखा, उसने ट्रैविस झील की ओर नज़र दौड़ाई सिर्फ इसलिए कि क्या यह तट, कुटिया, झाडीदार सरू और मिट्टी की गंध वाली हवा उसे वापस उस स्थिति में लाएगी। लेकिन जो कुछ उसने आंखों के सामने देखा वह खून से टपकती हथेली थी जो एम्बुलेंस के अंदर ले जाते समय स्ट्रेचर से गिर गई थी। यह सोचकर वह अचानक कांपते हुए बेहोश हो गई, जिससे वह कार के अंदर और पांच मिनट के लिए फंस गई। उसने अपना शलूका ऊपर की ओर खींचा और सीट पर बैठ गई फिर 2 डॉलर की वेंडिंग कॉफी की चुस्की ली ओर धीरे से अपना सेल फोण ग्लव बॉक्स के अंदर फेंक दिया। जैसे ही बारिश धीमी हो गई, वह कार से बाहर निकलकर झील के किनारे पर चली गई और अपनी हथेलियों को अपनी कोहनी पर कसकर पकड़ लिया। वह दलदल के कशीदाकारी पत्थर के रास्ते से पैदल चलते धीरे-धीरे शांत हो गई जैसे कि वह गलियारे से नीचे चली गई हो। चिड़ियों की चहचहाहट, चींटियों की गड़गड़ाहट, झींगुर की बड़बड़ाहट, झील की मंद बहती हवा, जिसने उसके चेहरे से झालर उड़ा दिए। इस अनुभव ने उस पुराने पल की याद दिला दी जब उसने सेंट लुईस में अपनी शादी का घूंघट उठाया था। उसने उदासीन रूप से अपने हाथ के पोशाक को हटाया और अपनी उंगली की अंगूठी को देखा, उसे कुछ ढ़ीला किया और उसे सूंघकर देखा कि क्या वह ऑस्टिन में खोई हुई किसी चीज़ की याद दिला सकती है। जब वह किनारे पर खड़ी हुई, उसने इत्मीनान से अपने जूते उतार दिए और उसका कोमल पैर धरती को छू गया। वह दृढ खड़ी रही, मिट्टी से चिपकी हुई और केवल एक हथेली भर पानी लेने के लिए वह झुकी और उसने उस पानी को बहते नीर में डाल दिया।

एक बार फिर उस बहाव को देखते हुए वह अपनी कार की ओर वापस जाने के लिए मुड़ी और अपने चमड़े के थैले को उठाया जो कभी उनका था। उसने ऊंचे खड़े लकड़ी की कुटिए की ओर का हर कदम बड़ी उत्सुकता से उठाया और अपनी हथेली को कुटिए की पुराने दरवाज़े के घुंडी तक पहुँचाया। उसका हाथ कांप गया। उसने उस दिन को याद करने के लिए अपनी आँखें कसकर बंद कर लीं, जब उसने अपने नए घर का दरवाज़ा खोलकर दोनों साथ-साथ अंदर गए, जिस दिन उसने लक्शुरी सूट खोला जिसे उन्होंने उस के लिए चुना था, हर रेस्तरां का दरवाज़ा उन्होंने उसके लिए खोला और आखिरकार वह दिन जब उसने साउथ ऑस्टिन चिकित्सा केंद्र के आपातकालीन कक्ष का दरवाज़ा खोला । ईसीजी मशीनों की बीपिंग की आवाज़, टिमटिमाते मॉनिटर, आपातकालीन घंटियां, ऑस्टिन में उसने जो खोया था उसे पुनर्जीवित करने का अंतिम प्रयास, उसे बनाए रखने के व्यर्थ प्रयास में चिकित्सकों की भाग-दौड़। हड़बड़ी में कहीं कोने में धकेले गई, उसने अपनी अश्रु भरी आँखों से देखा कि वह बस इतना चाहता था कि अलविदा कहने के लिए उसका हाथ पकड़ ले।

जैसे ही उसके हाथ पर नरम आंसू गिरा जो लकड़ी के कुटिए के जंग लगे दरवाज़े के घुंडी पर टिका हुआ था, उसने अपनी सूजी हुई नाक पोंछी और अपने शलूके के सिरे से आँखें मूँद लीं और कुटिए के अंदर कदम रखने के लिए एक गहरी साँस ली, जहाँ वह पहली बार स्लेटी शलूके में फिल से मिली थी।

वह एक सफलता हासिल करने वाली, मेहनती और हरफनमौला खिलाड़ी थीं। वह एक मिनट के लिए भी खाली नहीं रहती, वह हर काम के लिए मौजूद थी। लगभग 2 साल पहले, ग्राहक के साथ काफी ऊंची हिस्सेदारी का सौदा पूरा करने के बाद, उसके बॉस ने अपने मेहनती सहयोगी को व्यस्त और थकाऊ काम से छुट्टी लेने के लिए अपने खाली पड़े लकड़ी के कुटिए की पेशकश की। अपना विश्राम काल ग्रहण करने के पश्चात, फिल ट्रैविस झील में अपना फोटोग्राफिक निष्कासन पर था। फिल शांत, सूक्ष्म और एक निरीक्षक था। फिल परवाह करता था। जब वह पहली बार इस घने जंगल की कुटिए में आई थी तो वह फिल के पास दौड़ कर गई जब उसकी कार के पहिए दलदल के गड्ढों में गहरे धंस गए। उसका चेहरा न देखते हुए वह स्लेटी शलूका पहने हुए आदमी की मदद के लिए चिल्लाई, जो ट्रैविस झील के किनारे खड़ा था, और एक बगुला पक्षी को फिल द्वारा एक तस्वीर खिंचवाने के लिए खड़ा था। पक्षी तुरंत उड़ गया और वह उस खूबसूरत महिला को गाली देने के लिए मुड़ा जिसने उसके ऑनलाइन फोटो प्रतियोगिता में थोड़े से मिलने वाले पैसे को बर्बाद कर दिया, लेकिन उसने अपने शब्दों को रोक दिया और केवल उसे देखने के लिए अपनी आँखों को अटका दिया।

विश्राम और छुट्टियां बीत गईं और ऑस्टिन शहर में जीवन फिर से चालू हो गया, फिर भी वे आज से एक महीने पहले तक एक के बाद एक मिलते रहें, जब उन्होंने आधिकारिक तौर पर उन्हें फूलों के मेहराब के नीचे श्रीमती फिल के रूप में घोषणा करने का फैसला किया। लेकिन अगर शराब की वह बोतल 7 से 9 दुकान से नहीं मिल रही होती, अगर स्केट बोर्ड पर सवार उस लडके ने बेरहमी से सड़क पार नहीं की होती, अगर कंटनेर ट्रक अचानक ब्रेक लगा सकता होता, अगर घुमक्कड़ पर बच्चे के साथ महिला इसके बजाय घर वापस रहती, तो फिल उसके साथ घर वापस आ जाता, और बाहर बारिश होने पर सोफे पर पड़े रहकर केवल शराब पीता रहता।

सबसे दुर्भाग्यपूर्ण और भयावह दुर्घटना में फिल को खोने के बाद, वह अपने लोगों, काम और घर से दूर हो गई। उसके मालिक ने उसे एक और बार ट्रैविस झील के लकड़ी के कुटिए का उपयोग करने की अनुमति दी, और वहाँ ट्रैविस झील के किनारे, इला अपने स्लेटी शलूके में एक और बार खड़ी थी।

लेख

अभय फर्डीनांड
अमला एड्वर्ड के पति

हरी चमक

(ग्रीनवॉशिंग) के बारे में जानिए....

पर्यावरण संरक्षण अब कई दशकों से सुर्खियों में है। हालांकि, यह एक चिंताजनक मुद्दा है, कोई यह देख सकता है कि बुनियादी स्तर पर कार्रवाई के बजाय बोलने की अधिकता है, जिसे हम अपने दैनिक दिनचर्या से ही परख सकते हैं। एक सहज आश्वासन कि हम में से प्रत्येक स्थायी रूप से जीवित रहेगा और उन उत्पादों एवं सेवाओं का उपयोग करेगा जो पृथ्वी की देखभाल करते हैं, जिससे मातृभूमि की रक्षा के प्रयास पर बहुत प्रभाव पडेगा । इस दौरान, दुनिया भर के कॉरपोरेट्स ने बाज़ार के प्रतिद्वंद्वियों पर प्रतिस्पर्धात्मक लाभ की तलाश में, "प्राकृतिक" और "टिकाऊ" जैसे गुंजन शब्दों का उपयोग करते हुए अपने उत्पादों और सेवाओं को "पर्यावरण अनुकूल" स्थापित करने का भरपूर लाभ उठाया है। बाज़ारों में पर्यावरण-जागरूकता की लहर के साथ, हरित उत्पादों की मांग, प्रासंगिकता प्राप्त कर चुकी है और तेज़ी से विस्तार कर रही है और इसलिए उत्पादों को पर्यावरण के अनुकूल टिकाऊ ब्रांडिंग अपने उपयोगकर्ताओं के बीच यह धारणा बनाने का एक प्रयास है कि उनके उत्पाद और सेवाएं पर्यावरण अनुकूल और टिकाऊ है जो हरी चमक यानी ग्रीनवॉशिंग के रूप में जाना जाता है। यहां और वहां 100% "प्राकृतिक", "जैविक और शुद्ध", "पर्यावरण अनुकूल" और कुछ हरे रंग के प्रतीक और पुनर्चक्रण-लोगो, जो आसानी से किसी भी ग्राहक को लुभा सकते हैं और उन्हें इन उत्पादों को खरीदने केलिए गुमराह कर सकते हैं जिससे उनके अंदर एक वास्तविक अनुभव हो कि वह इस प्रकार के उत्पादों का उपयोग करके पृथ्वी को बचाने में अपना महत्वपूर्ण योगदान दे रहे हैं। यह उल्लेख करने की आवश्यकता नहीं है कि हरित विज्ञापन, हरित-विपणन सभी एक ऐसे नीयत हैं जो अन्य बातों के साथ-साथ हरे-खरीद व्यवहार में योगदान करते हैं। पर्यावरण के प्रति चिंता की भावना, केवल पर्यावरण अनुकूल और टिकाऊ उत्पादों का उपयोग करने का संकल्प और समाज के पर्यावरण को नुकसान पहुँचानेवाले किसी भी उत्पाद से बचने का रवैया कुछ ऐसे कारक हैं जो हरित खरीद व्यवहार को आकार देते हैं। हरित विपणन, पर्यावरण विपणन या पारिस्थितिक विपणन के रूप में भी जाना जाता है, जिसका उद्देश्य उत्पादों और सेवाओं को बाज़ार में इस तरह रखना है कि उन्हें पर्यावरण की दृष्टि से सुरक्षित माना जाए। उपभोक्ताओं को इस बात से अवगत कराया जाना चाहिए कि उचित सरकारी लेबलिंग या मानकों के बिना ऐसे हरी चमक उत्पादों की वास्तविकता का आकलन नहीं किया जा सकता है और अक्सर उस अंत तक गुमराह किया जा सकता है। हालांकि यह कभी नहीं भूलना चाहिए कि यदि हरित संबंधी दावा झूठा या भ्रामक पाया जाता है, तो "सभी प्राकृतिक और हरे दावों" जैसी भ्रामक लेबलिंग कंपनियां ब्रांड छवि और कंपनियों की सद्भावना को गंभीर रूप से नुकसान पहुँचा सकती हैं। अच्छे हरी चमक या

ग्रीनवॉशिंग पूरी तरह से गलत नहीं है बशर्ते निर्माता या सेवा प्रदाता वास्तव में यह सुनिश्चित कर सकें कि वे जो प्रदान करते हैं वह वास्तव में पर्यावरण अनुकूल है।

हरित चमक या ग्रीनवॉशिंग की कुछ प्रमुख विशेषताओं को यहां स्पष्ट किया गया है:

- केवल कुछ मामूली महत्वहीन मापंदडो के आधार पर उत्पाद को पर्यावरण के अनुकूल होने का दावा करना।
- पर्यावरण अनुकूलता के दावे को प्रमाणित करने में असमर्थता। दावे की पृष्टि करनेवाले प्रमाणपत्र और प्रासंगिक लेबलिंग महत्वपूर्ण है।
- उत्पाद या सेवा को हरे रूप में कैसे जाना जा सकता है, तत्संबंधी स्पष्टता का अभाव, यदि आप ग्राहक को मना नहीं सकते हैं, तो उन्हें भ्रमित करना।
- दावे जो केवल झूठे हैं, जिन्हें झूठा कहा जाता है। बिना सबूत के निराधार दावे।

एक उपभोक्ता के रूप में यह ध्यान रखना चाहिए कि एक पर्यावरण अनुकूल उत्पाद का निर्माण या आपूर्ति करने से कंपनी अपनी पर्यावरणीय जिम्मेदारी से पूरी तरह से मुक्त नहीं हो जाती है। यह सर्वविदित प्रस्ताव है कि ग्राहक बाज़ार का राजा है। ऐसा कहा जा रहा है कि टिकाऊ और पर्यावरण को नुकसान पहुँचानेवाले सामानों को अस्वीकार करने से कंपनियों के काम करने के तरीके पर तितली प्रभाव पड सकता है। बेशक, व्यक्तिगत स्तर पर सुविधाजनक से प्रबुद्ध होने में बदलाव मुश्किल है। लेकिन यह कॉर्पोरेट स्तर पर और भी जटिल हो जाता है क्योंकि इसमें संपूर्ण निर्माण प्रक्रियाओं का पुनर्गठन, उत्पादित कचरे के हर टुकडे का निरीक्षण करना, निगम के कार्बन फुटप्रिंट की जांच केलिए टीमों का गठन करना आदि शामिल हैं।

भारतीय प्रतिभूति और विनिमय बोर्ड द्वारा जारी किए गए नए नियमों में अब सूचीबद्ध कपंनियों को स्टॉक एक्सचेंजों के साथ दायर अपनी वार्षिक रिपोर्ट में एक अनिवार्य व्यावसायिक उत्तरदायित्व और स्थिरता रिपोर्ट (बीआरएसआर) शामिल करने की आवश्यकता है, जो भारत में स्थिरता और सुशासन पर कंपनी के प्रदर्शन का आकलन करने केलिए ईएसजी को औपचारिक रूप से एक मानदंड के रूप में अपनाने का मार्ग प्रशस्त करता है। यह नई आवश्यकता मौजूदा व्यावसायिक उत्तरदायित्व रिपोर्ट से एक उल्लेखनीय विचलन है और वित्तीय रिपोर्टिंग के बराबर स्थिरता रिपोर्टिंग लाने की दिशा में एक बडी छलांग है।

ईएसजी रैंकिंग कंपनियों का जवाबदेह ठहराने और उनकी स्थिरता कार्यों और प्रयासों पर उन्हें मापने का एक उपयोगी तरीका हो सकता है। व्यवसायों को तीन तंत्रों के माध्यम से जवाबदेह ठहराया जा सकता है: पहला, उन्हें स्पष्ट, मानकीकृत और सरल मैट्रिक्स का उपयोग करके अपने सामाजिक और पर्यावरणीय प्रभाव पर सार्वजनिक रूप से रिपोर्ट करने की आवश्यकता होनी चाहिए; दूसरा, उपभोक्ताओं, कर्मचारियों और निवेशकों को कंपनियों को जवाबदेह ठहराने में भूमिका निभानी है; और तीसरा, अधिक टिकाऊ, समावेशी और सामाजिक रूप से जिम्मेदार बनने केलिए गंभीर कंपनियों को लाभ निगमों के रूप में प्रमाणित होने पर विचार करना चाहिए। यह पर्यावरण अनुकूल उत्पादों और सेवाओं की बढती मांग के लाभ उठाने हेतु हरी चमक यानी ग्रीनवॉशिंग की बढती प्रवृत्ति को भी हतोत्साहित कर सकता है।

हालांकि यह एक निर्विवाद तथ्य है कि ब्रांड उपभोक्ताओं को अपने उत्पादों और प्रक्रियाओं के बारे में सच्चाई बताने की जिम्मेदारी देता है, एक सतर्क और बेहतर अवगत उपभोक्ता बाज़ार सबसे अच्छा उपाय है जो कंपनियों द्वारा ग्राहकों को हरी चमक यानी ग्रीनवॉशिग किए उत्पादों को खरीदने केलिए गुमराह करने से रोकेगा।

ग्रीष्मा बालू
सहायक प्रबंधक

लेख

हमें स्कूल जाने में देर हो गई है...

वैश्विक स्तर पर, कोविड-19 का बहुत प्रभाव पडा है। इसने व्यवसायों, देशों की, अर्थव्यवस्थाओं और पूरी दुनिया को प्रभावित किया है। 2020 से, लगभग दो वर्षों तक हमने अपनी गतिविधियों को प्रतिबंधित कर दिया। सामाजिक दूरी के नियमों का पालन किया था। लंबे समय तक देश बंद रहा जो लोगों की आवाजाही को प्रभावित किया था। व्यवसाय, मॉल, सिनेमाघर, दुकानें सब बंद रहे थे।

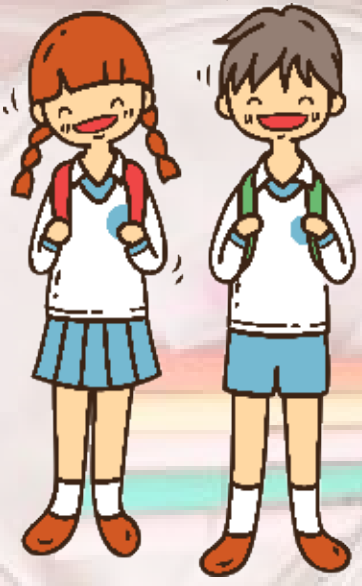
बेरोज़गारी बढ़ी महंगाई नए नबंर पर पहूँची और कई लोग कोविड की वजह से मर भी गए थे। कोविड का असर हर व्यक्ति पर किसी न किसी तरह से पडा है। हालांकि, सबसे कम चर्चा की गई और शायद ही बात की गई है हमारे बच्चों में कोविड का प्रभाव।

कोविड-19 शिक्षा की एक नई संस्कृति "ऑनलाइन कक्षाएँ" लेकर आया। यह हमारे घरों में कक्षाएँ लाई। बहुत से लोग यह भी सोचते हैं कि ऑनलाइन कक्षाओं ने स्कूलों की जगह ले ली है जैसे नेटफ्लिक्स ने सिनेमाघरों को बदल दिया है। एक तरह से प्रौद्योगिकी की प्रगति ने हमारे बच्चों को शिक्षा प्रदान करना जारी रखने में मदद की है, तब भी जब पूरी दुनिया बंद थी। आज भी ऑनलाइन शिक्षा में विभिन्न संभावनाओं और भविष्य में इसके आगे, बढ़ने पर व्यापक रूप से चर्चा की जा रही है। हालांकि, बच्चो पर ऑनलाइन के क्लास के प्रतिकूल प्रभाव के बारे में चर्चा करना जरूरी है।

एक छात्र क्लास और कंप्यूटर से जो सीखता वह पूरी तरह से अलग होता है। प्रत्यक्ष उपस्थिती से फर्क पडता ही है। यूरोप में किए गए अध्ययनों से पता चलता है कि बच्चे लॉकडाउन के दौरान नियमित स्कूली शिक्षा की तुलना में दूरस्थ शिक्षा में धीमी प्रगति करते है। हमें और अधिक चिंतित करने वाली बात जो अध्ययनो से पता चलता है वह यह कि विकासशील देशों और वंचित समूहों में ऑनलाइन शिक्षार्थी कम अंक स्कोर करते हैं। जब से महामारी ने हम पर प्रहार किया है, प्राथमिक स्तर पर 86 प्रतिशत बच्चे गरीब देशों में स्कूल से बाहर निकाले गए हैं, जबकि विकसित देशों में यह केवल 20 प्रतिशत है। यह एक खतरनाक परिदृश्य का सुझाव देता है, वहाँ भारत जैसे देशों को शिक्षा के माध्यम से प्राप्त जनसांख्यिकीय विभाजन की उम्मीद नहीं है।

यह ध्यान दिया जाना चाहिए कि दूसरे विश्व युद्ध और चीनी सांस्कृतिक उत्पादन के दौरान स्कूल बंद होने के दीर्घकालिक प्रभावों और इसका व्यक्तिगत सीखने और भविष्य की कमाई पर प्रभाव को समझने के लिए अनुसंधानों ने कई दशकों का समय लिया। 2021 के कोविड-19 स्कूल बंद होने के सटीक प्रभावों को समझने में कई साल और लगेंगे। हमें अभी तक अर्थव्यवस्था और समाज पर इसके भविष्य के प्रभाव की बहुत कम जानकारी है। विश्व स्तर पर छात्रों की इस पीढ़ी को अपनी भविष्य के जीवन भर की कमाई कम होने की संभावना है।

अब जब वे वापस स्कूलों मै है, तो यह अत्यधिक उचित है कि माता-पिता घर पर बच्चों के स्क्रीन टाइम को कम करें। इसके अलावा ऑनलाइन क्लास मे उन्हें जो कुछ कमी हुई है उसे वापस पाने केलिए बच्चों को आवश्यक प्रशिक्षण और इनपुट देने केलिए कार्य योजनाओं पर विचार करना और उन्हें तैयार करना जरूरी है। जो कमी है वह पूरा करने केलिए ही बहुत कुछ है। इसमें और देरी न होने दें।



लेख

हरिकिशन ई एस
सहायक महाप्रबंधक

विद्युत

परीक्षण प्रयोगशाला

पोत मरम्मत विद्युत शॉप में नई परीक्षण प्रयोगशाला का उद्घाटन दिनांक 01 सितंबर 2021 को किया गया था। प्रयोगशाला को 300 वर्ग फुट के कालीन क्षेत्र के साथ सुगम बनाया गया है। प्रयोगशाला में पर्याप्त जगह है, पर्याप्त रूप से परतदार और अच्छी तरह से व्यवस्थित है। प्रयोगशाला की संकल्पना की गई है और विभिन्न विद्युत और इलेक्ट्रॉनिक्स उपकरणों के परीक्षण, अंशांकन जैसी नियमित मरम्मत को पूरा करने केलिए शॉप फ्लोर की आवश्यकताओं के अनुसार व्यवस्थित किया गया है। महत्वपूर्ण उपकरण परीक्षण की सुविधा केलिए इस प्रयोगशाला को नियंत्रित वातावरण में रखा गया है.

शामिल की गई सुविधाएं सूचीबद्ध हैं :

1. विद्युत परीक्षण बेंच
2. मोटर परीक्षण उपकरण
3. सर्किट रिले का परीक्षण और अंशांकन
4. सुरक्षा रिले का परीक्षण और अंशांकन
5. स्विचिंग उपकरणों का परीक्षण
6. मेट्स का अंशाकन
7. प्राथमिक वर्तमान इंजेक्शन
8. माध्यमिक वर्तमान इंजेक्शन
9. बिजली गुणवत्ता विश्लेषक
10. इंसुलेशन परीक्षक
11. शॉक पल्स कंडीशन मॉनिटरिंग

परीक्षण प्रयोगशाला का कार्यात्मक आकर्षण इसकी अत्याधुनिक स्वदेशी रूप से विकसित परीक्षण बेंच है जिसे सभी सुरक्षा विशेषताओं के साथ स्थापित किया गया है।

परीक्षण बेंच पूरी तरह से एसआर इलेक्ट्रिकल क्यूसी टीम द्वारा उच्च परिशुद्धता के लिए डिज़ाइन, निर्मित, परीक्षित और अंशांकित है।

चूकि एक ही मॉड्यूल में विभिन्न इनपुट (वोल्टेज, विद्युत धारा, आवृत्ति आदि) उपलब्ध हैं, इसलिए एक उपकरण पर लागू कई गतिविधियां (परीक्षण) निर्बाध रूप से की जा सकती हैं जो काफी समय बचा सकती हैं।

उच्च सटीकता प्राप्त करने और बेहतर उत्पाद जीवन के लिए परीक्षण उपकरण पैनल पर लगाए गए हैं। इसके अलावा, परीक्षण प्रयोगशाला का डिज़ाइन और इसकी व्यवस्था एक बहुमुखी तरीके से की जाती है जो परीक्षण की गुणवत्ता में सुधार कर सकती है, त्रुटियों को कम कर सकती है और ग्राहक की संतुष्टि तक वास्तविक आउटपुट प्राप्त कर सकती है।

परीक्षण बेंच सुविधाएं:

नियत वोल्टेज

एसी 415 वी 16 ए 50 हर्ट्ज	एसी 415 वोल्ट 5A 5 हर्ट्ज	एसी 110 वी 5 ए 50 हर्ट्ज
एसी 230 वी 16 ए 50 हर्ट्ज	एसी 320 वोल्ट 5A 50 हर्ट्ज	एसी 24 वी 5 ए 50 हर्ट्ज
एसी 12 वी 5 ए 50 हर्ट्ज	डीसी 24 वी 5 हर्ट्ज	

परिवर्तनीय वोल्टेज

0-480 वीएसी 15 ए 50 हर्ट्ज	3 फेस	0-480 वीडीसी 15 ए
0-480 वीएसी 5 ए 50 हर्ट्ज	3 फेस	0-480 वीडीसी 5 ए
0-270 वीएसी 15 ए 50 हर्ट्ज	1 फेस	0-270 वीडीसी 15 ए
0-270 वीएसी 5 ए 50 हर्ट्ज	1 फेस	0-480 वीडीसी 5 ए

परिवर्तनीय आवृत्ति ड्राइव

0-60 हर्ट्ज 415 वीएसी 16 ए 3 फेस

0-60 हर्ट्ज 415 वीएसी 5ए 3 फेस

विनियमित बिजली आपूर्ति

0-30 विडीसी 5ए

प्राथमिक वर्तमान इंजेक्टर

0-400 ए 0-10 ए

निरंतरता परीक्षक

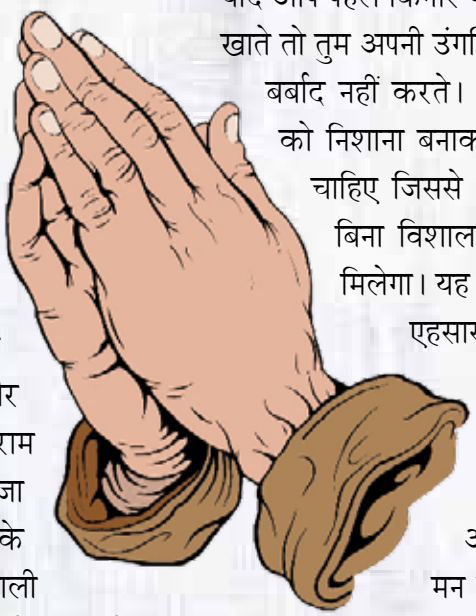
लेख

क्षमा

अश्विन विजित
हष्मा पी एम का सुपुत्र

सफलता के लिए क्षमा होना आवश्यक है क्योंकि सिर्फ लगातार परिश्रम करने से सफलता हासिल नहीं होगी, सफलता हम तब ही हासिल कर सकते हैं जब हम हमारे असफलताओं और मुश्किलों का सामना करके आगे बढ़े।

इसे साबित करने के लिए मैं आपको एक कहानी सुनाता हूँ। एक महान राजा थे। एक दिन वह अकेले जंगलों में यात्रा कर रहा था। जल्द ही वह रास्ता भटक गया। उसने एक पहाड़ी की चोटी से चारों ओर देखा लेकिन आसपास कोई भी व्यक्ति या गांव नहीं दिखा। अंधेरा होता जा रहा था। कुछ समय के बाद काफी दूर से रोशनी चमकी। फिर वह उस दिशा में चलने लगा और एक झोंपड़ी पर पहुँच गया। झोंपड़ी के बाहर उसने देखा कि एक बूढ़ी औरत उस जगह की सफाई कर रही है। उसे देखकर, उसने यह सोचकर उसका स्वागत किया की वह सेना का सिपाही है। उसने राजा को अपने आप को साफ करने के लिए पानी दिया और पीने के लिए पानी दिया। फिर उसने आराम करने के लिए एक चटाई बिछा दी। राजा आराम करने लगा। कुछ देर बाद उसके सामने गरमा गरम चावल और करी की थाली रख दी। राजा को इतनी भूख लगी की उसने जल्दी से गरम खाने पर अपनी उँगलियाँ रख ली। गर्म भोजन ने उसकी उंगलियों को जला दिया, और उसने कुछ चावल फर्श पर गिरा दिया। बूढ़ी औरत ने यह देखा और कहा, "तुम अपने राजा की तरह बहुत अधीर और उतावले लगते हो। इसलिए तुमने अपनी उंगलियाँ जला ली हैं और कुछ खाना खो दिया है। उस बूढ़ी औरत की बात सुनकर राजा हैरान रह गया और उससे पूछा, "तुम्हे क्यो लगता है कि हमारा राजा अधीर और जल्दबाजी में है? वह बूढ़ी औरत मुस्कुराई और समझाने लगी, "मेरे प्यारे बेटे, हमारे राजा अपने सभी दुश्मन के किलों पर कब्जा करने का एक बडा सपना देख रहे है। उन्होंने वहाँ के सभी छोटे किलों को अनदेखा कर दिया है और केवल बडे किलों पर कब्जा करने पर ध्यान केंद्रित किया है।" राजा ने बूढ़ी औरत को टोकते हुए कहा "यह तो अच्छी बात है। इसमें दिक्कत क्या है?" उसने मुस्कुराते हुए उसे जवाब दिया, "रूको, मेरे बेटे। जैसे तुम खाना खाने में अधीर थे, वैसे ही तुमने अपनी उंगलियाँ जला दी और कुछ खाना बर्बाद कर दिया। उसी तरह, दुश्मनों को जल्दी से हराने के लिए राजा की अधीरता का परिणाम था उसकी सेना के सिपाहियों का नुकसान हुआ। उसके बजाय, यदि आप पहले किनारे पर और फिर बीच में कम गर्म खाना खाते तो तुम अपनी उंगलियाँ नहीं जलाते और अपना खाना बर्बाद नहीं करते। इसी प्रकार राजा को छोटे किलों को निशाना बनाकर अपनी सेना को मज़बूत करना चाहिए जिससे उसकी सेना के जवानों को खोए बिना विशाल किलों पर कब्जा करने में मदद मिलेगा। यह सुनकर राजा को अपनी गलती का एहसास हुआ और उसने महसूस किया कि क्षमा रखना चाहिए और किसी भी स्थिति मे जल्दबाज़ी करने से बचना चाहिए।



अगर हम क्षमा के साथ-साथ सच्चे मन से परिश्रम करेंगे तो ऊंचे से ऊंचा पहाड़ भी हमारे आगे झुक जाएगा। यानि की हम हमारे लक्ष्य में पहुँच सकते है।

किसी ने कहा है....

क्षमा दुर्बलों के लिए बल हैं।

क्षमा बलवानों के लिए आभूषण हैं।

क्षमा से पूरे संसार को हम अपनी

मुट्ठी में कर सकते हैं।

क्षमा से हम, क्या कुछ नहीं हासिल कर सकते हैं।

लेख

हृष्ना पी एम
एफ ई टी ओ-4

रेखा खींचो

सालों पहले की बात है। मैं चौथी कक्षा में पढ़ रही थी। पापा की सेवानिवृत्ति के बाद हम गाँव लौट आए। गाँव में एक छोटा सा विद्यालय था। "टैगोर विद्या पीठम", जहाँ चौथी कक्षा में मेरा दाखिला हुआ। चौथी कक्षा और सिर्फ चार छात्रा। जिसमें सिर्फ मैं एक अकेली लड़की थी। कक्षा तीन, दो और एक में कुछ लड़कियाँ थी। उस विद्यालय में कुल मिलाकर पैंतालीस छात्र पढ़ते थे। उस समय दूसरी कक्षा में जुड़वा बहनें थी। एक थी रेखा और दूसरी थी रम्या। बहुत प्यारे बच्चे थे। वे बहनों के साथ-साथ अच्छे दोस्त भी थे।

हर दिन विद्यालय प्रार्थना सभा से शुरू होता था। सब छात्र मैदान में इकट्ठा होते थे। एक दिन असेंबली के समय रम्या जोर-जोर से रोने लगी। वो ऐसे रो रही थी, मानो किसी ने उसे पीटा हो। सब हैरान थे। किसी को यह समझ में नहीं आ रहा था आखिर मसला क्या है। वो रोये जा रही थी। सब ने पूछा फिर भी वो जवाब देने का नाम ही नहीं ले रही थी। अंत में प्रधान अध्यापिका आई, उसे बड़े प्यार से उठाकर गोदी में बिठाया और पूछा "आखिर तुम क्यों रो रही हो?" रम्या ने कहा...

"कोई मुझे पसंद नहीं करता। सबको रेखा पसंद है। सबको रेखा चाहिए रम्या नहीं। कोई मुझे प्यार नहीं करता.....।" और दुबारा रोने लगी।

प्रधान अध्यापिका ने रम्या से उसके इस सोच की वजह पूछी। रम्या ने बताया..

"यहाँ विद्यालय में असेंबली के समय सबसे "रेखा" में खडे रहने को कहते हैं, रम्या में नहीं। गणित अध्यापिका "रेखा" खींचने को कहती हैं, रम्या नहीं। कुछ लिखती हूँ तो माँ और सब कहते है "रेखा" के बाहर मत लिखो। सब "रेखा" को ही क्यों पूछते है, रम्या को क्यों नहीं। कोई मुझसे प्यार नहीं करता...।"

प्रधान अध्यापिका को रम्या की तकलीफ समझ में आयी। सब रेखे में खड़े रहने केलिए या रेखा खींचने के लिए कह रहे थे, यहा "रेखा" का मतलब "लाइन" है, न ही किसी का नाम। उस नादान बच्ची को इतनी समझ नहीं थी कि यह समझे की लाइन का अर्थ रेखा है। प्रधान अध्यापिका ने इस समस्या का समाधान निकाला और सबको "रम्या में" (लाइन में) खड़े रहने का आदेश दिया। यह सुन कर रम्या खुश हो गई और उसने रोना बंद कर दिया।

बाद में प्रधान अध्यापिका ने "रेखा" का मतलब रम्या को समझाया। रम्या समझ गई। फिर कभी "रेखा" को लेकर हंगामा खड़ा नहीं किया।

वैसे वह विद्यालय छोटा था और सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त नहीं थी, इसलिए किराये के मकान में चल रहा था। उस एक साल में तीन-तीन बार जगह बदली। आखिर में जो मकान किराये पर लिया था वह बहुत बड़ा था। आलीशान था। उसकी बनावटे बहुत सुंदर थी। जिसे केरल में "नालुकेट्टु" कहते है। बाद में पता चला वह किसी का घर था। एक बहुत बड़े मलयाली उपन्यासकार थे, जिन्होंने "इन्दुलेखा" नामक उपन्यास की रचना की थी, जो मलयालम भाषा का पहला उपन्यास था।

वो घर...

"श्री ओय्यारत् चंदु मेनन" का था।

लेख

पावन नगरी

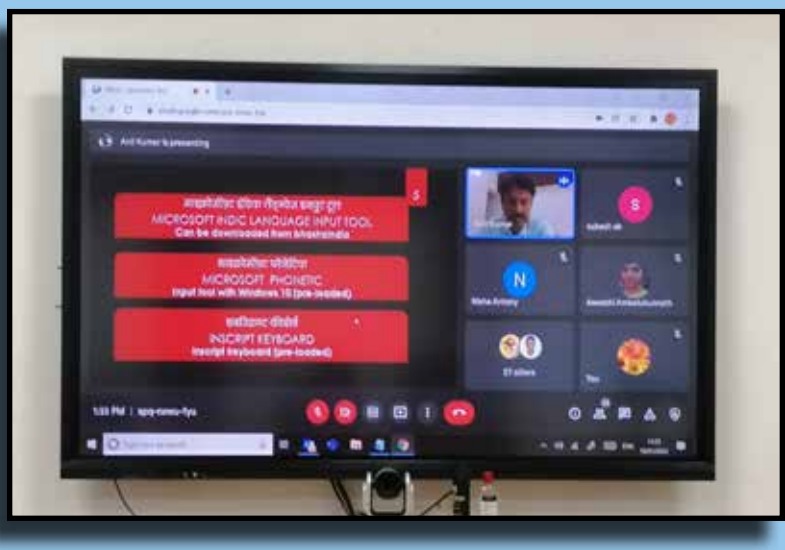
वैशाख के वी
पोत डिज़ाइन सहायक

वर्ष 2014 को हुए एक हरिद्वार यात्रा के अनुभव को मैं यहां साझा करना चाहता हूँ। नवंबर महीने को मैंने यह यात्रा की, यानी की उत्तर भारत में कडाके की ठंड में। दिल्ली रेलवे स्टेशन से मैंने हरिद्वार की यात्रा शुरू की। रात दस बजे ट्रेन रवाना हुई और सुबह छह बजे वहाँ पहुँची। उस दिन तक कहीं सुनी, टीवी और समाचार पत्रों में पढे हुए उस अद्भुत दुनिया में मैंने पैर रखा। वह सही मायने में एक अद्भुत लोक ही था। भारतीय संस्कृति की सही पहचान, हिमालय की यात्रा का द्वार कहा जाने वाला "पावन नगर" ही हरिद्वार है। रेलवे स्टेशन से उतरकर हरिद्वार की गलियों में जाते ही वहां एक अजीब सी गंध है, जो पूजा की सामग्रियों और भक्ति मय माहौल का है। उसके साथ ही कडाके की ठंड भी। इन सब के बावजूद वहां आस-पास इतनी गंदगी थी कि हमारा ध्यान उस ओर गया ही नहीं। हम भी वहाँ के एक आम आदमी जैसे बन जाते है। हरिद्वार हिन्दु विश्वास से भरी जगह है। वहाँ पहुंचने पर हमने केरल में अब तक जो सीखा था या देखा था, उन सभी हालातों को भूलना होगा। इन यादों को दफन करके यात्रा को आगे बढ़ाने की जगह है हरिद्वार। संकरी सड़क से होते हुए हम गंगा नदी के किनारे पहुँचे। वहाँ गंगा नदी पर बांध बनाकर उसे कई नहाने के तट के रूप में विभाजित किया गया था। हर दिन हज़ारों भक्तजन वहां आकर गंगा स्नान करते हैं। वहाँ मुझे इस बात पर आश्चर्य हुआ कि विविध प्रदेशों से आए लोग अपने पहने हुए वस्त्र के साथ ही स्नान करते हैं। स्नान के बाद सभी अपना भीगा शरीर दिखाते हुए आते हैं लेकिन अचंभे की बात यह है कि किसी का भी ध्यान उनकी ओर नहीं जाता। सभी के मन में केवल तीव्र भक्ति की भावना जागृत रहती है। विभिन्न प्रकार के सन्यासी लोग, नंगे स्वामीलोग, नशा करने वाले सन्यासी लोग, विदेशी लोग, विभिन्न प्रदेशों से अपना घर-भार छोड़ के आए लोग, अपने गाँव में समस्याओं में पड़कर वहाँ से भागे लोग, ऐसे बहुत से लोग। यह सब देखते हुए मैं बहुत समय तक उस मोक्ष नगरी के गंगा नदी के किनारे टहलता रहा । मेरा अगला लक्ष्य उस दिन शाम को गंगा आरती देखने का था। हर दिन शाम को हज़ारों लोगों की उपस्थिति में एक नदी को सम्मानित करने का वह दृश्य देखने लायक था। गंगा में बांध बनाकर छोटे-छोटे नहर के रूप में परिवर्तित किया गया है। उसके दोनों किनारों में कई मंदिर है। इसमें प्रमुख मंदिर है गंगा माता का मंदिर। इन दोंनों किनारों में हज़ारों लोग एक साथ जुड़कर गंगा नदी की पूजा करते है। इस प्रमुख मंदिर के पुजारी द्वारा जलाए गए उस मुख्य दिये से हज़ारों चिरागों को जलाया जाता है जो इस गंगा नदी में बहाए जाते हैं। बाद में गंगा नदी की स्तुति में वंदना शुरू होती है। एक भक्तिमय माहौल। वहां खड़े होने पर एक अजीब सा अनुभव महसूस होता है। गंगा नदी में बह रहे दिये और स्तुति में गाए जाने वाली वंदना आदि सब वहां आए हर एक भक्तजन और यात्रियों को एक यादगार स्मरण प्रदान करता है। मुझे भी ऐसा ही महसूस हुआ। समय की कमी के कारण बहुत दिनों तक वहाँ रूक नहीं पाया। हो सके तो सभी को वहां का दर्शन करना चाहिए। हमारे भारत में भी ऐसी एक अजीब सी दुनिया है यह जानने के लिए और ज़िंदगी में एक अविस्मरणीय अनुभव प्राप्त प्राप्त करने के लिए भी वहां का दर्शन अनिवार्य हैं ।

राजभाषा खबरें

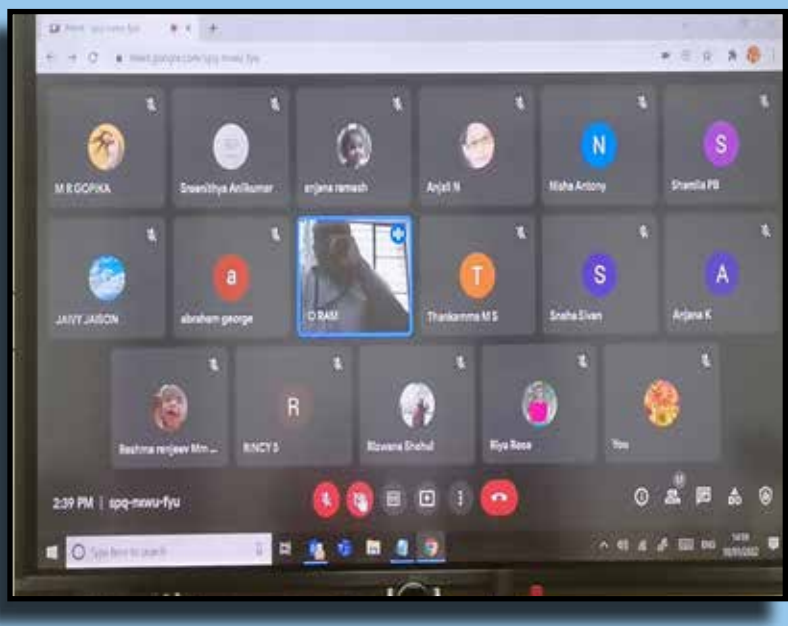
विश्व हिंदी दिवस – रोज़गार संवर्धन वेबिनार

10 जनवरी, विश्व हिंदी दिवस के सिलसिले में कोचीन शिपयार्ड द्वारा केरल के सभी विश्वविद्यालयों के हिंदी एमए, एम.फिल, पी.एच.डी छात्रों केलिए एक रोज़गार संवर्धन वेबिनार का आयोजन किया गया । वेबिनार का औपचारिक उद्घाटन श्री सुबाष ए के, महाप्रबंधक (मानव संसाधन) द्वारा किया गया। उन्होंने अपने भाषण में हिंदी की महत्ता और विश्व हिंदी दिवस की प्रामाणिकता पर प्रकाश डाला। राष्ट्रीय हिंदी दिवस और विश्व हिंदी दिवस दोनों की विशेषता को बताते हुए सभी प्रतिभागियों को इस वेबिनार में हार्दिक स्वागत किया।



वेबिनार पूरे दो सत्रों में चलाया गया, पहला सत्र, हिंदी भाषा के क्षेत्र में हुई प्रौद्योगिकी प्रगति पर आधारित था जिसका संचालन श्री के अनिल कुमार, मुख्य प्रबंधक (राजभाषा), एसबीआई, तिरुवनंतपुरम द्वारा किया गया। उन्होंने कंप्यूटर में प्रयुक्त हिंदी भाषा के विभिन्न आयामों को बड़े ही रोचक ढंग से दिखाया। माइक्रोसॉफ्ट, एमएस वर्ड में हिंदी के विभिन्न प्रयोगों को सविस्तार पवर पाइंट प्रस्तुतीकरण के ज़रिए पेश किया गया। हिंदी भाषा का अनुवाद, वॉइस टाइपिंग, डिक्टेशन आदि बहुत ही सरल तरीके से विंडोस 10 वाले कंप्यूटरों में किया जा सकता है। गूगल में उपलब्ध हिंदी के असाधारण प्रयोगों को भी छूते हुए सत्र को आगे बढ़ाया गया। सभी प्रतिभागियों ने ऐसे ज्ञानवर्धक जानकारी का बहुत ही लाभ उठाया।

दूसरा सत्र, हिंदी क्षेत्र से जुडे रोज़गार संवर्धन पर आधारित था, जिसका संचालन श्री रमेष ओ, प्रबंधक (राजभाषा), एचओसीएल, कोच्ची द्वारा किया गया। उन्होंने बहुत ही व्यापक तरीके से कक्षा का संचालन किया । श्री रमेष जी ने सत्र के पहले भाग की शुरुआत हिंदी पढ़नेवाले छात्रों के मन में हिंदी भाषा के प्रति उत्पन्न होनेवाले संदेहों, भविष्य संबंधी चिंताओं आदि की विस्तृत जानकारी देते हुए उससे निपटने या सुलझाने के रवैये को बताते हुए किया। बाद में, उन्होंने हिंदी के क्षेत्र से जुड़े हर एक अवसरों को बताते हुए प्रस्तुतीकरण पेश किया। यह भाग सच में छात्रों के लिए बहुत ही लाभदायक हुआ। कुल 40 छात्रों की सक्रिय भागीदारी से वेबिनार सफल ढंग से संपन्न किया गया ।



राजभाषा खबरें

हिंदी पखवाड़ा समारोह

सरकारी कामकाज में राजभाषा हिंदी के प्रति जागरूकता तथा उसके प्रयोग में गति लाने के उद्देश्य से हर वर्ष सितंबर महीने में कार्यालय में हिंदी पखवाड़ा मनाया जाता है। कोचीन शिपयार्ड में हिंदी पखवाड़ा समारोह का उद्घाटन दिनांक 14 सितंबर 2021 को श्री मधु एस नायर, अध्यक्ष व प्रबंध निदेशक द्वारा रिकॉर्डेड राजभाषा प्रतिज्ञा दिलाकर किया गया। सभी विभागों के कर्मचारियों ने अपने –अपने स्थान पर खड़े होकर अध्यक्ष व प्रबंध निदेशक के रिकॉर्डेड राजभाषा प्रतिज्ञा के साथ प्रतिज्ञा ली। इस दिन कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड को हिंदी के उत्कृत्ष्ट कार्यान्वयन हेतु प्राप्त सबसे उच्चतम पुरस्कार "राजभाषा कीर्ति पुरस्कार" को स्वीकार करने के लिए अध्यक्ष व प्रबंध निदेशक दिल्ली के विज्ञान भवन में पधारे थे। माननीय गृह राज्य मंत्री श्री निशिथ प्रामाणिक के कर कमलों से पुरस्कार ग्रहण किया। सीएसएल में इस अवसर पर सभी कर्मचारियों को लगाने हेतु एक राजभाषा बैज तैयार किया गया था जिसे सीएसएल और सीएसएल के अन्य सभी इकाइयों के कर्मचारियों ने दिनांक 14 सितंबर से 28 सितंबर 2021 तक बड़े गर्व के साथ धारण किया। इसी दिन एक ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता भी आयोजित की गई जिसमें लगभग 100 कर्मचारियों ने बढ—चढ़कर भाग लिया। कर्मचारियों, कार्यपालक प्रशिक्षार्थियों, प्रशिक्षार्थियों केलिए इस वर्ष सभी कार्यक्रम समान रूप से किया। हिंदी टंकण, सुलेख, गद्यांश वाचन, स्मृति परीक्षा, और हिंदी फिल्म गीत (महिला और पुरुषों केलिए अलग - अलग) प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। निबंध लेखन, कविता लेखन, आदि ऑनलाइन मोड़ पर आयोजित की गई।

राजभाषा खबरें

परिवारजन के लिए प्रतियोगिताएं

हिंदी पखवाडा समारोह के विशेष कार्यक्रम के रूप में सभी कर्मचारियों के परिवारजनों के बीच हिंदी भाषा के प्रचार-प्रसार हेतु हिंदी में देशभक्ति गीत और कर्मचारियों के बच्चों केलिए भाषण प्रतियोगिताओं का आयोजन भी सफल ढंग से किया गया । प्रतियोगिताओं में कर्मचारियों के परिवारजनों ने बढ-चढकर भाग लिया ।

देशभक्ति गीत प्रतियोगिता

प्रथम पुरस्कार – विजयकुमार टी ए और परिवार
द्वितीय पुरस्कार – शालिनी आर अमीन और परिवार
तृतीय पुरस्कार – बैजु ए एन और परिवार

भाषण प्रतियोगिता

प्रथम पुरस्कार– गायत्री प्रवीण
द्वितीय पुरस्कार–गौरीनंदन
तृतीय पुरस्कार–कृष्ण प्रिया ए

राजभाषा खबरें

छात्रों के लिए विशेष प्रतियोगिताएं

छात्रों के बीच हिंदी भाषा के प्रचार-प्रसार हेतु, हिंदी पखवाड़ा समारोह के सिलसिले में एक विशेष कार्यक्रम के रूप में केरल राज्य के विश्वविद्यालयों के हिंदी स्नातकोत्तर छात्रों के लिए ऑनलाइन वाद-विवाद प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। कुल 12 से अधिक कॉलेजों से नामांकन प्राप्त हुआ । छात्रों ने बड़े जोश एवं उत्साह के साथ वाद-विवाद प्रतियोगिता में अपनी सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित की ।

प्रथम पुरस्कार
कुमारी गोपिका एम आर,
यूनिवर्सिटी कॉलेज, तिरुवनंतपुरम

द्वितीय पुरस्कार
कुमारी अंजना के,
श्री शंकरा यूनिवर्सिटी कॉलेज, कालडी

तृतीय पुरस्कार
कुमारी ज्योति कृष्णन,
कुसाट, कलमश्शेरी

तृतीय पुरस्कार
कुमारी वर्षा एम वी,
कालिकट यूनिवर्सिटी

राजभाषा खबरें

समापन समारोह

हिंदी पखवाड़ा समारोह का समापन समारोह दिनांक 26 नवंबर 2021, अपराह्न 1430 बजे को समुद्री इंजीनियरिंग प्रशिक्षण संस्थान (मेटी) के सभा भवन में आयोजित किया गया। समारोह के मुख्य अतिथि हमारे अध्यक्ष व प्रबंध निदेशक श्री मधु एस नायर, उनके साथ श्री जोस वी जे, निदेशक (वित्त) एवं मुख्य सतर्कता अधिकारी श्रीमती एस उमा वेंकटेशन, भारतीय राजस्व सेवा भी उपस्थित थे। समारोह का शुभारंभ कुमारी रंजु एस और ग्रीष्मा ए आर के ईश्वर वंदना के साथ शुरु हुआ जो श्री संपत्त कुमार पी एन के स्वागत भाषण के साथ जारी रहा। कार्यक्रम के दौरान माननीय गृह मंत्री जी का संदेश श्रीमती बिंदु कृष्णा, सहायक महाप्रबंधक (कानूनी) द्वारा पढ़ा गया।

कार्यक्रम को जारी रखते हुए कंपनी की गृह पत्रिका **"सागर रत्न"** का प्रकाशन श्री मधु एस नायर द्वारा श्री जोस वी जे, निदेशक (वित्त) को सौंपते हुए किया गया। तत्पश्चात हमारे अध्यक्ष व प्रबंध निदेशक श्री मधु एस नायर ने अपने अध्यक्षीय भाषण में हिंदी के बढ़ते आयामों का ज़िक्र करते हुए राजभाषा कीर्ति पुरस्कार प्राप्त करने के लिए राजभाषा अनुभाग को तहे दिल से बधाई दी। अपने बातों को व्यक्त करते हुए बताया कि हिंदी एक ऐसी भाषा है जिसकी गति बहुत तेज़ी से बढ़ रही है। हिंदी के विकास का उद्देश्य दूसरी भाषाओं को दबाना नहीं है बल्कि उसको साथ लेते हुए आगे बढ़ने का प्रयास करना है। हिंदी भाषा को अपने प्रेरणात्मक शब्दों के साथ बढ़ावा देते हुए उन्होंने अपना भाषण संपन्न किया। इसके पश्चात श्रीमती एस उमा वेंकटेशन, भारतीय राजस्व सेवा ने अपने आशीर्वचन में हिंदी भाषा के बढ़ते प्रचार की सराहना करते हुए राजभाषा विभाग की सराहना भी की। कार्यक्रम को एक छोटा सा विराम देते हुए कुमारी रेश्मा आर, परियोजना अधिकारी (सिविल) ने अपने मधुर संगीत से वहां उपस्थित लोगों का मन बहलाया। पुरस्कार वितरण के तुरंत बाद एक विराम लेते हुए श्री प्रवीण पी ने अपने मधुर शब्दों से सबके मन को मोह लिया। कार्यक्रम के अंत की ओर बढ़ते हुए हमारी उप प्रबंधक (राजभाषा) श्रीमती सरिता जी द्वारा धन्यवाद ज्ञापन के बाद राष्ट्रगान के साथ भव्य संपन्न हुआ। पूरे कार्यक्रम का संचालन हिंदी कक्ष द्वारा सफल रूप से किया गया।

HINDI FORTNIGHT
VALEDICTORY CELEBRATION

हिंदी पखवाड़ा समापन समारोह
HINDI FORTNIGHT
VALEDICTORY CELEBRATION

राजभाषा खबरें

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, कोच्ची से राजभाषा पुरस्कार

कोच्ची नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति के सदस्य संगठनों में 200 से कम कर्मचारीवाले सार्वजनिक उपक्रमों में वर्ष 2021-2022 के दौरान राजभाषा हिंदी के उत्तम निष्पादन के लिए कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड को समिति की राजभाषा ट्रॉफी (प्रथम पुरस्कार) प्राप्त हुई ।

राजभाषा गृहपत्रिका "सागररत्न" के लिए पुरस्कार

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (टॉलिक), कोच्ची द्वारा वर्ष 2020-2021 के दौरान कार्यालय ने राजभाषा गृह पत्रिका "सागररत्न" के लिए द्वितीय पुरस्कार हासिल किया ।

सार्वजनिक घटनाओं से जुड़े वीडियो की तैयारी

हिंदी भाषा को सिर्फ कार्यालयीन कामों तक सीमित न कर, ज्ञानसंवर्धन के लिए उसे और अधिक व्यापक परिदृश्य में प्रस्तुत करने हेतु और साथ ही उसे जनता के अनुकूल बनाने के उपलक्ष्य में, अप्रैल 2021 से सार्वजनिक घटनाओं से संबंधित एक वीडियो हिंदी में तैयार करने के पहल की शुरूआत की गई । प्रारंभ में, दिनांक 14.04.2021 को अंबेडकर दिवस और मई महीने में दिनांक 01.05.2021 को श्रमिक दिवस के सिलसिले में वीडियो तैयार कर के कर्मचारियों के बीच परिचालित किया गया ।

हिंदी पुस्तकालय

कंपनी की हिंदी पुस्तकालय में हर वर्ष विविध प्रकार की हिंदी पुस्तकें, सीडियां आदि खरीदी जाती है। वार्षिक कार्यक्रम में निर्धारितानुसार, कुल खर्च के 50 % हिंदी की पुस्तकों की खरीदी के लिए किया जाता है। वर्ष के दौरान कुल 19,950 रुपए में से कुल 10,000 रुपए की हिंदी पुस्तकों की खरीदी की गई।

राजभाषा खबरें

टिप्पण व आलेखन प्रशिक्षण

दिनांक 16.12.2021 को कनिष्ठ वाणिज्यिक स्तर के कर्मचारियों के लिए व्यक्तिगत रूप से टिप्पण व आलेखन में प्रशिक्षण की शुरूआत की गई। पहले बैच में कुल 12 कर्मचारी शामिल हैं । कक्षाएं पूरे दो महीने के लिए हफ्ते में दो दिन एक घंटे आयोजित की गई। इस अवसर पर, हरेक कर्मचारी को व्यक्तिगत रूप से टिप्पण व आलेखन, यूनीकोड,पत्राचार आदि पर विशेष ज़ोर दिया जा रहा है ।

सभी अधिकारियों एवं पर्यवेक्षकों के बीच राजभाषा कार्यान्वयन के संबंध में जागरूकता सृजित करने के उपलक्ष्य में नोवेक्स (एक ऑनलाइन शिक्षण मंच) में राजभाषा से संबंधित मोड्यूल प्रश्नावलियों के साथ अपलॉड किया गया। कुल 100 से अधिक कर्मचारियों नेअपनी भागीदारी सुनिश्चित की ।

नकद पुरस्कार योजना

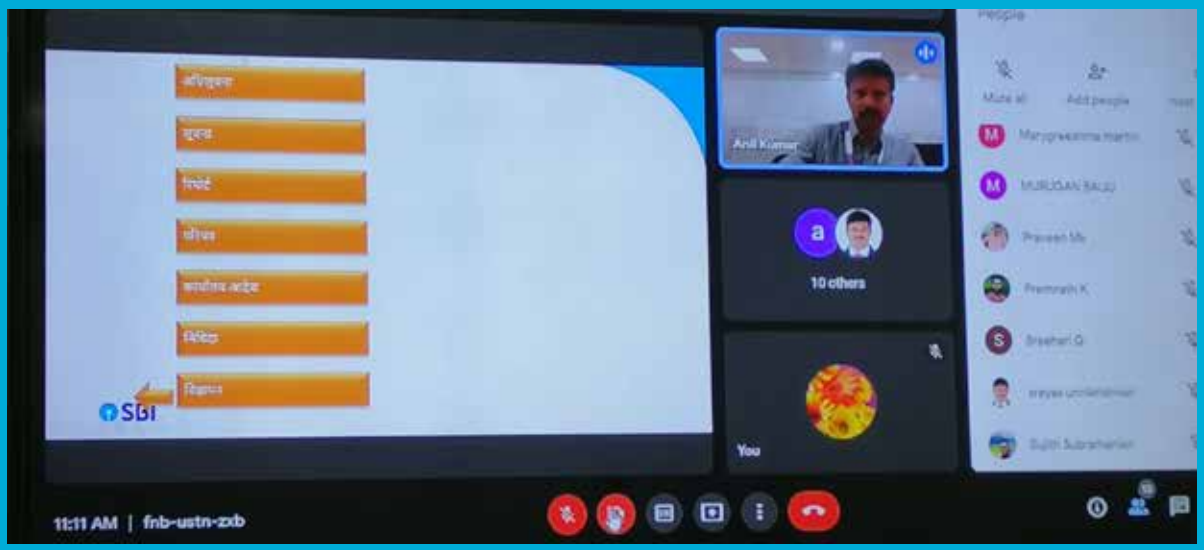
- कार्यालयीन काम हिंदी में करने हेतु वर्ष के दौरान नकद पुरस्कार योजना में कुल 24 कर्मचारियों ने सक्रिय रूप से भाग लिया ।
- दसवीं कक्षा में हिंदी में उच्च अंक प्राप्त करने से संबंधित नकद पुरस्कार योजना में कुल 20 कर्मचारियों के बच्चों ने सक्रिय रूप से भाग लिया ।

राजभाषा खबरें

हिंदी कार्यशाला

कर्मचारियों को हिंदी में अपना काम करने हेतु प्रेरित करने के उपलक्ष्य में कार्यालय में हर तिमाही में प्रशासनिक कर्मचारियों केलिए हिंदी कार्यशालाएं आयोजित की गईं । अप्रैल-जून, 2021, जुलाई-सितंबर, 2021 और अक्तूबर-दिसंबर, 2021 तिमाहियों की हिंदी कार्यशाला श्रीमती लिजा जी एस, हिंदी अनुवादक द्वारा संचालित किया गया । हिंदी भाषा की सार्थकता और उसके महत्व को समझाते हुए राजभाषा नीति पर प्रकाश डाला गया । राजभाषा नियम, अधिनियम आदि को बहुत ही सरल तरीके से समझाया गया । पवरपाइंट प्रस्तुतीकरण के ज़रिए विषय को बेहतर तरीके से समझाया गया। प्रतिभागियों को राजभाषा संबंधी एक प्रश्नावली भरने को दिया गया जिसका लगभग सभी ने सही उत्तर प्रस्तुत किया।

जनवरी - मार्च तिमाही का एक दिवसीय कार्यशाला गूगलमीट के ज़रिए ऑनलाइन रूप से आयोजित की गई। श्री के अनिलकुमार, मुख्य प्रबंधक (राजभाषा), एसबीआई कार्यशाला के संकाय थे। यह कार्यशाला मुख्य रूप से सीएसएल के अन्य इकाइयों में नए नियुक्त कार्यपालकों केलिए आयोजित की गई। सभी प्रतिभागियों ने सक्रिय रूप से कार्यशाला में अपनी भागीदारी सुनिश्चित की ।



कंपनी समाचार

स्वायत्त शून्य उत्सर्जन कोचीन शिपयार्ड द्वारा विद्युत बार्ज की सुपुर्दगी

अस्को मैरिटाइम एएस, नॉर्वे केलिए बनाए जा रहे दो स्वायत्त शून्य उत्सर्जन विद्युत जहाज़ों का कील लगाने संबंधी कार्यक्रम दिनांक 07 अगस्त 2021 को कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड, कोच्ची में आयोजित किया गया था । श्री पी राजीव, माननीय उद्योग मंत्री, कयर और कानून, केरल सरकार मुख्य अतिथि थे । यह व्यापारी नौवहन के क्षेत्र में जहाज़ों को अपनी तरह का पहला माना जाता है ।

यह स्वायत्त विद्युत पोत परियोजना नॉर्वे में एक महत्वाकांक्षी परियोजना है जो आंशिक रूप से नॉर्वीजियन सरकार द्वारा वित्त पोषित है जिसका उद्देश्य ओस्लो जोर्डस में माल का उत्सर्जन मुक्त परिवहन के उद्देश्य से है । एक बार परिचालन में आने के बाद, ये जहाज़ शून्य कार्बन उत्सर्जन वाले स्वायत्त जहाज़ों के क्षेत्र में व्यापारी नौवहन दुनिया केलिए एक नया बेंचमार्क तैयार करेंगे ।

67 मीटर लंबे जहाज़ों को शुरू में एक पूर्ण-इलेक्ट्रिक ट्रांसपोर्ट फेरी के रूप में वितरित किया जाएगा, जो 1846 केडब्ल्यूएच क्षमता की बैटरी द्वारा संचालित होगा । नॉर्वे में स्वायत्त उपकरण और फील्ड परीक्षणों को चालू होने के बाद, यह अस्को की पूरी तरह से स्वायत्त नौका के रूप में काम करेगा जो जोर्डस में एक बार में 16 पूरी तरह से लॉड किए गए मानक ईयू ट्रेलरों को परिवहन कर सकता है । जहाज़ों को सीएसएल द्वारा किए गए विस्तृत इंजीनियरिंग के साथ, कोंग्सबर्ग मैरीटाइम सिस्टम का उपयोग करके नेवल डायनेमिक्स, नॉर्वे द्वारा डिज़ाइन किया गया है । वे डीएनवी जीएल वर्गीकरण के तहत बनाए जाएंगे और नॉर्वे में नॉर्वीजियन समुद्री प्राधिकरण के नियम विनियमों के तहत ध्वजांकित किए जाएंगे। जून, 24,2022 को कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड ने नॉर्वे आधारित अस्को मौरटाइम ए एस के लिए दो स्वायत्त विद्युत बाज़ों की सुपुर्दगी की।

इस परियोजना से सीएसएल को दुनिया में प्रमुख पोत निर्माण यार्ड की लीग में शामिल करने की उम्मीद है जो भविष्य के स्थायी समाधानों की दिशा में उच्च तकनीकवाले जहाज़ों को वितरित करने में सक्षम होगा।

कंपनी समाचार

कोच्ची मेट्रो रेल लिमिटेड केलिए पहली जल मेट्रो की सुपुर्दगी

कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड ने कोच्ची मेट्रो रेल लिमिटेड की पहली इलेक्ट्रिक हाइब्रिड 100 यात्री जल मेट्रो फेरी को सौंपा। कोचीन शिपयार्ड में आयोजित नामकरण और वितरण प्रोटोकॉल हस्ताक्षर समारोह में केएमआरएल के प्रबंध निदेशक लोकनाथ बेहरा की पत्नी श्रीमती मधुमिता बेहरा द्वारा नाव का नाम मुज़िरिस रखा गया था । कोचीन शिपयार्ड के अध्यक्ष और प्रबंध निदेशक श्री मधु एस नायर, निदेशक श्री बिजोय भास्कर, श्री वी जे जोस और केएमआरएल निदेशक श्री के आर कुमार और श्री दिलीप कुमार सिंहा और वर्गीकरण सोसाइटी के अधिकारी इस कार्यक्रम में शामिल हुए । सुपुर्दगी प्रोटोकॉल पर श्री शिवकुमार ए, महाप्रबंधक और श्री साजन जॉन, अपर महाप्रबंधक, केएमआरएल के बीच हस्ताक्षर किए गए । सुपुर्दगी समारोह के बाद कोच्ची बैकवाटर्स में छोटी सवारी का भी आयोजन किया गया ।

महिला दिवस

सीएसएल में दिनांक 08 मार्च 2022 को अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस मनाया गया । इस वर्ष की विषय वस्तु "भेदभाव तोड़ो" था। इस संबंध में आयोजित समारोह में विख्यात फिल्म निर्माता सत्यन अंतिकाड और प्रमुख व्यवसायी महिला बीनाकण्णन मुख्य अतिथि के रूप में पधारे । कोचीन शिपयार्ड के अध्यक्ष श्री मधु एस नायर ने अपनी उपस्थिति से कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई ।

कंपनी समाचार

संविधान दिवस

सीएसएल ने संविधान में निहित मूल्यों और सिद्धांतों को उजागर करने और हमारे संविधान के निर्माताओं के प्रति आभार व्यक्त करने और भारत के निर्माण और इसकी विचारधारा को बनाए रखने हेतु अपनी प्रतिबद्धता को दोहराने के उद्देश्य से कार्यकलापों के साथ संविधान दिवस मनाया।

भारत के संविधान की प्रस्तावना को अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक द्वारा महाप्रबंधक और उससे ऊपर के कार्यपालकों के लिए पूर्वाह्न 0930 बजे प्रशासनिक भवन के सामने पढ़ा गया और विभागाध्यक्षों द्वारा उनके कर्मचारियों, अनुबंध कर्मियों और प्रशिक्षुओं को उनके संबंधित विभागों / स्थानों में कोविड़-19 प्रोटोकॉल का सख्ती से पालन करते हुए प्रतिज्ञा दिलाई गई। उसी दिन गूगल प्रपत्र के ज़रिए **"भारत का संविधान"** विषय पर एक ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता भी आयोजित की गई थी। प्रत्येक श्रेणी के विजेताओं को समारोह में सम्मानित किया गया।

कंपनी समाचार

आज़ादी का अमृत महोत्सव - गरिमा पद

आज़ादी का अमृत महोत्सव के हिस्से के रूप में, सार्वजनिक क्षेत्र में महिलाओं के मंच और कोचीन शिपयार्ड के महिला मंच ने प्रबंधन के सहयोग से गरिमा पद का आयोजन किया। इस पद यात्रा का आयोजन समाज को स्वतंत्रता के मूल्यों और स्वतंत्रता संग्राम में महिलाओं के योगदान की याद दिलाने के लिए किया गया था।

कोचीन शिपयार्ड के अध्यक्ष व प्रबंध निदेशक श्री मधु एस नायर ने केरल के जन्मदिन 01.11.2021 के अवसर पर पूर्वाह्न 0900 बजे गरिमा पद को झंडी दिखाकर रवाना किया। इस अवसर पर निदेशक श्री बिजोय भास्कर, श्री जोस वी जे, महाप्रबंधक (मानव संसाधन), संघ के पदधारीगण, पर्यवेक्षक संघ और अधिकारी संघ के पदधारीगण भी उपस्थित थे।

कोचीन शिपयार्ड की मुख्य सतर्कता अधिकारी श्रीमती उमा वेंकटेशन (आईआरएस) मुख्य अतिथि थीं। श्रीमती अंजना के आर, महाप्रबंधक (डिज़ाइन) ने मुख्य अतिथि का परिचय कराया।

मुख्य सतर्कता अधिकारी के नेतृत्व में पदयात्रा कोचीन शिपयार्ड के दक्षिणी गेट से शुरू होकर एमजी रोड होते हुए शिपयार्ड के उत्तरी गेट में प्रवेश करके शिपयार्ड के मुख्यालय पर समाप्त हुआ।

लगभग 200 महिलाओं ने कोविड प्रोटोकॉल का पालन करते हुए गरिमा पद में भाग लिया। श्री बिजोय भास्कर, निदेशक (तकनीकी) और श्रीमती उमा वेंकटेशन (आईआरएस) ने समारोह को संबोधित किया। राष्ट्रगान के साथ समारोह संपन्न हुआ। सभी प्रतिभागियों के लिए विभिन्न प्रकार के पौधों का वितरण भी किया गया। पहला पौधा कोचीन शिपयार्ड के निदेशक (तकनीकी) श्री बिजोय भास्कर द्वारा मुख्य सतर्कता अधिकारी श्रीमती उमा वेंकटेशन (आईआरएस) को सौंपा गया। तत्पश्चात श्रीमती उमा वेंकटेशन ने सीएसएल के 10 वरिष्ठ महिला कर्मचारियों को पौधे वितरित किए।

कंपनी समाचार

उद्योग उत्कृष्टता पुरस्कार

कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड ने आईईआई उद्योग उत्कृष्टता पुरस्कार 2021 जीता है । श्रीजित के एन, मुख्य महाप्रबंधक (पोत मरम्मत) और नीलकंठन ए एन, मुख्य महा प्रबंधक (योजना एवं परियोजना प्रबंधन), सीएसएल ने 36वीं भारतीय इंजीनियरिंग कांग्रेस में डॉ एम एम पांडे, माननीय भारतीय उद्योग मंत्री से पुरस्कार प्राप्त किया ।

सुरक्षा पुरस्कार

सीएसएल ने श्री वी एस शिवनकुट्टी, माननीय सामान्य शिक्षा और श्रम मंत्री से प्रतिष्ठित सुरक्षा पुरस्कार 2020 प्राप्त किया। कारखाना और बॉयलर विभाग ने "इंजीनियरिंग, ऑटोमोबाइल मरम्मत और सर्विसिंग" के बीच बहुत बडे कारखाना श्रेणी के तहत सीएसएल को मान्यता दी ।

पदक

चेन्नई में आयोजित 42वीं राष्ट्रीय मास्टर्स एथलेटिक चैपियनशिप साथ ही, कोषिक्कोड में आयोजित 40वां मलयाली स्टेट मास्टर्स एथलेटिक चैपियनशिप में श्री विनु के आर, वरिष्ठ फायरमैन, श्री जैक्सन सी जे, रिग्गर, श्रीमती नीता जोसफ टी, वाणिज्यिक सहायक तथा श्री मुरुगन ए एम, श्री षाजी जॉन, श्री सिजार एम बी और श्री संतोष के एस ने पदक जीतकर सीएसएल को गौरवान्वित किया ।

बोलचाल की हिंदी

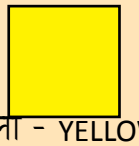
रंग

सफ़ेद - WHITE

काला - BLACK

नीला -BLUE

लाल - RED


पीला - YELLOW

भूरा - BROWN

हरा - GREEN

गुलाबी - ROSE

केसरिया - SAFFRON

बैंगनी - VIOLET

तीन शब्द वाले वाक्य

मेरी बात सुनो।	-	HEAR MY WORDS
साफ़ पानी पिओ।	-	DRINK PURE WATER
थोडा दही दो।	-	GIVE (ME) A LITTLE CURD
राम मुझे देखो।	-	RAM LOOK AT ME
अच्छी बात कहो।	-	SPEAK GOOD WORDS
मैंने मद्रास देखा।	-	I SAW MADRAS
दिल्ली कहाँ है ?	-	WHERE IS DELHI?
रघु रोटी खायेगा।	-	RAGHU WILL EAT BREAD
आप को देखने आया।	-	I CAME TO SEE YOU
कल ज़रूर आऊँगा।	-	CERTAINLY I WILL COME TOMORROW
आप घर में रहिए।	-	PLEASE BE AT HOME
शाम को वापस जाऊँगा।	-	I WILL RETURN BACK IN THE EVENING
सदा सुखी रहो।	-	ALWAYS BE HAPPY

सामान्य वाक्य

- आप का नाम क्या है?
  What is your name?
- मेरा नाम राहुल है।
  My name is Rahul.
- आप कहाँ रहते हैं ?
  Where are you living?
- मैं दिल्ली में रहता हूँ।
  I am living at Delhi.
- आप कहाँ काम करते हैं?
  Where are you working?
- मैं दफ्तर में काम करता हूँ।
  I work in the office.
- आप रोज़ कितने बजे दफ्तर जाते है?
  At what time do you go to the office daily?
- मैं दस बजे दफ्तर जाता हूँ।
  I go to the office at 10 o'clock
- आप कितने बजे लौटते हैं?
  At what time do you return?
- मैं शाम को पाँच बजे लौटता हूँ।
  I return at 5o'clock in the evening.
- आप को छुट्टी कब मिलती है?
  When do you get a holiday?
- मुझे हर रविवार छुट्टी मिलती है ।
  I get holiday on every Sunday.
- आपका मालिक कौन है?
  Who is your proprietor?
- मेरा मालिक कोचीन शिपयार्ड लिमिटेड है।
  My proprietor is Cochin Shipyard Ltd.
- आप का भाई कैसा है?
  How is your brother?
- मेरा भाई अच्छा है।
  My brother is all right.
- आपके कितने भाई है?
  How many brothers have you?
- मेरे चार भाई हैं।
  I have four brothers.
- वे क्या करते हैं?
  What are they doing?
- वे पढ़ रहे हैं।
  They are studying.

प्रश्नार्थक शब्द

कौन
Who

कैसा
How

क्या
What

किसका
Whose

कितने
How many

कितना
How much

कब
When

क्यों
Why

कहाँ
Where

चित्र रचनाएं

अक्षता आर
रामदास एस की सुपुत्री

सर्वेश्वर एस
सुजीत एस का सुपुत्र

अश्वीन देव सी
आउटफिट सहायक

मेनमा मनोज
अनिता कुमारी एस
की सुपुत्री

फातिमत्तु सुहरा ए वाई
यूसफ ए के की सुपुत्री

चित्र रचनाएं

अमीन एहसान टी
तस्लीख टी के का सुपुत्र

वैष्णवी रमेश
रमेश पी एस की सुपुत्री

अषिका सुजीत
सुजीत एन पी की सुपुत्री

टोम्स निर्मल नेल्लिक्कल
निर्मल टॉम का सुपुत्र

गौरीनंदन
आतिरा आर एस का सुपुत्र

गौतम कृष्णा टी एस
शिबु टी के का सुपुत्र

चित्र रचनाएं

इष्या विनोद
कीर्ति आर की सुपुत्री

डॉन सारा बिनु
बिनु कुरियाकोस की सुपुत्री

अमिता विजित
हृष्णा पी एम की सुपुत्री

प्रणव श्रीकुमार
श्रीकुमार एम का सुपुत्र

गौरी शंकर
आतिरा आर एस का सुपुत्र

चित्र रचनाएं

कृष्णप्रिया ए
प्रिया ए आर की सुपुत्री

जिष्णु श्रीकुमार
श्रीकुमार एम का सुपुत्र

अनीष वी
परियोजना सहायक

राजभाषा नियम, 1976

हिंदी के अनुमानित ज्ञान के आधार पर देश के राज्यों संघ शासित प्रदेशों को तीन क्षेत्रों यथा – क, ख, ग में परिभाषित किया गया है।