# उन्नति

अनुविनि
nsfdc

**सामाजिक न्याय, सशक्तिकरण एवं समावेशी विकास की त्रैमासिक पत्रिका**

वर्ष: 04 | अंक: 01 | अप्रैल – जून, 2026 (त्रैमासिक)

## सामाजिक न्याय से
# आत्मनिर्भरता
## की ओर :

## अवसर, सशक्तिकरण और उन्नति

शिक्षा | सशक्तिकरण | रोजगार | विकास

समावेशी समाज | सशक्त भारत | समृद्ध भविष्य

वक्रतुण्ड महाकाय, सूर्यकोटि समप्रभ। निर्विघ्नं कुरू मे देव, सर्वकार्येषु सर्वदा।

# गृह पत्रिका - उन्नति

वर्ष:04 अंक:01 : अप्रैल– जून, 2026 (त्रैमासिक)

**मुख्य संरक्षक**

श्री प्रभात त्यागी, अध्यक्ष-सह-प्रबंध निदेशक

**संरक्षक**

श्री सी. रमेश राव, मुख्य महाप्रबंधक

**मार्गदर्शक**

श्री डेविड रांगते, महाप्रबंधक

**मुख्य संपादक**

श्रीमती अर्चना मेहरा, मुख्य प्रबंधक

**विभागीय संपादन सहयोग**

श्री रतिकांत जेना, महाप्रबंधक

श्रीमती अन्नु भोगल, महाप्रबंधक

श्री सपन बरूआ, महाप्रबंधक

श्री रजनीश गोविंद बनकर, उपमहाप्रबंधक

**संपादक मंडल**

श्री सुरेंद्र कुमार, उप प्रबंधक,

श्री महेश चंद, सहायक प्रबंधक

पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार एवं दृष्टिकोण संबंधित लेखक के अपने हैं।
यह आवश्यक नहीं कि निगम की उनसे सहमति हो। रचनाओं की मौलिकता के लिए संबंधित लेखक स्वयं उत्तरदायी हैं।

पत्राचार का पता
14वीं मंजिल, स्कोप मीनार, कोर 1 व 2, उत्तरी टावर, लक्ष्मी नगर जिला केंद्र, लक्ष्मी नगर, दिल्ली - 110092
फोन: 011-22054392/94/96 टोल फ्री नं.1800110396
ई-मेल: nsfdc.hindideptt@gmail.com वेबसाइट: nsfdc.nic.in

# विषय सूची


| क्रम | रचना / आलेख | रचनाकार | पृष्ठ |
|---|---|---|---|
| 1 | भारत का संविधान की उद्देशिका | | |
| 2 | वंदे मातरम | | |
| 3 | एनएसएफडीसी : मिशन, विजन और उद्देश्य | | |
| 4 | मुख्य संरक्षक का संदेश | श्री प्रभात त्यागी, अध्यक्ष-सह-प्रबंध निदेशक | 1 |
| 5 | संरक्षक का उद्बोधन | श्री सी. रमेश राव, मुख्य महाप्रबंधक | 2 |
| 6 | मार्गदर्शक की कलम से | श्री डेविड रांगते, महाप्रबंधक | 3 |
| 7 | संपादकीय | श्रीमती अर्चना मेहरा, मुख्य प्रबंधक | 4-6 |
| 8 | गतिविधियाँ – मानव संसाधन विभाग | श्री सुशील कुमार शर्मा, प्रबंधक | 7-8 |
| 9 | गतिविधियाँ – प्रशासन विभाग | श्री हरीभजन, प्रबंधक | |
| 10 | गतिविधियाँ – राजभाषा और राजभाषा प्रगति | श्री सुरेंद्र कुमार, उप प्रबंधक | 9-12 |
| 11 | आत्मनिर्भर भारत और अनुसूचित जाति उद्यमिता – स्थानीय से वैश्विक बाजार तक की संभावनाएँ | श्री रजनीश गोविंद बनकर, उमप्र | 13-16 |
| 12 | हरित उद्यमिता और सतत विकास : प्रकृति और प्रगति का संतुलित मार्ग | श्री अमित भाटिया, उप महाप्रबंधक | 17-19 |
| 13 | आधुनिक जीवनशैली, संतुलित आहार और स्वस्थ दिनचर्या | श्री चंद्र प्रकाश, सलाहकार | 20-22 |
| 14 | गजल - मुश्किल है... | श्री पुखराज मीना, सहायक प्रबंधक | 22 |
| 15 | बदलते मौसम की छांव और ऋतुराज की विदाई | श्रीमती पूनम, पत्नी श्री सुरेंद्र कुमार, उप्र | 23-25 |
| 16 | चेतक की वीरता | कवि श्याम नारायण पाण्डेय | 26 |
| 17 | योग एवं भारतीय संस्कृति : स्वस्थ जीवन, समृद्ध समाज और वैश्विक कल्याण का आधार | श्री ललित फुलारा, कनिष्ठ कार्यपालक | 27-29 |
| 18 | चिंतन शिविर | श्री महेश चन्द, सहायक प्रबंधक | 30-32 |
| 19 | स्तंभ - शाब्दिक अंतर और प्रयोग | श्रीमती अर्चना मेहरा, मुख्य प्रबंधक | 33-35 |
| 20 | पल्लव | श्री सुमित्रा नंदन पंत | 35 |
| 21 | स्तंभ – पुस्तकालय कोना<br>इस तिमाही के साहित्यकार | श्रीमती ज्योति रानी, कनिष्ठ सहायक | 36-39 |
| 22 | जन्म दिन की बधाई | श्री सुशील कुमार शर्मा, प्रबंधक | 40 |
| 23 | एनएसएफडीसी की ऋण योजनाएं | | |

# भारत का संविधान

## उद्देशिका

हम, भारत के लोग, भारत को एक **संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न, समाजवादी, पंथ-निरपेक्ष, लोकतंत्रात्मक गणराज्य** बनाने के लिए तथा उसके समस्त नागरिकों को:

सामाजिक, आर्थिक और राजनैतिक **न्याय,**

विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म
और उपासना की **स्वतंत्रता,**

प्रतिष्ठा और अवसर की **समता**
प्राप्त कराने के लिए,

तथा उन **सब में** व्यक्ति की गरिमा और
**राष्ट्र की एकता और अखंडता**
**सुनिश्चित** करने वाली बंधुता बढ़ाने के लिए

दृढ़संकल्प होकर **अपनी इस संविधान सभा में** आज तारीख 26 नवंबर, 1949 ई. (मिति मार्गशीर्ष शुक्ला सप्तमी, संवत् दो हज़ार छह विक्रमी) को **एतद्द्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।**

# वन्दे मातरम्।

सुजलाम् सुफलाम् मलयजशीतलाम्,
शस्यश्यामलाम् मातरम्। वन्दे मातरम्।। 1।।

शुभ्रज्योत्स्ना पुलकितयामिनीम्,
फुल्लकुसुमित द्रुमदलशोभिनीम्,
सुहासिनीम् सुमधुरभाषिणीम्,
सुखदाम् वरदाम् मातरम्। वन्दे मातरम्।। 2।।

कोटि-कोटि कण्ठ कल-कल निनाद कराले,
कोटि-कोटि भुजैर्धृत खरकरवाले,
के बॉले माँ तुमि अबले,
बहुबलधारिणीं नमामि तारिणीम्,
रिपुदलवारिणीं मातरम्। वन्दे मातरम्।। 3।।

तुमि विद्या तुमि धर्म, तुमि हृदि तुमि मर्म,
त्वम् हि प्राणाः शरीरे, बाहुते तुमि माँ शक्ति,
हृदये तुमि माँ भक्ति, तोमारेई प्रतिमा गड़ि मन्दिरे-मन्दिरे।
वन्दे मातरम् ।। 4।।

त्वम् हि दुर्गा दशप्रहरणधारिणी,
कमला कमलदलविहारिणी,
वाणी विद्यादायिनी, नमामि त्वाम्,
नमामि कमलाम् अमलाम् अतुलाम्,
सुजलां सुफलां मातरम्। वन्दे मातरम्।। 5।।

श्यामलाम् सरलाम् सुस्मिताम् भूषिताम्,
धरणीम् भरणीम् मातरम्। वन्दे मातरम्।। 6।।

# एनएसएफडीसी मिशन, विजन और लक्ष्य

## 1.1 Vision

To be the leading catalyst in systematic reduction of poverty through socio-economic development of eligible Scheduled Castes, working in an efficient, responsive and collaborative manner with channelizing agencies and other development partners

## 1.2 Mission

Promote prosperity among Scheduled Castes by improving flow of financial assistance and through skill development & other innovative initiatives.

## 1.3 Objectives

- (i) Identification of trades & other economic activities of importance to Scheduled Castes population.
- (ii) Upgrapdation of skills & processes used by persons belonging to Scheduled Castes.
- (iii) Promotion of Small, Cottage & Village Industries.
- (iv) Financing of pilot programmes for upliftment and economic welfare of persons belonging to Scheduled Castes.
- (v) Improvement in flow of financial assistance to persons belonging to Scheduled Castes for their economic well-being.
- (vi) Assistance to target group in setting up their projects by way of project preparation, training and financial assistance.
- (vii) Extending loans to eligible students belonging to Scheduled Castes for pursuing full-time professional and technical courses in India and abroad.
- (viii) Extending loans to eligible youth to enhance their skill & employability by pursuing vocational education & training courses in India.

## 1.1 विजन

अनुसूचित जाति के पात्र व्यक्तियों के सामाजिक–आर्थिक विकास के माध्यम से व्यवस्थित प्रकार से गरीबी को कम करने के लिए चैनलाइजिंग एजेंसियों और अन्य विकास भागीदारों के साथ प्रभावी, उत्तरदायी और सहयोगात्मक तरीके से प्रमुख उत्प्रेरक के रूप में कार्य करना।

## 1.2 लक्ष्य

वित्तीय सहायता के प्रवाह में सुधार और कौशल विकास एवं अन्य नवीन पहलों के माध्यम से अनुसूचित जातियों की समृद्धि को बढ़ावा देना।

## 1.3 उद्देश्य

- (i) अनुसूचित जाति की आबादी के लिए ट्रेडों और अन्य महत्वपूर्ण आर्थिक क्रियाकलापों की पहचान करना।
- (ii) अनुसूचित जाति के व्यक्तियों के कौशल और उनके द्वारा इस्तेमाल की जाने वाली प्रक्रियाओं को उन्नत बनाना।
- (iii) छोटे, कुटीर और ग्रामीण उद्योगों को बढ़ावा देना।
- (iv) अनुसूचित जाति के व्यक्तियों के उत्थान और आर्थिक कल्याण के लिए विशेष कार्यक्रमों को वित्त पोषित करना।
- (v) अनुसूचित जाति के व्यक्तियों के आर्थिक कल्याण के लिए उनके वित्तीय सहायता के प्रवाह में सुधार करना।
- (vi) लक्ष्य समूह को अपनी परियोजना स्थापित करने के लिए परियोजना तैयार करने, प्रशिक्षण और वित्तीय सहायता के लिए सहयोग प्रदान करना।
- (vii) भारत और विदेश में पूर्णकालिक व्यावसायिक/तकनीकी पाठ्यक्रमों में शिक्षा प्राप्त करने के लिए अनुसूचित जाति के पात्र छात्रों को ऋण प्रदान करना।
- (viii) पात्र युवाओं को भारत में वोकेशनल (व्यावसायिक) शिक्षा और प्रशिक्षण पाठ्यक्रम में अध्ययन करने के बाद कौशल और नियोजनीयता में वृद्धि करने के लिए ऋण प्रदान करना।

# अध्यक्ष-सह-प्रबंध निदेशक का संदेश

**डॉ. भीमराव अंबेडकर : सामाजिक न्याय के शिल्पी**

प्रिय पाठकों,

"उन्नति" के इस विशेष अंक के माध्यम से आप सभी से संवाद करते हुए मुझे अत्यंत प्रसन्नता हो रही है। इस अंक की थीम "सामाजिक न्याय से आत्मनिर्भरता की ओर : अवसर, सशक्तिकरण और उन्नति" हमारे राष्ट्र निर्माण के उस व्यापक दृष्टिकोण को प्रतिबिंबित करती है, जिसकी आधारशिला भारत रत्न डॉ. भीमराव अंबेडकर ने रखी थी।

डॉ. अंबेडकर का मानना था कि सामाजिक न्याय केवल अधिकारों की प्राप्ति तक सीमित नहीं है, बल्कि यह प्रत्येक व्यक्ति को अपनी क्षमता के अनुरूप आगे बढ़ने के अवसर प्रदान करने से भी जुड़ा है। उन्होंने शिक्षा, समान अवसर और आर्थिक सशक्तिकरण को सामाजिक परिवर्तन का सबसे प्रभावी माध्यम माना। उनके विचार आज भी हमें एक ऐसे समाज के निर्माण की प्रेरणा देते हैं, जहाँ विकास का लाभ समाज के प्रत्येक वर्ग तक पहुँचे और कोई भी व्यक्ति अवसरों से वंचित न रहे।

इन्हीं आदर्शों को आगे बढ़ाते हुए नेशनल शेड्यूल्ड कास्ट्स फाइनेंस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन (एनएसएफडीसी) अनुसूचित जाति समुदाय के आर्थिक एवं सामाजिक सशक्तिकरण के लिए निरंतर कार्य कर रहा है। रियायती वित्तीय सहायता, कौशल विकास प्रशिक्षण, उद्यमिता संवर्धन, शिक्षा ऋण तथा आजीविका उन्नयन से संबंधित विभिन्न कार्यक्रमों के माध्यम से निगम समाज के वंचित वर्गों को आत्मनिर्भर बनने का अवसर प्रदान कर रहा है। हमारा प्रयास केवल वित्तीय सहायता उपलब्ध कराना नहीं, बल्कि लाभार्थियों में आत्मविश्वास, नेतृत्व क्षमता और स्वावलंबन की भावना विकसित करना भी है।

आज जब देश "आत्मनिर्भर भारत" के संकल्प को साकार करने की दिशा में अग्रसर है, तब यह आवश्यक है कि समाज के कमजोर एवं वंचित वर्ग विकास की इस यात्रा में समान भागीदारी निभाएँ। वास्तविक सामाजिक न्याय तभी संभव है, जब अवसरों की समान उपलब्धता आर्थिक स्वतंत्रता और सम्मानजनक जीवन में परिवर्तित हो।

"उन्नति" का यह अंक सामाजिक न्याय, अवसर सृजन और आत्मनिर्भरता के विविध आयामों पर प्रकाश डालते हुए उन प्रेरक प्रयासों और सफलताओं को भी सामने लाता है, जो परिवर्तन की इस यात्रा को सार्थक बना रहे हैं। मुझे विश्वास है कि इसमें संकलित लेख, अनुभव और विचार पाठकों को प्रेरित करेंगे तथा समावेशी और न्यायपूर्ण समाज के निर्माण के प्रति हमारी सामूहिक प्रतिबद्धता को और मजबूत करेंगे।

आइए, हम सभी डॉ. अंबेडकर के सपनों के उस भारत के निर्माण में अपना योगदान दें, जहाँ सामाजिक न्याय, समान अवसर, आत्मनिर्भरता और मानवीय गरिमा प्रत्येक नागरिक का वास्तविक अधिकार हो।

सादर,

**(प्रभात त्यागी)**

**दिल्ली** **अध्यक्ष सह प्रबंध निदेशक**

# संरक्षक की कलम से

**"सामाजिक न्याय से आत्मनिर्भरता की ओर : अवसर, सशक्तिकरण और उन्नति"**

प्रिय पाठकों,

"उन्नति" के इस अंक की थीम **"सामाजिक न्याय से आत्मनिर्भरता की ओर : अवसर, सशक्तिकरण और उन्नति"** एक ऐसे विषय को केंद्र में रखती है, जो समावेशी विकास और राष्ट्र निर्माण की आधारशिला है। सामाजिक न्याय का वास्तविक अर्थ केवल समान अधिकारों की उपलब्धता नहीं, बल्कि प्रत्येक व्यक्ति को अपनी क्षमताओं के विकास तथा सम्मानजनक जीवन के लिए समान अवसर प्रदान करना है।

आर्थिक सशक्तिकरण सामाजिक न्याय का सबसे प्रभावी साधन है। जब किसी व्यक्ति को शिक्षा, कौशल, रोजगार, उद्यमिता और वित्तीय संसाधनों तक पहुँच प्राप्त होती है, तब वह न केवल आत्मनिर्भर बनता है, बल्कि समाज में सम्मान और समान भागीदारी का अधिकार भी अर्जित करता है। आर्थिक स्वतंत्रता व्यक्ति में आत्मविश्वास का संचार करती है और उसे अपने जीवन के निर्णय स्वयं लेने में सक्षम बनाती है। यही प्रक्रिया सामाजिक समानता और गरिमा की भावना को मजबूत करती है।

भारत के संविधान ने सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय को राष्ट्र के मूल आदर्शों के रूप में स्थापित किया है। इन आदर्शों की सार्थकता तभी सिद्ध होगी, जब विकास के अवसर समाज के अंतिम व्यक्ति तक पहुँचें और वंचित वर्गों को आगे बढ़ने का समान अवसर मिले। इसी उद्देश्य की पूर्ति हेतु नेशनल शेड्यूल्ड कास्ट्स फाइनेंस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन (एनएसएफडीसी) विभिन्न योजनाओं और कार्यक्रमों के माध्यम से अनुसूचित जाति समुदाय के आर्थिक सशक्तिकरण एवं आत्मनिर्भरता के लिए निरंतर कार्य कर रहा है।

मुझे विश्वास है कि "उन्नति" का यह अंक सामाजिक न्याय और आर्थिक सशक्तिकरण के गहरे संबंध को समझने तथा सकारात्मक परिवर्तन की दिशा में सामूहिक प्रयासों को प्रेरित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा।

सादर,

**(सी. रमेश राव)**
**मुख्य महाप्रबंधक**

**दिल्ली**

# मार्गदर्शक का संदेश

## अनुसूचित जातियों के लिए सरकारी योजनाओं की भूमिका

प्रिय पाठकों,

"उन्नति" के इस अंक की थीम **"सामाजिक न्याय से आत्मनिर्भरता की ओर : अवसर, सशक्तिकरण और उन्नति"** हमारे समय की एक महत्वपूर्ण आवश्यकता को रेखांकित करती है। सामाजिक न्याय का वास्तविक स्वरूप तभी साकार होता है, जब समाज के प्रत्येक व्यक्ति को अपनी क्षमता के अनुरूप आगे बढ़ने, सम्मानपूर्वक जीवन जीने और राष्ट्र निर्माण में योगदान देने का अवसर प्राप्त हो।

अनुसूचित जाति समुदाय के सशक्तिकरण में शिक्षा, कौशल विकास, उद्यमिता और वित्तीय समावेशन की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। शिक्षा व्यक्ति को ज्ञान और दृष्टि प्रदान करती है, कौशल विकास उसे रोजगार एवं स्वरोजगार के योग्य बनाता है, उद्यमिता उसे रोजगार सृजक बनने का अवसर देती है और वित्तीय समावेशन उसे विकास की मुख्यधारा से जोड़ता है। इन चारों आयामों का समन्वय ही आत्मनिर्भरता का आधार बनता है।

नेशनल शेड्यूल्ड कास्ट्स फाइनेंस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन (एनएसएफडीसी) इसी उद्देश्य को लेकर कार्य कर रहा है। निगम की शिक्षा ऋण, रियायती वित्तीय सहायता एवं उद्यमिता संवर्धन योजनाओं के साथ-साथ कौशल विकास कार्यक्रम हजारों युवाओं को नई दिशा प्रदान कर रहे हैं। निगम द्वारा युवाओं को उद्योगोन्मुख प्रशिक्षण, कौशल उन्नयन, उद्यमिता विकास तथा रोजगार और स्वरोजगार के अवसर उपलब्ध कराए जा रहे हैं। प्रशिक्षण के उपरांत मार्गदर्शन और वित्तीय सहायता की व्यवस्था उन्हें आत्मनिर्भरता की ओर अग्रसर करती है।

मुझे विश्वास है कि "उन्नति" का यह अंक सामाजिक न्याय और आर्थिक सशक्तिकरण के इस संबंध को समझने तथा सकारात्मक परिवर्तन की प्रेरणा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। आइए, हम सब मिलकर अवसर, सम्मान और आत्मनिर्भरता पर आधारित समावेशी भारत के निर्माण में अपना योगदान दें।

सादर,

**(डेविड रांगते)**
**महाप्रबंधक**

दिल्ली

# संपादकीय

**शब्द, संवेदना और सशक्तीकरण की साझा यात्रा**

भारत की सांस्कृतिक परंपरा में जीवन को कभी केवल भौतिक उपलब्धियों से नहीं आँका गया। यहाँ व्यक्ति, समाज, प्रकृति और विचार—इन सभी के मध्य संतुलन को ही वास्तविक प्रगति का आधार माना गया है। प्रस्तुत गृह पत्रिका का यह अप्रैल–जून 2026 अंक भी इसी संतुलित दृष्टि का परिचायक है। इसमें संविधान की चेतना है, राष्ट्रभावना का स्पंदन है, सामाजिक न्याय का संकल्प है, उद्यमिता का आत्मविश्वास है, योग का अनुशासन है, पर्यावरण के प्रति संवेदनशीलता है और साहित्य की वह मधुर धारा भी है जो मनुष्य को मनुष्य से जोड़ती है।

इस अंक का आरंभ भारत के संविधान की उद्देशिका और राष्ट्रगीत वंदे मातरम् से किया गया है। यह केवल औपचारिकता नहीं, बल्कि उन मूल आदर्शों का स्मरण है जिन पर आधुनिक भारत की नींव रखी गई है। न्याय, स्वतंत्रता, समता और बंधुता के ये मूल्य राष्ट्रीय अनुसूचित जाति वित्त एवं विकास निगम के कार्यों में भी प्रतिबिंबित होते हैं। निगम का मिशन केवल वित्तीय सहायता प्रदान करना नहीं, बल्कि समाज के वंचित वर्गों को अवसर, आत्मविश्वास और सम्मान के साथ विकास की मुख्यधारा से जोड़ना है।

नेशनल शेड्यूल्ड कास्ट्स फाइनेंस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन (एनएसएफडीसी) का कार्य केवल वित्तीय सहायता उपलब्ध कराना नहीं है, बल्कि आत्मविश्वास, आत्मनिर्भरता और उद्यमशीलता का वातावरण तैयार करना भी है। इस अंक में प्रकाशित "आत्मनिर्भर भारत और अनुसूचित जाति उद्यमिता – स्थानीय से वैश्विक बाजार तक की संभावनाएँ" तथा "हरित उद्यमिता और सतत विकास" जैसे आलेख सामाजिक न्याय और आर्थिक सशक्तीकरण के आधुनिक आयामों को रेखांकित करते हैं। ये लेख दर्शाते हैं कि जब अवसर, संसाधन और मार्गदर्शन एक साथ मिलते हैं, तब उद्यमिता केवल रोजगार का माध्यम नहीं रहती, बल्कि सामाजिक परिवर्तन का सशक्त उपकरण बन जाती है। इसी परिप्रेक्ष्य में 'चिंतन शिविर' लेख के माध्यम से अपने लाभार्थियों को आर्थिक रूप से सशक्त बनाने में निगम की योगदान परिलक्षित होता है।

योग का मूल उद्देश्य भी इसी आत्मविकास और आत्मानुशासन की ओर ले जाना है। इस अंक में प्रकाशित योग संबंधी लेख "योग एवं भारतीय संस्कृति" तथा "आधुनिक जीवनशैली, संतुलित आहार और स्वस्थ दिनचर्या" और 'योग एवं भारतीय संस्कृति : स्वस्थ जीवन, समृद्ध समाज और वैश्विक कल्याण का आधार' जैसे लेख स्वस्थ जीवन के व्यावहारिक सूत्र प्रस्तुत करते हैं। साथ ही स्वस्थ जीवनशैली, मानसिक संतुलन और कार्यक्षमता के बीच के गहरे संबंध को रेखांकित करते हैं। विशेष रूप से कर्मचारियों और वरिष्ठ नागरिकों के लिए योग के लाभों पर केंद्रित सामग्री

पाठकों को उपयोगी मार्गदर्शन प्रदान करेगी।

वर्तमान समय में स्वस्थ शरीर और स्वस्थ समाज की चर्चा योग के बिना अधूरी है। संयुक्त राष्ट्र द्वारा मान्यता प्राप्त अंतरराष्ट्रीय योग दिवस आज भारत की उस प्राचीन ज्ञान-परंपरा का वैश्विक उत्सव बन चुका है, जो मानव जीवन में संतुलन और सामंजस्य का संदेश देती है। स्वामी विवेकानंद का यह कथन स्मरणीय है—

"आपको भीतर से विकसित होना होगा; कोई आपको सिखा नहीं सकता, आपकी आत्मा ही आपकी सबसे बड़ी गुरु है।"

इसी प्रकार विश्व पर्यावरण दिवस हमें यह स्मरण कराता है कि विकास और प्रकृति परस्पर विरोधी नहीं, बल्कि पूरक हैं। विकास और पर्यावरण के बीच संतुलन आज मानवता की सबसे बड़ी चुनौतियों में से एक है।

महात्मा गांधी का प्रसिद्ध कथन है—

"पृथ्वी प्रत्येक मनुष्य की आवश्यकता की पूर्ति के लिए पर्याप्त संसाधन प्रदान करती है, किंतु प्रत्येक मनुष्य के लालच के लिए नहीं।"

यह विचार आज पहले से कहीं अधिक प्रासंगिक प्रतीत होता है। पर्यावरण संरक्षण केवल एक अभियान नहीं, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के प्रति हमारी जिम्मेदारी है। इस अंक में प्रकाशित पर्यावरण संबंधी लेख इसी चेतना को आगे बढ़ाते हैं।

किसी भी समाज की सांस्कृतिक पहचान उसकी भाषा से निर्मित होती है। हिंदी केवल राजभाषा नहीं, बल्कि करोड़ों भारतीयों की भावनाओं, विचारों और सांस्कृतिक अनुभवों की अभिव्यक्ति है। भारतेंदु हरिश्चंद्र ने कहा था— "निज भाषा उन्नति अहै, सब उन्नति को मूल।"

राजभाषा प्रगति, शब्दों के सूक्ष्म अंतर, भाषा-विवेचन और साहित्यिक सामग्री को इस अंक में विशेष स्थान देकर हिंदी की अभिव्यक्तिगत शक्ति और समृद्ध परंपरा को रेखांकित करने का प्रयास किया गया है। भाषा केवल संप्रेषण का माध्यम नहीं, बल्कि विचार और संस्कृति की वाहक भी है।

साहित्य मनुष्य के भीतर संवेदना का दीप जलाता है। "बदलते मौसम की छाँव और ऋतुराज की विदाई" जैसे लेख प्रकृति और ऋतुचक्र की अनुभूतियों को शब्द देते हैं, तो "मुश्किल है..." जैसी ग़ज़ल भाव-जगत की सूक्ष्म अभिव्यक्ति प्रस्तुत करती है। राष्ट्रकवि श्याम नारायण पाण्डेय की अमर रचना "चेतक की वीरता" हमें इतिहास, स्वाभिमान और वीरता की परंपरा से जोड़ती है। पुस्तकालय कोना और साहित्यकार परिचय जैसे स्तंभ पाठकों में ज्ञान, अध्ययन, चिंतन और साहित्यिक अभिरुचि का विस्तार करते हैं। साहित्य हमें संवेदनशील बनाता है, इतिहास से जोड़ता है और भविष्य के प्रति आशावान बनाता है।

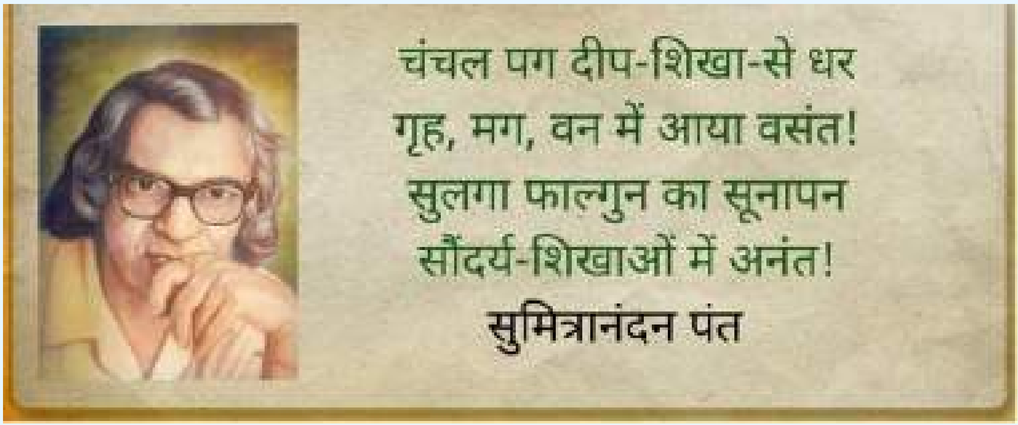
इस अंक में राजभाषा की प्रगति, शाब्दिक अंतर और प्रयोग, भाषा-विकास से जुड़े स्तंभों को स्थान देकर हिंदी की अभिव्यक्तिगत शक्ति और साहित्यिक समृद्धि को रेखांकित करने का प्रयास किया गया है।

गृह पत्रिका की वास्तविक शक्ति उसके रचनाकार होते हैं। इस अंक में अधिकारियों, कर्मचारियों तथा उनके परिवारजनों की सहभागिता यह प्रमाणित करती है कि एनएसएफडीसी केवल एक संस्था नहीं, बल्कि एक जीवंत और सृजनशील परिवार है। यह सामूहिकता ही हमारी सबसे बड़ी पूंजी है।

हमें विश्वास है कि यह अंक पाठकों को केवल जानकारी ही नहीं देगा, बल्कि उन्हें सोचने, सीखने और स्वयं को समृद्ध करने की प्रेरणा भी प्रदान करेगा। संविधान की चेतना, उद्यमिता का आत्मविश्वास, योग का संतुलन, पर्यावरण के प्रति उत्तरदायित्व, हिंदी भाषा का गौरव और साहित्य की मानवीय संवेदना—ये सभी मिलकर एक ऐसे भारत की कल्पना को साकार करते हैं जो समावेशी, आत्मनिर्भर, स्वस्थ और संस्कारित हो।

आइए, स्वस्थ जीवन, स्वच्छ पर्यावरण, समृद्ध भाषा और सशक्त समाज के निर्माण की दिशा में अपने साझा प्रयासों को निरंतर आगे बढ़ाएँ। इसी आशा और विश्वास के साथ यह अंक आपके समक्ष प्रस्तुत है।

**श्रीमती अर्चना मेहरा**
**मुख्य प्रबंधक (राजभाषा)**



# गतिविधियां - मानव संसाधन विभाग

श्री सुशील कुमार शर्मा,
प्रबंधक (मानव संसाधन)

**श्रीमती सुधा, सहायक प्रबंधक एवं श्री गंगा सरन, वरिष्ठ सहायक की गरिमामयी सेवानिवृत्ति**

एनएसएफडीसी प्रधान कार्यालय के प्रशासन विभाग में कार्यरत श्रीमती सुधा, सहायक प्रबंधक एवं श्री गंगा सरन, वरिष्ठ सहायक दिनांक 31 मार्च 2026 को अधिवर्षता की आयु पूर्ण करने उपरांत अपनी दीर्घ एवं उल्लेखनीय सेवाओं के पश्चात सेवानिवृत्त हुए। इस अवसर पर निगम परिवार ने दोनों अधिकारियों के प्रति सम्मान एवं कृतज्ञता व्यक्त करते हुए उनके योगदान को स्मरण किया।

श्रीमती सुधा ने दिनांक 16 मई 1994 को निगम में अपनी सेवाएं प्रारंभ की थीं। लगभग 32 वर्षों के अपने लंबे सेवाकाल में उन्होंने अत्यंत निष्ठा, समर्पण एवं उत्तरदायित्वपूर्ण भावना के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन किया। अपने सौम्य व्यवहार, कार्यकुशलता एवं सकारात्मक कार्यशैली के कारण वे सहकर्मियों के मध्य सदैव सम्मानित रहीं। प्रशासनिक कार्यों के सफल संचालन में उनका योगदान सराहनीय रहा तथा उन्होंने अपने अनुभव एवं दक्षता से विभागीय कार्यों को सुचारु रूप से संपादित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

इसी प्रकार, श्री गंगा सरन ने दिनांक 10 मई 1991 से निगम में अपनी सेवाएं प्रदान करना प्रारंभ किया। लगभग 35 वर्षों की लंबी सेवा अवधि में उन्होंने अपनी कार्यनिष्ठा, अनुशासन एवं समर्पित कार्यशैली से निगम को महत्वपूर्ण योगदान दिया। अपने शांत एवं सहयोगात्मक स्वभाव के कारण वे सहकर्मियों के बीच अत्यंत लोकप्रिय रहे। उन्होंने सदैव अपने दायित्वों का निर्वहन पूरी ईमानदारी एवं तत्परता के साथ किया तथा विभागीय कार्यों के प्रभावी संचालन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

निगम में अपने सेवाकाल के दौरान दोनों कार्मिको ने अपने उत्कृष्ट कार्य एवं समर्पण से संस्था की कार्यसंस्कृति को सुदृढ़ बनाने में महत्वपूर्ण योगदान दिया। उनकी सेवाएं निगम परिवार के लिए सदैव प्रेरणास्रोत रहेंगी।

इस अवसर पर एनएसएफडीसी परिवार ने उनके दीर्घकालीन, समर्पित एवं मूल्यवान योगदान के प्रति हार्दिक आभार व्यक्त करते हुए उनके स्वस्थ, सुखमय, समृद्ध एवं आनंदमय जीवन की मंगलकामनाएं कीं। निगम परिवार को विश्वास है कि वे अपने अनुभव, सकारात्मक दृष्टिकोण एवं जीवन मूल्यों से आगे भी समाज एवं परिवार के लिए प्रेरणा स्रोत बने रहेंगे।

## iGOT कर्मयोगी पोर्टल पर अनिवार्य प्रशिक्षण पाठ्यक्रमों के सफल क्रियान्वयन हेतु वर्ष 2025-26 की वार्षिक योजना

केंद्र सरकार द्वारा अधिकारियों एवं कर्मचारियों की क्षमता निर्माण प्रक्रिया को सुदृढ़ बनाने तथा उन्हें आधुनिक प्रशासनिक आवश्यकताओं के अनुरूप दक्ष बनाने के उद्देश्य से संचालित iGOT कर्मयोगी पोर्टल आज एक महत्वपूर्ण डिजिटल प्रशिक्षण मंच के रूप में स्थापित हो चुका है। इसी क्रम में, सरकारी दिशा-निर्देशों के अनुपालन तथा निगम के अधिकारियों एवं कर्मचारियों की व्यवहारिक, कार्यात्मक एवं कार्यक्षेत्र संबंधी दक्षताओं को और अधिक विकसित करने के उद्देश्य से कॉर्पोरेशन द्वारा सितंबर 2025 में वर्ष 2025-26 हेतु एक विस्तृत वार्षिक प्रशिक्षण योजना एवं प्रशिक्षण कैलेंडर जारी किया गया।

इस वार्षिक प्रशिक्षण कैलेंडर में विभिन्न स्तरों के अधिकारियों एवं कर्मचारियों के लिए उनकी भूमिका एवं कार्यदायित्वों के अनुरूप अनिवार्य प्रशिक्षण पाठ्यक्रम निर्धारित किए गए। प्रशिक्षण कार्यक्रमों का उद्देश्य केवल ज्ञानवृद्धि तक सीमित न होकर कर्मचारियों की कार्यकुशलता, निर्णय क्षमता, नेतृत्व कौशल, नैतिक मूल्यों तथा प्रशासनिक दक्षता को सुदृढ़ बनाना था, ताकि वे बदलते कार्य परिवेश में अधिक प्रभावी ढंग से अपनी जिम्मेदारियों का निर्वहन कर सकें।

प्रशिक्षण योजना के अंतर्गत iGOT कर्मयोगी पोर्टल पर अनेक महत्वपूर्ण एवं समसामयिक विषयों को सम्मिलित किया गया। इनमें अनुसूचित जातियों के कल्याण हेतु योजनाएं, नेतृत्व क्षमता विकास, व्यक्तिगत एवं व्यावसायिक प्रभावशीलता, समस्या समाधान एवं निर्णय लेने की कला, कार्यालय प्रक्रियाएं, सूचना का अधिकार अधिनियम, प्रभावी संचार कौशल, नैतिक चिंतन, नोटिंग एवं ड्राफ्टिंग, योग एवं प्राणायाम, आचरण नियम, कर्मचारियों के लिए "क्या करें और क्या न करें", मूल्य एवं नैतिकता, चैट जीपीटी एवं जनरेटिव एआई उपकरणों का उपयोग, सरकारी ई-मार्केटप्लेस (GeM), भावात्मक बुद्धि तथा समय प्रबंधन जैसे विविध विषय शामिल थे।

इन पाठ्यक्रमों ने अधिकारियों एवं कर्मचारियों को न केवल प्रशासनिक प्रक्रियाओं की बेहतर समझ प्रदान की, बल्कि आधुनिक तकनीकी एवं डिजिटल उपकरणों के प्रभावी उपयोग के प्रति भी जागरूक किया। विशेष रूप से कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) एवं जनरेटिव एआई उपकरणों से संबंधित प्रशिक्षण ने कर्मचारियों को नई तकनीकों के प्रति अनुकूल बनने और कार्य निष्पादन में नवाचार अपनाने हेतु प्रेरित किया। वहीं नैतिकता, आचरण नियम एवं भावात्मक बुद्धि जैसे विषयों ने कार्यस्थल पर सकारात्मक एवं उत्तरदायी कार्यसंस्कृति को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

यह उल्लेखनीय है कि निगम के लगभग सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने अपने-अपने स्तर के लिए निर्धारित अनिवार्य प्रशिक्षण कार्यक्रमों को सफलतापूर्वक पूर्ण किया। प्रशिक्षण कार्यक्रमों में उनकी सक्रिय सहभागिता एवं उत्साह यह दर्शाता है कि निगम में सतत् अधिगम (Continuous Learning) एवं क्षमता निर्माण की संस्कृति को गंभीरता से अपनाया जा रहा है। इन पाठ्यक्रमों से प्राप्त ज्ञान एवं कौशल ने कर्मचारियों की व्यवहारिक दक्षता, कार्य निष्पादन क्षमता तथा पेशेवर दृष्टिकोण को और अधिक सुदृढ़ बनाया।

कॉर्पोरेशन का यह प्रयास न केवल कर्मचारियों के व्यक्तिगत एवं व्यावसायिक विकास की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम सिद्ध हुआ, बल्कि इससे संगठनात्मक कार्यक्षमता एवं सेवा गुणवत्ता में भी सकारात्मक वृद्धि देखने को मिली। भविष्य में भी निगम द्वारा अधिकारियों एवं कर्मचारियों के क्षमता निर्माण एवं कौशल विकास हेतु ऐसे प्रशिक्षण कार्यक्रमों को निरंतर प्रोत्साहित किए जाने का संकल्प व्यक्त किया गया है।

निगम (एनएसएफडीसी) की एक अधिकारी, श्रीमती अन्नु भोगल, कंपनी सचिव/महाप्रबंधक (वित्त) ने भारतीय कॉर्पोरेट कार्य संस्थान (आईआईसीए) के सहयोग से लोक उद्यम विभाग, वित्त मंत्रालय द्वारा 15 से 19 जून, 2026 तक गंगटोक में आयोजित 'डीपीई दिशा-निर्देशों सहित नियामक ढांचे पर ध्यान केंद्रित करते हुए अनुपालन, शासन और प्रदर्शन प्रबंधन की प्रभावशीलता' पर पांच दिवसीय आवासीय प्रशिक्षण कार्यक्रम में भाग लिया।

# गतिविधियाँ - राजभाषा

श्री सुरेंद्र कुमार,
उप प्रबंधक, एनएसएफडीसी

राजभाषा हिंदी के संवर्धन, प्रोत्साहन एवं प्रभावी कार्यान्वयन के उद्देश्य से नेशनल शेड्यूल्ड कास्ट्स फाइनेंस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन (एनएसएफडीसी) द्वारा अप्रैल–जून 2026 तिमाही के दौरान विभिन्न महत्वपूर्ण गतिविधियों का सफलतापूर्वक आयोजन एवं क्रियान्वयन किया गया।

## 1. तिमाही प्रगति रिपोर्ट की समीक्षा

राजभाषा नीति तथा गृह मंत्रालय द्वारा जारी वार्षिक कार्यक्रम 2025-26 के अनुरूप निगम के विभिन्न विभागों एवं डेस्कों से प्राप्त जनवरी–मार्च 2026 तिमाही रिपोर्टों की विस्तृत समीक्षा की गई। समीक्षा के दौरान राजभाषा कार्यान्वयन की प्रगति का मूल्यांकन किया गया तथा आवश्यक सुधारात्मक सुझाव संबंधित विभागों को प्रेषित किए गए।

## 2. प्रशिक्षण कार्यक्रम में सहभागिता

दिनांक 02 जून, 2026 को मुख्य प्रबंधक तथा उप प्रबंधक (राजभाषा) ने नराकास (उपक्रम-1), दिल्ली द्वारा आयोजित "संसदीय राजभाषा समिति की निरीक्षण प्रश्नावली" विषयक प्रशिक्षण कार्यक्रम में निगम का प्रतिनिधित्व किया। कार्यक्रम में संसदीय राजभाषा समिति के निरीक्षण से संबंधित विभिन्न पहलुओं, प्रश्नावलियों तथा राजभाषा कार्यान्वयन के मानकों पर विस्तृत जानकारी प्रदान की गई।

## 3. हिंदी कार्यशाला में सहभागिता

दिनांक 03 जून, 2026 को हिंदुस्तान पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड, दिल्ली द्वारा आयोजित "वार्षिक कार्यक्रम के विषय पर एक पूर्ण दिवसीय कार्यशाला" में मुख्य प्रबंधक एवं उप प्रबंधक (राजभाषा) ने भाग लिया। कार्यशाला में राजभाषा नीति के प्रभावी अनुपालन, वार्षिक कार्यक्रम के लक्ष्यों तथा कार्यालयीन कार्यों में हिंदी के अधिकतम प्रयोग संबंधी विषयों पर सारगर्भित चर्चा हुई।

## 4. गृह पत्रिका 'उन्नति' का डिजिटल विमोचन

दिनांक 11 मई, 2026 को आयोजित एनएसएफडीसी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक के अवसर पर निगम की गृह पत्रिका **'उन्नति'** का डिजिटल विमोचन किया गया। इस अवसर पर श्री प्रभात त्यागी, अध्यक्ष-सह-प्रबंध निदेशक, एनएसएफडीसी तथा श्री संजीव कुमार, संयुक्त महाप्रबंधक (राजभाषा), भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण, सफदरजंग एयरपोर्ट एवं सदस्य-सचिव, नराकास (उपक्रम-1), दिल्ली द्वारा संयुक्त रूप से पत्रिका का विमोचन किया गया।

**योग अपनाएं, स्वस्थ जीवन पाएं।**

अध्यक्ष-सह-प्रबंध निदेशक एवं नराकास प्रतिनिधि द्वारा गृह पत्रिका 'उन्नति' का डिजिटल विमोचन

यह पहल हिंदी के प्रचार-प्रसार, संस्थागत गतिविधियों के प्रभावी संप्रेषण तथा कर्मचारियों की रचनात्मक अभिव्यक्ति को प्रोत्साहन प्रदान करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

### 5. राजभाषा कार्यान्वयन समिति की प्रथम तिमाही बैठक

दिनांक 11 मई 2026 को निगम के बोर्ड कक्ष में 'एनएसएफडीसी की राजभाषा कार्यान्वयन समिति (2026-27)' की प्रथम तिमाही बैठक अध्यक्ष-सह-प्रबंध निदेशक की अध्यक्षता में आयोजित की गई।

बैठक में कार्यालयीन कार्यों में हिंदी के प्रयोग को बढ़ावा देने, राजभाषा नीति के प्रभावी क्रियान्वयन, तिमाही प्रगति की समीक्षा तथा आगामी कार्ययोजना पर विस्तार से विचार-विमर्श किया गया। बैठक में श्री संजीव कुमार, संयुक्त महाप्रबंधक (राजभाषा), भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण, सफदरजंग एयरपोर्ट एवं सदस्य-सचिव, नराकास (उपक्रम-1), दिल्ली की गरिमामयी उपस्थिति विशेष रूप से उल्लेखनीय रही।

हिंदी कार्यशाला की झलकी

*****

## राजभाषा संकल्प

**"कार्यालयीन कार्यों में हिंदी का बढ़ता प्रयोग न केवल राजभाषा नीति के प्रभावी क्रियान्वयन का प्रतीक है, बल्कि यह प्रशासनिक दक्षता, जनसंपर्क और भाषाई आत्मनिर्भरता को भी सुदृढ़ बनाता है।"**

# वित्तीय वर्ष 2026-27 के लिए वार्षिक कार्यक्रम जारी किया गया और वित्तीय वर्ष 2026-27 के लिए जांच बिंदु भी जारी किया गया।

| क्र.सं. | कार्य विवरण | "क" क्षेत्र | "ख" क्षेत्र | "ग" क्षेत्र |
|---|---|---|---|---|
| 1. | हिंदी में मूल पत्राचार (ई-मेल सहित) | 1. क क्षेत्र से क क्षेत्र को 100%<br>2. क क्षेत्र से ख क्षेत्र को 100%<br>3. क क्षेत्र से ग क्षेत्र को 70%<br>4. क क्षेत्र से क व ख क्षेत्र के राज्य/संघ राज्य क्षेत्र के कार्यालय/व्यक्ति | 1 ख क्षेत्र से क क्षेत्र को 90%<br>2 ख क्षेत्र से ख क्षेत्र को 90%<br>3 ख क्षेत्र से ग क्षेत्र को 60%<br>4. ख क्षेत्र से क व ख क्षेत्र के राज्य/संघ राज्य क्षेत्र के कार्यालय/व्यक्ति | 1 ग क्षेत्र से क क्षेत्र को 60%<br>2 ग क्षेत्र से ख क्षेत्र को 60%<br>3 ग क्षेत्र से ग क्षेत्र को 60%<br>4.ग क्षेत्र से क व ख क्षेत्र के राज्य/संघ राज्य क्षेत्र के कार्यालय/व्यक्ति |
| 2. | हिंदी में प्राप्त पत्रों का उत्तर हिंदी में दिया जाना | 100% | 100% | 100% |
| 3. | हिंदी में टिप्पण | 80% | 55% | 35% |
| 4. | हिंदी माध्यम से प्रशिक्षण कार्यक्रम | 75% | 65% | 35% |
| 5. | हिंदी टंकण करने वाले कर्मचारी एवं आशुलिपिक की भर्ती | 80% | 70% | 45% |
| 6. | हिंदी में डिक्टेशन/की बोर्ड पर सीधे टंकण (स्वयं तथा सहायक द्वारा) | 70% | 60% | 35% |
| 7. | हिंदी प्रशिक्षण (भाषा, टंकण, आशुलिपि) | 100% | 100% | 100% |
| 8. | द्विभाषी प्रशिक्षण सामग्री तैयार करना | 100% | 100% | 100% |
| 9. | जर्नल और मानक संदर्भ पुस्तकों को छोड़कर पुस्तकालय के कुल अनुदान में से डिजिटल सामग्री अर्थात हिंदी ई-पुस्तक, ई-हिंदी समाचार पत्र, सीडी/डीवीडी, वेबसाइट तथा अंग्रेजी और क्षेत्रीय भाषाओं से हिंदी में अनुवाद पर व्यय की गई राशि सहित हिंदी पुस्तकों की खरीद पर किया गया व्यय। | 50% | 50% | 50% |
| 10. | हिंदी और अंग्रेजी दोनों भाषाओं में काम करने की सुविधायुक्त इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों जिनमें कंप्यूटर भी शामिल है, की खरीद | 100% | 100% | 100% |
| 11. | वेबसाइट द्विभाषी हो | 100% | 100% | 100% |
| 12. | नागरिक चार्टर तथा जन सूचना बोर्ड आदि द्विभाषी रूप में प्रदर्शित किए जाएं। | 100% | 100% | 100% |
| 13 (i) | मंत्रालयों/विभागों और कार्यालयों के अधिकारियों (उ.स./निदे./सं.स.) तथा राजभाषा विभाग के अधिकारियों द्वारा अपने मुख्यालय से बाहर स्थित कार्यालयों का निरीक्षण (कार्यालयों का प्रतिशत) | 30% (न्यूनतम) | 30% (न्यूनतम) | 30% (न्यूनतम) |
| (ii) | मुख्यालय में स्थित अनुभागों का निरीक्षण | 30% (न्यूनतम) | 30% (न्यूनतम) | 30% (न्यूनतम) |
| (iii) | विदेश में स्थित केंद्र सरकार के स्वामित्व एवं नियंत्रण के अधीन कार्यालयों/उपक्रमों का संबंधित अधिकारियों तथा राजभाषा विभाग के अधिकारियों द्वारा संयुक्त निरीक्षण | | वर्ष में कम से कम एक निरीक्षण | |
| 14. | राजभाषा संबंधी बैठकें<br>(क) हिंदी सलाहकार समिति<br>(ख) नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति<br>(ग) राजभाषा कार्यान्वयन समिति | | वर्ष में 2 बैठकें<br>वर्ष में 2 बैठकें (प्रति छमाही एक बैठक),<br>वर्ष में 4 बैठकें (प्रति तिमाही एक बैठक) | |
| 15. | कोड, मैनुअल, फॉर्म, प्रक्रिया साहित्य का हिंदी अनुवाद | 100% | 100% | 100% |
| 16. | मंत्रालयों/विभागों/कार्यालयों/बैंकों/उपक्रमों के ऐसे अनुभाग जहाँ संपूर्ण कार्य हिंदी में हो। | 45% | 35%<br>(न्यूनतम अनुभाग)<br>सार्वजनिक क्षेत्र के उन उपक्रमों/निगमों आदि, जहाँ अनुभाग जैसी कोई अवधारणा नहीं है, "क" क्षेत्र में कुल कार्य का 45%, "ख" क्षेत्र में 30% और "ग" क्षेत्र में 20% कार्य हिंदी में किया जाए। | 25% |

## प्रशासनिक वाक्यांश

| क्र.सं. | English Sentence | हिंदी वाक्यांश |
|---|---|---|
| 1 | It needs further clarification. | इसे और अधिक स्पष्टीकरण की आवश्यकता है। |
| 2 | This is a record in itself. | ये अपने आप में एक कीर्तिमान है। |
| 3 | She commended the potential of women collectives. | उन्होंने महिला समूहों की क्षमता की सराहना की। |
| 4 | The scheme continues to be a beacon of financial inclusion. | यह योजना वित्तीय समावेशन का प्रकाश स्तंभ बनी हुई है |
| 5 | Partnership of dreams of common citizens is the assurance of a bright future. | आम नागरिकों के सपनों की साझेदारी ही सुनहरे भविष्य का आश्वासन है। |
| 6 | A status report on each project execution will be submitted on quarterly basis. | प्रत्येक परियोजना कार्यान्वयन पर एक स्थिति रिपोर्ट त्रैमासिक आधार पर प्रस्तुत की जाएगी। |
| 7 | Soft loans granted under the scheme shall be free from all kind of taxes. | इस योजना के तहत दिये गए सुलभ ऋण सभी प्रकार के करों से मुक्त होंगे। |
| 8 | A copy of the new guideline is attached. | नये दिशा-निर्देशों की प्रति संलग्न है। |
| 9 | In supersession of the guidelines issued a new set of guidelines has been finalized with the approval of the competent authority. | जारी दिशानिर्देशों के स्थान पर सक्षम प्राधिकारी के अनुमोदन से दिशानिर्देशों के एक नए सेट को अंतिम रूप दिया गया है। |
| 10 | This dialogue was held at the level of Additional Secretary. | यह वार्ता अपर सचिव स्तर पर हुई। |
| 11 | This is to promote social justice, safeguarding the rights of scheduled castes communities | इसका उद्देश्य सामाजिक न्याय को बढ़ावा देना, अनुसूचित जाति समुदायों के अधिकारों की रक्षा करना है। |
| 12 | To take special steps to protect the interests of children, aged and other vulnerable sections of the society. | बच्चों, वृद्धों और समाज के अन्य कमजोर वर्गों के हितों की रक्षा के लिए विशेष कदम उठाना। |
| 13 | To promote national integration. | राष्ट्रीय एकता को बढ़ावा देना। |
| 14 | We are in touch with the authorities. | हम अधिकारियों के संपर्क में हैं। |
| 15 | These have become a major source of employment. | ये रोजगार का बड़ा जरिया बन गए हैं। |
| 16 | It does not infringe upon the rights of any existing citizens. | यह किसी भी मौजूदा नागरिक के अधिकारों का उल्लंघन नहीं करता है। |
| 17 | This is a big success for the country. | यह देश के लिए बड़ी सफलता है. |
| 18 | We are making efforts to secure permanent membership. | हम स्थायी सदस्यता सुनिश्चित करने के प्रयास कर रहे हैं। |
| 19 | Fund release is a continuous process. | निधि जारी करना एक सतत प्रक्रिया है। |
| 20 | The budgetary allocation has been enhanced. | बजटीय आबंटन बढ़ाया गया है। |

# आत्मनिर्भर भारत और अनुसूचित जाति उद्यमिता – स्थानीय से वैश्विक बाजार तक की संभावनाएँ

**श्री रजनीश गोविंद बनकर**
**उप महाप्रबंधक**

## प्रस्तावना

भारत आज "आत्मनिर्भर भारत" के संकल्प के साथ विकास की नई ऊँचाइयों की ओर अग्रसर है। इस अभियान का उद्देश्य केवल आर्थिक आत्मनिर्भरता प्राप्त करना नहीं, बल्कि समाज के प्रत्येक वर्ग को विकास प्रक्रिया का सक्रिय भागीदार बनाना भी है। विशेष रूप से अनुसूचित जाति समुदाय के लिए यह अभियान नए अवसरों, नवाचारों और आर्थिक सशक्तिकरण का द्वार खोल रहा है।

**"उद्यमिता केवल व्यवसाय नहीं, बल्कि आत्मविश्वास, सम्मान और सामाजिक परिवर्तन का माध्यम है।"**

लंबे समय तक सामाजिक और आर्थिक चुनौतियों का सामना करने वाले अनुसूचित जाति समुदाय के लिए उद्यमिता आज आत्मनिर्भरता का एक प्रभावी साधन बनकर उभरी है। स्वरोजगार और व्यवसाय के माध्यम से न केवल आर्थिक स्थिति में सुधार हो रहा है, बल्कि सामाजिक सम्मान और निर्णय लेने की क्षमता भी बढ़ रही है।

## आत्मनिर्भर भारत की अवधारणा

आत्मनिर्भर भारत का अर्थ दुनिया से अलग-थलग होना नहीं है, बल्कि अपनी क्षमताओं, संसाधनों और प्रतिभाओं को विकसित कर वैश्विक प्रतिस्पर्धा में मजबूत स्थान बनाना है। इस पहल के पाँच प्रमुख आधार हैं—

- अर्थव्यवस्था
- आधारभूत संरचना
- प्रौद्योगिकी आधारित प्रणाली
- जनसांख्यिकीय शक्ति
- मांग और आपूर्ति

**"अवसर तभी बदलते हैं, जब सपने उद्यम बन जाते हैं।"**

इन सभी क्षेत्रों में उद्यमिता की महत्वपूर्ण भूमिका है। जब समाज के वंचित वर्ग उद्यमी बनते हैं, तब विकास अधिक समावेशी और टिकाऊ बनता है।

## अनुसूचित जाति समुदाय और उद्यमिता

अतीत में अनुसूचित जाति समुदाय के अधिकांश लोगों के पास पूंजी, बाजार, प्रशिक्षण और नेटवर्किंग की सीमित उपलब्धता थी। परिणामस्वरूप वे बड़े पैमाने पर स्वरोजगार या उद्यमिता से दूर रहे। किन्तु आज परिस्थितियाँ बदल रही हैं। शिक्षा का प्रसार, कौशल विकास कार्यक्रम, डिजिटल तकनीक और संस्थागत वित्तीय सहायता ने नई संभावनाओं के द्वार खोले हैं। युवा उद्यमी अब केवल स्थानीय बाजार तक सीमित नहीं हैं, बल्कि ई-कॉमर्स और डिजिटल प्लेटफॉर्म के माध्यम से राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय बाजारों तक पहुँच बना रहे हैं।

**"रोजगार खोजने वाले नहीं, रोजगार देने वाले बनें।"**

### आर्थिक सशक्तिकरण का माध्यम

उद्यमिता केवल आय का स्रोत नहीं है। यह व्यक्ति को आत्मसम्मान, स्वतंत्रता और नेतृत्व प्रदान करती है। जब कोई युवा अपना व्यवसाय स्थापित करता है—

- उसकी आय बढ़ती है।
- परिवार की आर्थिक स्थिति मजबूत होती है।
- नए रोजगार के अवसर पैदा होते हैं।
- समाज में उसकी पहचान बनती है।

**"सशक्त उद्यमी, सशक्त समाज।"**

इस प्रकार उद्यमिता सामाजिक न्याय को व्यवहारिक रूप देती है और आर्थिक समानता को बढ़ावा देती है।

### एनएसएफडीसी की महत्वपूर्ण भूमिका

नेशनल शेड्यूल्ड कास्ट्स फाइनेंस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन (एनएसएफडीसी) अनुसूचित जाति समुदाय के आर्थिक सशक्तिकरण के लिए महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। निगम द्वारा—

- रियायती दरों पर ऋण उपलब्ध कराया जाता है।
- शिक्षा ऋण प्रदान किए जाते हैं।
- कौशल विकास प्रशिक्षण आयोजित किए जाते हैं।
- उद्यमिता विकास कार्यक्रम संचालित किए जाते हैं।
- स्वरोजगार एवं सूक्ष्म उद्यमों को प्रोत्साहित किया जाता है।

इन योजनाओं के माध्यम से हजारों लाभार्थी अपना व्यवसाय स्थापित कर आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बने हैं। अभी तक 35 साल की यात्रा में एनएसएफडीसी द्वारा रियायती ब्याज दर पर लगभग रु.9000.00 करोड़ की वित्तीय सहायता से करीब 17.00 लाख उद्यमियों को लाभ पहुंचाया गया है।

### अवसरों को उपलब्धियों में बदलने का माध्यम

एनएसएफडीसी केवल वित्तीय सहायता प्रदान करने वाली संस्था नहीं है, बल्कि यह अनुसूचित जाति समुदाय के लिए अवसरों और उपलब्धियों के बीच एक सशक्त सेतु का कार्य करती है। निगम द्वारा राज्य चैनलाइजिंग एजेंसियों, बैंकों तथा अन्य भागीदार संस्थाओं के माध्यम से लाभार्थियों तक योजनाओं की पहुँच सुनिश्चित की जाती है। शिक्षा, कौशल, वित्त और उद्यमिता को एकीकृत दृष्टिकोण से जोड़कर निगम ऐसे वातावरण का निर्माण कर रहा है, जहाँ युवा केवल रोजगार प्राप्त करने तक सीमित न रहकर नवाचार और उद्यमिता के माध्यम से दूसरों के लिए भी रोजगार के अवसर सृजित कर सकें।

### कौशल विकास से सफलता का मार्ग

किसी भी उद्यम की सफलता केवल पूंजी पर निर्भर नहीं करती। उसके लिए उचित कौशल, तकनीकी ज्ञान और बाजार की समझ भी आवश्यक होती है। यही कारण है कि आज कौशल विकास को आर्थिक सशक्तिकरण का आधार माना जाता है।

कौशल प्रशिक्षण से युवाओं को—

- आधुनिक तकनीकों की जानकारी मिलती है।
- व्यवसाय प्रबंधन का ज्ञान प्राप्त होता है।
- रोजगार एवं स्वरोजगार की संभावनाएँ बढ़ती हैं।
- प्रतिस्पर्धात्मक बाजार में टिकने की क्षमता विकसित होती है।
- वस्त्र मंत्रालय के साथ समझौता ज्ञापन।
- उपलब्धियां – प्रशिक्षण एवं क्षमता वर्धन ।

### डिजिटल युग में नए अवसर

आज डिजिटल क्रांति ने व्यवसाय करने के तरीके को पूरी तरह बदल दिया है। अब एक छोटा उद्यमी भी—

- सोशल मीडिया के माध्यम से प्रचार कर सकता है।
- ऑनलाइन भुगतान स्वीकार कर सकता है।
- ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म पर अपने उत्पाद बेच सकता है।
- देश-विदेश के ग्राहकों तक पहुँच सकता है।

**"डिजिटल बनें, वैश्विक बनें।"**

उत्पादों की ऑनलाइन बिक्री के लिए 'ट्यूलिप' नामक ऑनलाइन प्लैटफार्म उपलब्ध करवाया। मोबाइल फोन और इंटरनेट ने ग्रामीण क्षेत्रों के उद्यमियों को भी वैश्विक बाजार से जोड़ दिया है।

### वैश्विक बाजार तक आसान पहुँच

डिजिटल तकनीक ने छोटे उद्यमों और स्थानीय उत्पादों के लिए अभूतपूर्व संभावनाएँ उत्पन्न की हैं। आज कोई भी उद्यमी अपने उत्पादों को केवल स्थानीय मंडी या बाजार तक सीमित रखने के बजाय ऑनलाइन प्लेटफॉर्म, सोशल मीडिया और डिजिटल मार्केटिंग के माध्यम से देश और विदेश के ग्राहकों तक पहुँचा सकता है। 'वोकल फॉर लोकल' की भावना ने स्थानीय उत्पादों को नई पहचान दी है, जबकि डिजिटल भुगतान प्रणालियों और ई-कॉमर्स मंचों ने व्यापार को अधिक सरल, पारदर्शी और सुलभ बनाया है। यह परिवर्तन विशेष रूप से उन युवा उद्यमियों के लिए लाभकारी सिद्ध हो रहा है जो सीमित संसाधनों के बावजूद बड़े सपने देखने और उन्हें साकार करने का साहस रखते हैं।

### स्थानीय उत्पादों की वैश्विक पहचान

भारत के विभिन्न क्षेत्रों में अनेक पारंपरिक उत्पाद तैयार किए जाते हैं, जिनकी वैश्विक बाजार में भी मांग है। उदाहरण के लिए—

**"स्थानीय उत्पादों की वैश्विक पहचान"**

- हस्तशिल्प
- हथकरघा उत्पाद
- जैविक उत्पाद
- खाद्य प्रसंस्करण उत्पाद
- प्राकृतिक एवं पर्यावरण-अनुकूल वस्तुएँ

यदि इन उत्पादों की गुणवत्ता, पैकेजिंग और विपणन पर ध्यान दिया जाए, तो वे अंतरराष्ट्रीय बाजार में अपनी विशिष्ट पहचान बना सकते हैं।

### महिला उद्यमिता का बढ़ता योगदान

अनुसूचित जाति समुदाय की महिलाओं में भी उद्यमिता के प्रति रुचि तेजी से बढ़ रही है। महिलाएँ आज—

- स्वयं सहायता समूह चला रही हैं।
- सूक्ष्म उद्योग स्थापित कर रही हैं।
- ऑनलाइन व्यापार कर रही हैं।
- खाद्य प्रसंस्करण एवं हस्तशिल्प क्षेत्रों में सफलता प्राप्त कर रही हैं।

**"जब महिलाएँ बनती हैं उद्यमी, तब समाज बनता है आत्मनिर्भर।"**

महिला उद्यमिता न केवल परिवार की आय बढ़ाती है, बल्कि सामाजिक परिवर्तन का भी आधार बनती है। पिछले 5 वर्षों में 68 प्रतिशत महिला लाभार्थियों को कवर किया गया।

### चुनौतियाँ अभी भी मौजूद हैं

हालाँकि संभावनाएँ व्यापक हैं, फिर भी कुछ चुनौतियाँ बनी हुई हैं—

- वित्तीय संसाधनों तक सीमित पहुँच
- विपणन संबंधी जानकारी का अभाव
- तकनीकी ज्ञान की कमी
- डिजिटल साक्षरता का अभाव
- प्रतिस्पर्धी बाजार में टिके रहने की चुनौती

**स्थानीय से वैश्विक—यही आत्मनिर्भर भारत की पहचान।"**

इन चुनौतियों का समाधान प्रशिक्षण, मार्गदर्शन, वित्तीय सहायता और डिजिटल सशक्तिकरण के माध्यम से किया जा सकता है।

### भविष्य की दिशा

आने वाले वर्षों में भारत की अर्थव्यवस्था में सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यमों की भूमिका और अधिक बढ़ेगी। अनुसूचित जाति समुदाय के उद्यमियों के लिए यह स्वर्णिम अवसर है।

यदि —

- कौशल विकास को बढ़ावा मिले,
- वित्तीय सहायता सुलभ हो,
- डिजिटल प्लेटफॉर्म तक पहुँच बढ़े,
- नवाचार को प्रोत्साहन मिले,

तो लाखों युवा सफल उद्यमी बन सकते हैं।

### निष्कर्ष

आत्मनिर्भर भारत का सपना तभी साकार होगा जब विकास का लाभ समाज के प्रत्येक वर्ग तक पहुँचे। अनुसूचित जाति समुदाय की उद्यमिता इस दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। यह केवल आर्थिक प्रगति का माध्यम नहीं, बल्कि सामाजिक सम्मान, समान अवसर और सशक्तिकरण का भी आधार है।

आज आवश्यकता है कि हम उद्यमिता को सामाजिक परिवर्तन के साधन के रूप में देखें और युवाओं को नवाचार, कौशल तथा आत्मनिर्भरता की दिशा में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करें। एनएसएफडीसी जैसी संस्थाएँ इस परिवर्तन यात्रा की महत्वपूर्ण सहयोगी हैं, जो अवसरों को उपलब्धियों में बदलने का कार्य कर रही हैं।

**“सामाजिक न्याय का वास्तविक स्वरूप तब दिखाई देता है, जब अवसर आत्मनिर्भरता में बदलते हैं और आत्मनिर्भरता सम्मानजनक जीवन का आधार बनती है।”**

**योग है जीवन का आधार, स्वास्थ्य का सच्चा उपहार।**

**विश्व पर्यावरण दिवस (5 जून)**

# हरित उद्यमिता और सतत विकास : प्रकृति और प्रगति का संतुलित मार्ग

श्री अमित भाटिया,
उप महाप्रबंधक

## प्रस्तावना

वर्तमान समय में विश्व दो महत्वपूर्ण चुनौतियों का सामना कर रहा है—एक ओर आर्थिक विकास की बढ़ती आवश्यकता है, तो दूसरी ओर पर्यावरण संरक्षण की अनिवार्यता। औद्योगीकरण, शहरीकरण और संसाधनों के अत्यधिक दोहन ने विकास को गति तो दी है, किंतु इसके परिणामस्वरूप जलवायु परिवर्तन, प्रदूषण, जल संकट और जैव विविधता के क्षरण जैसी समस्याएँ भी सामने आई हैं। ऐसे समय में विकास का ऐसा मॉडल आवश्यक है जो आर्थिक प्रगति और पर्यावरणीय संतुलन दोनों को साथ लेकर चले। इसी आवश्यकता से "हरित उद्यमिता" की अवधारणा का जन्म हुआ है। विश्व पर्यावरण दिवस, जो प्रतिवर्ष 5 जून को मनाया जाता है, हमें यह अवसर प्रदान करता है कि हम पर्यावरण संरक्षण और सतत विकास के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को पुनः सुदृढ़ करें।

"पृथ्वी हर व्यक्ति की आवश्यकता पूरी कर सकती है, लेकिन हर व्यक्ति का लालच नहीं।" — महात्मा गांधी

इसका अर्थ है कि प्रकृति ने हमें जीवित रहने के लिए पर्याप्त संसाधन (जैसे पानी, हवा, भोजन और भूमि) दिए हैं। लेकिन अगर मनुष्य अपने लालच में आकर प्राकृतिक संसाधनों का अत्यधिक दोहन और संचय करेगा, तो वे कभी कम पड़ जाएंगे।

## क्या है हरित उद्यमिता?

हरित उद्यमिता (Green Entrepreneurship) का आशय ऐसे व्यवसायों और उद्यमों से है जो पर्यावरण के संरक्षण, प्राकृतिक संसाधनों के विवेकपूर्ण उपयोग और प्रदूषण में कमी लाने के उद्देश्य से कार्य करते हैं। ये उद्यम लाभ अर्जित करने के साथ-साथ समाज और पर्यावरण के प्रति अपनी जिम्मेदारियों का भी निर्वहन करते हैं। सौर ऊर्जा उत्पादन, जैविक खेती, अपशिष्ट प्रबंधन, रीसाइक्लिंग उद्योग, पर्यावरण-अनुकूल पैकेजिंग, वर्षा जल संचयन, ऊर्जा संरक्षण उपकरण तथा हरित प्रौद्योगिकी आधारित स्टार्टअप इसके प्रमुख उदाहरण हैं।

**"प्रकृति के साथ चलना ही सतत विकास की पहली शर्त है।"**

## समय की आवश्यकता

आज विश्व भर में तापमान में वृद्धि, ग्लेशियरों का पिघलना, असामान्य मौसम परिवर्तन और प्रदूषण गंभीर चिंता के विषय हैं। यदि विकास की वर्तमान गति पर्यावरणीय दृष्टि से संतुलित नहीं होगी तो आने वाली पीढ़ियों को इसके गंभीर परिणाम भुगतने पड़ सकते हैं। इसीलिए अब यह स्वीकार किया जा रहा है कि आर्थिक विकास और पर्यावरण संरक्षण को अलग-अलग नहीं देखा जा सकता। हरित उद्यमिता इसी सोच को व्यवहार में बदलने का एक प्रभावी माध्यम है।

### रोजगार और अवसरों का नया स्रोत

हरित उद्यमिता केवल पर्यावरण संरक्षण का माध्यम ही नहीं, बल्कि रोजगार सृजन का एक महत्वपूर्ण क्षेत्र भी बनकर उभर रही है। नवीकरणीय ऊर्जा, अपशिष्ट प्रबंधन, जैविक उत्पादों और पर्यावरण-अनुकूल तकनीकों की बढ़ती मांग ने लाखों नए अवसरों का सृजन किया है। ग्रामीण क्षेत्रों में जैविक खेती, वर्मी कम्पोस्ट उत्पादन, सौर ऊर्जा आधारित उपकरणों का उपयोग और लघु पर्यावरण-अनुकूल उद्योग लोगों को स्थानीय स्तर पर रोजगार उपलब्ध करा रहे हैं। इससे पलायन में कमी आती है और स्थानीय अर्थव्यवस्था मजबूत होती है।

**"क्या आप जानते हैं?"**

- एक परिपक्व पेड़ प्रतिवर्ष लगभग 100 किलोग्राम ऑक्सीजन प्रदान कर सकता है।
- प्लास्टिक की एक बोतल को पूरी तरह नष्ट होने में 450 वर्ष तक लग सकते हैं।
- सौर ऊर्जा भारत के सबसे तेजी से विकसित होते क्षेत्रों में से एक है।
- जैविक खेती मिट्टी की उर्वरता बढ़ाने के साथ किसानों की आय भी बढ़ा सकती है।

**"विकास वही, जो आने वाली पीढ़ियों का भविष्य सुरक्षित रखे।"**

### सामाजिक न्याय से जुड़ा आयाम

हरित उद्यमिता का संबंध केवल पर्यावरण से नहीं, बल्कि सामाजिक न्याय और आर्थिक सशक्तिकरण से भी है। समाज के कमजोर और वंचित वर्गों को यदि पर्यावरण-अनुकूल व्यवसायों से जोड़ा जाए तो उन्हें सम्मानजनक आजीविका के नए अवसर प्राप्त हो सकते हैं। स्वरोजगार आधारित हरित उद्यम महिलाओं, युवाओं तथा अनुसूचित जाति एवं अन्य वंचित समुदायों के लिए आत्मनिर्भरता का प्रभावी माध्यम बन सकते हैं। जब आर्थिक अवसर समाज के सभी वर्गों तक पहुँचते हैं, तभी वास्तविक समावेशी विकास संभव होता है।

**"सतत विकास का मूल मंत्र — संसाधनों का समझदारी से उपयोग।"**

### आत्मनिर्भर भारत और हरित अर्थव्यवस्था

भारत सरकार द्वारा आत्मनिर्भर भारत के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए नवाचार, उद्यमिता और स्थानीय उत्पादन को प्रोत्साहित किया जा रहा है। हरित उद्यमिता इस अभियान को नई दिशा प्रदान कर रही है। सौर ऊर्जा, इलेक्ट्रिक वाहन, जैविक उत्पाद, अपशिष्ट पुनर्चक्रण तथा हरित निर्माण सामग्री जैसे क्षेत्रों में भारत तेजी से आगे बढ़ रहा है। यह न केवल पर्यावरण संरक्षण में योगदान देता है, बल्कि आयात पर निर्भरता कम कर देश की आर्थिक आत्मनिर्भरता को भी मजबूत करता है।

**"प्रकृति के साथ चलना ही सतत विकास की पहली शर्त है।"**

### युवाओं की भूमिका

भारत विश्व का सबसे युवा देशों में से एक है। युवाओं में नवाचार और उद्यमिता की अपार संभावनाएँ हैं। यदि उन्हें हरित तकनीकों, सतत व्यवसाय मॉडल और पर्यावरण-अनुकूल नवाचारों के प्रति प्रोत्साहित किया जाए, तो वे न केवल सफल उद्यमी बन सकते हैं बल्कि पर्यावरण संरक्षण के प्रभावी वाहक भी बन सकते हैं। आज अनेक युवा स्टार्टअप प्लास्टिक के विकल्प, सौर ऊर्जा समाधान, ई-कचरा प्रबंधन और जल संरक्षण तकनीकों पर कार्य कर रहे हैं। यह सकारात्मक परिवर्तन का संकेत है।

### व्यक्तिगत जिम्मेदारी भी आवश्यक

सतत विकास केवल सरकारों और उद्योगों की जिम्मेदारी नहीं है। प्रत्येक नागरिक की भूमिका भी उतनी ही महत्वपूर्ण है। ऊर्जा की बचत, प्लास्टिक के उपयोग में कमी, सार्वजनिक परिवहन का उपयोग, वृक्षारोपण, जल संरक्षण और स्वच्छता जैसे छोटे-छोटे प्रयास बड़े परिवर्तन का आधार बन सकते हैं। जब व्यक्ति, समाज, उद्योग और सरकार मिलकर कार्य करते हैं, तभी पर्यावरण संरक्षण के लक्ष्य को प्रभावी रूप से प्राप्त किया जा सकता है।

## निष्कर्ष

हरित उद्यमिता वर्तमान और भविष्य के बीच संतुलन स्थापित करने का सशक्त माध्यम है। यह आर्थिक विकास, सामाजिक समावेशन और पर्यावरण संरक्षण को एक सूत्र में पिरोती है। विश्व पर्यावरण दिवस हमें यह स्मरण कराता है कि प्रकृति और प्रगति परस्पर विरोधी नहीं, बल्कि एक-दूसरे के पूरक हैं।

आज आवश्यकता है कि हम विकास की ऐसी राह चुनें जो रोजगार भी दे, आत्मनिर्भरता भी बढ़ाए और पर्यावरण की रक्षा भी करे। हरित उद्यमिता और सतत विकास इसी दिशा में आगे बढ़ने का एक प्रभावी मार्ग है। एक स्वच्छ, हरित और समृद्ध भारत का निर्माण तभी संभव है जब हम प्रकृति के प्रति अपनी जिम्मेदारियों को समझते हुए विकास की यात्रा को संतुलित और टिकाऊ बनाएं।

**हरित संकल्प**

**मैं संकल्प लेता/लेती हूँ कि—**

- ❖ जल संरक्षण करूँगा/करूँगी।
- ❖ एक पौधा अवश्य लगाऊँगा/लगाऊँगी।
- ❖ प्लास्टिक का उपयोग कम करूँगा/करूँगी।
- ❖ पर्यावरण-अनुकूल उत्पादों को प्राथमिकता दूँगा/दूँगी।
- ❖ स्वच्छ और हरित भारत के निर्माण में सक्रिय योगदान दूँगा/दूँगी।

**रोज़ करें योग, दूर रहें रोग।**

# आधुनिक जीवनशैली, संतुलित आहार और स्वस्थ दिनचर्या

श्री चन्द्र प्रकाश
सलाहकार

## प्रस्तावना

वर्तमान समय में तकनीकी प्रगति, व्यस्त जीवनशैली और बदलती कार्य संस्कृति ने हमारे जीवन को पहले की तुलना में अधिक सुविधाजनक बना दिया है। किंतु इसके साथ ही अनेक स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियाँ भी सामने आई हैं। अनियमित दिनचर्या, देर रात तक जागना, मोबाइल और इंटरनेट का अत्यधिक उपयोग, शारीरिक गतिविधियों में कमी तथा असंतुलित खान-पान जैसी आदतें हमारे स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव डाल रही हैं। ऐसे समय में स्वस्थ जीवनशैली अपनाना अत्यंत आवश्यक हो गया है।

## स्वास्थ्य का वास्तविक अर्थ

स्वास्थ्य केवल रोगों से मुक्त रहने का नाम नहीं है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार शारीरिक, मानसिक और सामाजिक रूप से स्वस्थ होना ही वास्तविक स्वास्थ्य है। इसलिए केवल अच्छा भोजन या व्यायाम पर्याप्त नहीं है, बल्कि संतुलित जीवनशैली भी उतनी ही आवश्यक है।

## परिवार और स्वास्थ्य

स्वस्थ परिवार का निर्माण सभी सदस्यों की सहभागिता से होता है। आज महिलाएं और पुरुष दोनों ही घर और कार्यस्थल की जिम्मेदारियां निभा रहे हैं। ऐसे में परिवार के प्रत्येक सदस्य को स्वास्थ्य, स्वच्छता और अनुशासन के प्रति जागरूक होना चाहिए। बच्चों को भी छोटी आयु से ही स्वस्थ आदतें सिखाई जानी चाहिए।

## सुबह जल्दी उठने का महत्व

भारतीय परंपरा में प्रातःकाल को दिन का सर्वश्रेष्ठ समय माना गया है। सुबह की ताजी हवा और सूर्य की पहली किरणें शरीर को नई ऊर्जा प्रदान करती हैं। सूर्योदय के समय वातावरण अपेक्षाकृत शुद्ध होता है तथा शरीर को प्राकृतिक रूप से विटामिन-डी प्राप्त होता है। नियमित रूप से सुबह उठने वाले लोग सामान्यतः अधिक सक्रिय और ऊर्जावान रहते हैं।

## योग और व्यायाम की आवश्यकता

आज अधिकांश लोग लंबे समय तक बैठकर कार्य करते हैं, जिसके कारण मोटापा, मधुमेह, उच्च रक्तचाप और तनाव जैसी समस्याएं बढ़ रही हैं। नियमित योग, प्राणायाम, पैदल चलना तथा अन्य शारीरिक गतिविधियां शरीर को स्वस्थ रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। योग मानसिक शांति, एकाग्रता और आत्मविश्वास भी बढ़ाता है।

## डिजिटल युग की चुनौतियां

मोबाइल, कंप्यूटर और इंटरनेट ने जीवन को सरल बनाया है, लेकिन इनके अत्यधिक उपयोग से अनेक समस्याएं भी उत्पन्न हो रही हैं। देर रात तक मोबाइल चलाना, सोशल मीडिया का अत्यधिक उपयोग तथा स्क्रीन के सामने लंबे समय तक बैठे रहना आंखों, नींद और मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकता है। इसलिए डिजिटल उपकरणों का संतुलित उपयोग आवश्यक है।

### बच्चों में स्वस्थ आदतों का विकास

बच्चों के व्यक्तित्व निर्माण में परिवार की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। बच्चों को समय पर उठने, नियमित व्यायाम करने, खेलकूद में भाग लेने तथा पौष्टिक भोजन करने के लिए प्रेरित करना चाहिए। साथ ही बेटियों और बेटों दोनों को घरेलू कार्यों में सहयोग करना और आत्मनिर्भर बनना सिखाना चाहिए।

### संतुलित आहार का महत्व

स्वस्थ शरीर के लिए संतुलित आहार अत्यंत आवश्यक है। हमारे भोजन में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन, खनिज और फाइबर उचित मात्रा में होने चाहिए। संतुलित भोजन शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है, रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है तथा मानसिक कार्यक्षमता को भी बेहतर बनाता है।

### भोजन का सही समय और संतुलित आहार

- स्वस्थ जीवन के लिए केवल पौष्टिक भोजन ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि भोजन का समय भी महत्वपूर्ण है।
- सुबह उठने के 30-60 मिनट के भीतर पौष्टिक नाश्ता लेना चाहिए।
- नाश्ते और दोपहर के भोजन के बीच लगभग 4 घंटे का अंतर होना चाहिए।
- दोपहर का भोजन संतुलित एवं पर्याप्त मात्रा में लेना चाहिए।
- रात का भोजन सोने से कम से कम 2-3 घंटे पहले कर लेना चाहिए।
- भोजन में प्रोटीन, फाइबर, विटामिन, खनिज, स्वस्थ वसा तथा पर्याप्त पानी शामिल होना चाहिए।

नाश्ते में अंकुरित अनाज, फल, दूध, दही, दलिया, उपमा, अंडा या अन्य पौष्टिक विकल्प शामिल किए जा सकते हैं। दोपहर और रात्रि के भोजन में दाल, हरी सब्जियाँ, सलाद, मोटे अनाज तथा मौसमी खाद्य पदार्थों को प्राथमिकता देनी चाहिए।

### नाश्ता: दिन का सबसे महत्वपूर्ण भोजन

नाश्ता दिन का पहला और सबसे महत्वपूर्ण भोजन माना जाता है। रातभर के उपवास के बाद शरीर को ऊर्जा की आवश्यकता होती है। इसलिए सुबह उठने के 30 से 60 मिनट के भीतर पौष्टिक नाश्ता करना चाहिए। नाश्ते में अंकुरित अनाज, फल, दूध, दही, दलिया, उपमा, अंडा तथा सूखे मेवे शामिल किए जा सकते हैं।

### दोपहर के भोजन की भूमिका

दोपहर का भोजन शरीर को दिनभर कार्य करने के लिए आवश्यक ऊर्जा प्रदान करता है। भोजन में दाल, रोटी, चावल, हरी सब्जियां, सलाद और दही जैसे खाद्य पदार्थ शामिल होने चाहिए। विभिन्न रंगों की सब्जियों का सेवन शरीर को विविध प्रकार के विटामिन और खनिज प्रदान करता है।

### रात्रि भोजन के नियम

रात्रि का भोजन हल्का और सुपाच्य होना चाहिए। विशेषज्ञों के अनुसार सोने से कम से कम दो से तीन घंटे पहले भोजन कर लेना चाहिए। देर रात भोजन करने से पाचन प्रक्रिया प्रभावित होती है और नींद की गुणवत्ता भी कम हो सकती है।

### पर्याप्त पानी का महत्व

शरीर के समुचित संचालन के लिए पर्याप्त मात्रा में पानी पीना आवश्यक है। पानी शरीर से विषैले तत्वों को बाहर निकालने, पाचन क्रिया को बेहतर बनाने तथा शरीर का तापमान नियंत्रित रखने में सहायता करता है। दिनभर पर्याप्त मात्रा में स्वच्छ पानी पीने की आदत विकसित करनी चाहिए।

### नींद और स्वास्थ्य

स्वस्थ जीवन के लिए पर्याप्त और गुणवत्तापूर्ण नींद अत्यंत आवश्यक है। वयस्कों को प्रतिदिन लगभग सात से आठ घंटे की नींद लेनी चाहिए। समय पर सोना और समय पर उठना शरीर की जैविक घड़ी को संतुलित रखता है तथा मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है।

### तनाव प्रबंधन की आवश्यकता

आज की प्रतिस्पर्धात्मक जीवनशैली में तनाव एक सामान्य समस्या बन गया है। अत्यधिक तनाव से मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य दोनों प्रभावित होते हैं। योग, ध्यान, संगीत, पठन-पाठन और परिवार के साथ समय बिताने जैसी गतिविधियां तनाव को कम करने में सहायक होती हैं।

### पारंपरिक ज्ञान और आधुनिक विज्ञान

भारतीय संस्कृति में सदियों से स्वस्थ जीवनशैली के अनेक सिद्धांत बताए गए हैं। समय पर भोजन करना, नियमित दिनचर्या अपनाना, मौसमी भोजन का सेवन करना और शारीरिक श्रम को महत्व देना ऐसे ही कुछ सिद्धांत हैं। आधुनिक वैज्ञानिक शोध भी इन आदतों के स्वास्थ्य लाभों की पुष्टि करते हैं।

### स्वस्थ जीवन के लिए आवश्यक आदतें

- सुबह जल्दी उठें।
- नियमित योग एवं व्यायाम करें।
- संतुलित एवं पौष्टिक भोजन लें।
- पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं।
- मोबाइल और स्क्रीन का सीमित उपयोग करें।
- समय पर सोएं और पर्याप्त नींद लें।
- तनावमुक्त रहने का प्रयास करें।
- सकारात्मक सोच विकसित करें।

### निष्कर्ष

स्वस्थ जीवन किसी एक दिन के प्रयास का परिणाम नहीं है, बल्कि यह अच्छी आदतों का निरंतर अभ्यास है। संतुलित आहार, नियमित व्यायाम, पर्याप्त नींद, सकारात्मक सोच और अनुशासित दिनचर्या स्वस्थ जीवन की आधारशिला हैं। यदि हम आधुनिक जीवन की सुविधाओं का लाभ उठाते हुए अपनी पारंपरिक स्वस्थ आदतों को भी अपनाएं, तो हम न केवल स्वयं स्वस्थ रह सकते हैं, बल्कि अपने परिवार और समाज को भी स्वस्थ एवं समृद्ध बना सकते हैं। स्वस्थ व्यक्ति ही स्वस्थ परिवार, स्वस्थ समाज और स्वस्थ राष्ट्र के निर्माण का आधार होता है।

## गज़ल

गलतियाँ माफ़ करनी चाहिए पर चालाकियाँ नहीं,
दुष्ट की दुष्टता को कहो कभी भी नादानियाँ नहीं।

ज़्यादा सीधे मत रहो पर ईमानदार हरदम ही रहो,
करो अपनों से बात-बात पर तुम रूसवाइयाँ नहीं।

ये मुमकिन नहीं सब मिल जाए हमें मनमुताबिक,
बिना संघर्ष मुकम्मल होती यहाँ कहानियाँ नहीं।

सब ही अपने-अपने दुखों के साथ सफ़र कर रहें,
ऐसा कौन है यहाँ पर जिसने देखीं वीरानियाँ नहीं।

अधूरे ख़्वाब "पुखराज" जीने नहीं देते आदमी को,
कसक रह जाती है मिट पाती वो निशानियाँ नहीं।

श्री पुखराज मीना,
सहायक प्रबंधक

# बदलते मौसम की छांव और ऋतुराज की विदाई

श्रीमती पूनम
पत्नी श्री सुरेंद्र कुमार,
उप प्रबंधक,
एनएसएफडीसी

## प्रकृति का अनवरत परिवर्तन

अप्रैल से जून का समय प्रकृति और मानव जीवन में गहरे परिवर्तन का काल होता है। यह वह संधिकाल है जब वसंत की मादकता धीरे-धीरे विदा लेती है और ग्रीष्म अपनी प्रखरता के साथ उपस्थित होता है। ऋतुओं का यह परिवर्तन केवल मौसम का बदलाव नहीं, बल्कि जीवन-दर्शन का भी एक महत्वपूर्ण पाठ है। प्रकृति मानो हमें बताती है कि परिवर्तन ही सृष्टि का शाश्वत नियम है।

प्रसिद्ध अंग्रेज़ी कवि पर्सी बिश शेली ने अपनी अमर कविता ओड टू द वेस्ट विंड में लिखा है—

**"If Winter comes, can Spring be far behind?"**

**"यदि शीत ऋतु आती है, तो क्या वसंत दूर हो सकता है?"**

यह पंक्ति हमें आश्वस्त करती है कि हर विदाई के भीतर एक नई शुरुआत का बीज छिपा होता है।

## ऋतुराज वसंत की विदाई

भारतीय साहित्य में वसंत को 'ऋतुराज' कहा गया है। यह ऋतु सौंदर्य, प्रेम, उल्लास और नवजीवन का प्रतीक मानी जाती है। किंतु अप्रैल के आगमन के साथ ही इसकी विदाई का समय शुरू हो जाता है। वृक्षों से झरते पत्ते, नई कोपलों का फूटना और बदलती हवाएं जीवन के उस सत्य को उद्घाटित करती हैं कि सृजन और विनाश एक-दूसरे के पूरक हैं।

महाकवि रवीन्द्रनाथ ठाकुर ने कहा था—

"प्रकृति कभी जल्दबाजी नहीं करती,

फिर भी सब कुछ पूर्ण हो जाता है।"

वसंत की विदाई हमें धैर्यपूर्वक परिवर्तन को स्वीकार करने की प्रेरणा देती है।

## कुछ पंक्तियां—

पत्ते-पत्ते झड़ गए, डाल हुई निःशेष, पतझड़ ही तो सत्य है, नवजीवन का संदेश।

इन पंक्तियों में प्रकृति के माध्यम से जीवन का गहन दार्शनिक बोध निहित है।

## जेठ की दुपहरी : धैर्य की परीक्षा

मई और जून आते-आते सूर्य अपनी प्रखरता के चरम पर पहुंच जाता है। हिंदी साहित्य में 'जेठ की दुपहरी' केवल मौसम का वर्णन नहीं, बल्कि संघर्ष और सहनशीलता का प्रतीक रही है। आचार्य रामचंद्र शुक्ल ने भारतीय जनजीवन में प्रकृति की भूमिका को रेखांकित करते हुए बताया है कि ऋतुएं मानव-मन को गहराई से प्रभावित करती हैं। प्रेमचंद के ग्रामीण जीवन-वर्णनों में भी जेठ की दुपहरी की तपन और उससे जूझते किसान का यथार्थ चित्रण मिलता है। यह मौसम हमें सिखाता है कि कठिन परिस्थितियां ही मनुष्य के धैर्य और संकल्प की वास्तविक परीक्षा लेती हैं।

### कुछ पंक्तियां—

सूरज की कड़कती आंच में जब जलती है यह धरती,
जेठ की दुपहरी तब हर जीव के धैर्य की परीक्षा लेती।

पसीने से भीगी काया और पेड़ों की छँटती हुई छाया, पर कजरी की मीठी तान ने इस धूप में भी सुख बरसाया।

### लोकजीवन और लोक-साहित्य की शीतल छाया

भारतीय लोक-संस्कृति की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि वह विपरीत परिस्थितियों में भी आनंद ढूंढ़ लेती है। जेठ की तपती दोपहरी में गांवों में गाए जाने वाले लोकगीत, कजरी और बिरहा जीवन को नई ऊर्जा प्रदान करते हैं। लोक-साहित्य केवल मनोरंजन का माध्यम नहीं, बल्कि सामूहिक चेतना और सांस्कृतिक स्मृति का भंडार भी है। कबीरदास का यह प्रसिद्ध कथन आज भी उतना ही प्रासंगिक है कि "धीरे-धीरे रे मना, धीरे सब कुछ होय।"

गर्मी की यह ऋतु हमें संयम, धैर्य और संतुलन का पाठ पढ़ाती है।

### गृह-जीवन की बदलती लय

ग्रीष्म ऋतु के आगमन के साथ घर-परिवार का वातावरण भी बदल जाता है। बच्चों की छुट्टियां, आम की मिठास, ठंडे शर्बत, शाम की बैठकों और पारिवारिक मेल-मिलाप का समय आरंभ हो जाता है। यही वह मौसम है जब परिवार एक-दूसरे के और निकट आते हैं।

महात्मा गांधी का यह विचार यहां स्मरणीय है कि — "जहां प्रेम है, वहां जीवन है।" वास्तव में, बाहर की तपन के बीच रिश्तों की आत्मीयता ही जीवन को शीतल बनाए रखती है।

### संघर्ष से सफलता तक

ग्रीष्म ऋतु केवल ताप नहीं, तपस्या का भी प्रतीक है। जैसे धरती सूर्य की तपिश सहकर फलों और अन्न को जन्म देती है, वैसे ही मनुष्य भी संघर्ष और परिश्रम के माध्यम से अपनी सफलता का मार्ग प्रशस्त करता है। स्वामी विवेकानंद का प्रेरक संदेश है—

"उठो, जागो और तब तक मत रुको जब तक लक्ष्य प्राप्त न हो जाए।"

इसी भावना को व्यक्त करती पंक्तियां—

तपती रेत पर जो चल पड़ते हैं, मंजिल की तलाश में वही इतिहास रचते हैं।

### वर्षा ऋतु की विदाई : एक नई शुरुआत

जब वर्षा ऋतु विदा होती है और आकाश से बादल छंटने लगते हैं, तब प्रकृति एक नए रूप में दिखाई देती है। वर्षा की हरियाली, धुले हुए वृक्ष, निर्मल आकाश और मिट्टी की सौंधी सुगंध मन को एक विशेष आनंद से भर देते हैं। ऋतु परिवर्तन का यह दृश्य हमें स्मरण कराता है कि प्रकृति निरंतर नवीनता की ओर अग्रसर है। प्रसिद्ध कवि सुमित्रानंदन पंत ने प्रकृति को मानव-हृदय का दर्पण कहा था। वास्तव में, ऋतुओं का परिवर्तन हमारे भीतर भी नए विचारों और नई आशाओं का संचार करता है।

### कुछ पंक्तियां—

नील गगन से छंट गए बादल, अब धूप सुनहरी छाने लगी, भीगे खेतों की मिट्टी से, सौंधी खुशबू आने लगी।

अलविदा कह दिया ऋतुराज ने, अब मौसम नया है आया, प्रकृति ने अपनी हरियाली में, एक नया रंग सजाया॥

### निष्कर्ष : साहित्य की शीतल छांव

ऋतुओं का यह आवागमन हमें जीवन की निरंतरता का संदेश देता है। वसंत की विदाई, ग्रीष्म की तपन और वर्षा का अवसान—ये सभी परिवर्तन हमें सिखाते हैं कि जीवन में कोई भी स्थिति स्थायी नहीं होती। सुख और दुःख, मिलन और बिछोह, सफलता और संघर्ष—सब एक सतत प्रवाह का हिस्सा हैं। महादेवी वर्मा ने लिखा था—

**"परिवर्तन ही जीवन का संगीत है।"**

आइए, बदलते मौसम की इस यात्रा में साहित्य की शीतल छांव का सहारा लें, अच्छी पुस्तकों का साथ अपनाएं और प्रकृति के इन संदेशों को अपने जीवन में आत्मसात करें। क्योंकि ऋतुएं केवल मौसम नहीं बदलतीं, वे हमारे भीतर सोचने और जीने का नया दृष्टिकोण भी जगाती हैं।

*****

**योग से तन स्वस्थ, मन प्रसन्न।**

**कवि श्याम नारायण पाण्डेय**
(1907 - 1991)

श्यामनारायण पाण्डेय का जन्म आजमगढ के डुमराँव गाँव में हुआ। इन्होंने काशी से साहित्याचार्य किया। पाण्डेयजी वीर रस के अनन्य गायक हैं। इन्होंने चार महा-काव्य रचे, जिनमें 'हल्दीघाटी और 'जौहर विशेष चर्चित हुए। 'हल्दीघाटी में महाराणा प्रताप के जीवन और 'जौहर में रानी पद्मिनी के आख्यान हैं। 'हल्दी-घाटी पर इन्हें देव पुरस्कार प्राप्त हुआ। अपनी ओजस्वी वाणी के कारण ये कवि सम्मेलनों में बडे लोकप्रिय थे।

# चेतक की वीरता

रण बीच चौकड़ी भर-भर कर, चेतक बन गया निराला था
राणाप्रताप के घोड़े से, पड़ गया हवा का पाला था।

जो तनिक हवा से बाग हिली, लेकर सवार उड़ जाता था
राणा की पुतली फिरी नहीं, तब तक चेतक मुड़ जाता था।

गिरता न कभी चेतक तन पर, राणाप्रताप का कोड़ा था
वह दौड़ रहा अरिमस्तक पर, वह आसमान का घोड़ा था।

था यहीं रहा अब यहाँ नहीं, वह वहीं रहा था यहाँ नहीं
थी जगह न कोई जहाँ नहीं, किस अरिमस्तक पर कहाँ नहीं।

निर्भीक गया वह ढालों में, सरपट दौडा करबालों में
फँस गया शत्रु की चालों में।

बढ़ते नद-सा वह लहर गया, फिर गया गया फिर ठहर गया
विकराल वज्रमय बादल-सा, अरि की सेना पर घहर गया।

भाला गिर गया गिरा निसंग, हय टापों से खन गया अंग
बैरी समाज रह गया दंग, घोड़े का ऐसा देख रंग।

# योग एवं भारतीय संस्कृति : स्वस्थ जीवन, समृद्ध समाज और वैश्विक कल्याण का आधार

श्री ललित फुलारा,
कार्यपालक

योग भारत की प्राचीन सांस्कृतिक विरासत का ऐसा अमूल्य उपहार है, जिसने न केवल भारतीय जीवन-दर्शन को समृद्ध किया है, बल्कि आज संपूर्ण विश्व को स्वस्थ एवं संतुलित जीवन जीने की दिशा भी प्रदान की है। "योग" शब्द संस्कृत धातु युज् से बना है, जिसका अर्थ है—जोड़ना या एकत्व स्थापित करना। योग मनुष्य के शरीर, मन, बुद्धि और आत्मा के बीच सामंजस्य स्थापित करने की एक वैज्ञानिक एवं व्यावहारिक पद्धति है।

भारतीय संस्कृति में योग का स्थान - भारतीय संस्कृति का मूल आधार संतुलन, संयम, सह-अस्तित्व और आत्मविकास है। योग इन सभी मूल्यों का जीवंत स्वरूप है। हमारे वेदों, उपनिषदों, भगवद्गीता तथा पतंजलि योगसूत्र में योग को जीवन की श्रेष्ठ साधना बताया गया है। भारतीय संस्कृति मनुष्य को केवल भौतिक उन्नति तक सीमित नहीं रखती, बल्कि उसके नैतिक, मानसिक और आध्यात्मिक विकास पर भी बल देती है। योग इसी समग्र विकास का माध्यम है।

महर्षि पतंजलि का अमूल्य योगदान - योग को व्यवस्थित एवं वैज्ञानिक स्वरूप प्रदान करने का श्रेय महर्षि पतंजलि को दिया जाता है। उन्होंने अपने प्रसिद्ध ग्रंथ योगसूत्र में योग को "चित्तवृत्ति निरोध" अर्थात् मन की चंचल वृत्तियों को नियंत्रित करने की प्रक्रिया बताया है। महर्षि पतंजलि ने योग को मन की चंचलता को स्थिर करने की प्राचीनतम तकनीक कहा है। योगसूत्र में उन्होंने पूर्ण कल्याण के अलावा शारीरिक, मानसिक और आत्मिक शुद्धि के लिए आठ अंगों के अष्टांग योग का वर्णन किया है। अष्टांग योग—यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि—आज भी योग साधना का आधार माने जाते हैं। महर्षि पतंजलि का यह दृष्टिकोण आज के तनावग्रस्त जीवन में पहले से कहीं अधिक प्रासंगिक प्रतीत होता है। योग का अर्थ केवल शरीर को मोड़ना नहीं, बल्कि स्वयं को जोड़ना है। महर्षि पतंजलि के ये 8 कदम एक पूर्ण जीवन की नियमावली हैं ।

* अनुशासन: यम और नियम से व्यवहार में शुद्धता।

* शक्ति: आसन और प्राणायाम से शरीर और प्राणों में ऊर्जा।

* शांति: प्रत्याहार और धारणा से इंद्रियों पर विजय।

* शून्यता: ध्यान और समाधि से परमात्मा का अनुभव।

सांसों पर नियंत्रण, मन में एकाग्रता और आत्मा में शांति — यही है संतुलित जीवन का मार्ग। अष्टांग योग: अंतर्मन की यात्रा के 8 सोपान हैं। अष्टांग योग वह सीढ़ी है जो हमें अराजकता से शांति की ओर ले जाती है।

* व्यवहार की शुद्धि: अच्छे आचरण और अनुशासन की नींव।

* शरीर का मंदिर: आसन और श्वास के जरिए ऊर्जा का विस्तार।

* भीतर की खोज: बाहरी शोर को शांत कर मन को एकाग्र करना।

* परम आनंद: जब ध्यान गहरा होता है, तब आत्मबल मजबूत होता है।

"योग वह प्रकाश है, जो एक बार जल जाए तो कभी कम नहीं होता। जितना अच्छा आप अभ्यास करेंगे, लौ उतनी ही उज्ज्वल होगी।"

## योग : स्वस्थ जीवन का आधार

वर्तमान समय में अनियमित दिनचर्या, तनाव और शारीरिक निष्क्रियता अनेक रोगों का कारण बन रही है। योग इन समस्याओं का सरल और प्रभावी समाधान प्रस्तुत करता है। नियमित योगाभ्यास से शरीर की लचीलापन बढ़ता है, रक्तसंचार सुधरता है तथा मानसिक शांति प्राप्त होती है। उदाहरण के लिए, प्राणायाम और ध्यान का नियमित अभ्यास करने वाले अनेक लोगों ने तनाव, अनिद्रा और उच्च रक्तचाप जैसी समस्याओं में उल्लेखनीय सुधार अनुभव किया है। यही कारण है कि विद्यालयों, कार्यालयों और स्वास्थ्य संस्थानों में योग को बढ़ावा दिया जा रहा है।

## योग और मानसिक संतुलन

आज मानसिक स्वास्थ्य वैश्विक चिंता का विषय बन चुका है। प्रतिस्पर्धा, व्यस्तता और डिजिटल जीवनशैली ने तनाव को बढ़ाया है। योग मन को स्थिर और सकारात्मक बनाने में सहायता करता है। ध्यान (मेडिटेशन) व्यक्ति को आत्मचिंतन और आत्मनियंत्रण की शक्ति प्रदान करता है। स्वामी विवेकानंद ने कहा था—"मनुष्य के भीतर असीम शक्ति विद्यमान है; उसे पहचानना और विकसित करना ही जीवन का उद्देश्य है।" योग इसी आंतरिक शक्ति को जागृत करने का माध्यम है।

## योग और सामाजिक समरसता

योग केवल व्यक्तिगत साधना नहीं है; यह सामाजिक कल्याण का भी मार्ग है। योग व्यक्ति में अनुशासन, धैर्य, सहिष्णुता और करुणा जैसे गुणों का विकास करता है। जब व्यक्ति संतुलित और सकारात्मक होता है, तो उसका प्रभाव परिवार, कार्यस्थल और समाज पर भी पड़ता है। महात्मा गांधी का मानना था कि आत्मसंयम और आत्मशुद्धि के बिना समाज में स्थायी शांति स्थापित नहीं की जा सकती। योग व्यक्ति को आत्मसंयम की वही शक्ति प्रदान करता है, जो सामाजिक समरसता की आधारशिला है।

## विश्व मंच पर योग की प्रतिष्ठा

आज योग भारत की सांस्कृतिक पहचान बनकर विश्वभर में सम्मान प्राप्त कर रहा है। वर्ष 2014 में संयुक्त राष्ट्र महासभा द्वारा 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस घोषित किया जाना इसकी वैश्विक स्वीकार्यता का प्रमाण है। वर्तमान में दुनिया के लगभग सभी प्रमुख देशों में योग का अभ्यास किया जा रहा है। योग ने यह सिद्ध किया है कि भारतीय ज्ञान परंपरा केवल भारत के लिए ही नहीं, बल्कि संपूर्ण मानवता के कल्याण के लिए उपयोगी है।

## महान योगियों की प्रेरणा

परमहंस योगानंद ने योग को "आत्मा और परमात्मा के मिलन का विज्ञान" बताया था। वहीं स्वामी शिवानंद का प्रसिद्ध संदेश था—"Serve, Love, Give, Purify, Meditate, Realize" अर्थात् सेवा करो, प्रेम करो, दान करो, स्वयं को शुद्ध करो, ध्यान करो और आत्मबोध प्राप्त करो। आधुनिक समय में भी अनेक योगाचार्यों ने योग को जन-जन तक पहुँचाने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है, जिससे करोड़ों लोग स्वस्थ जीवन की ओर अग्रसर हुए हैं।

## निष्कर्ष

योग भारतीय संस्कृति की आत्मा है। यह केवल व्यायाम नहीं, बल्कि जीवन को संतुलित, अनुशासित और सार्थक बनाने की कला है। योग स्वस्थ शरीर, शांत मन, सुदृढ़ समाज और वैश्विक कल्याण का आधार प्रदान करता है। आज आवश्यकता

इस बात की है कि हम योग को केवल एक दिवस या औपचारिक कार्यक्रम तक सीमित न रखें, बल्कि इसे अपनी दैनिक जीवनशैली का अभिन्न अंग बनाएं। यही भारतीय संस्कृति का संदेश है और यही मानवता के उज्ज्वल भविष्य का मार्ग भी।

**"योग से व्यक्ति स्वस्थ होता है, स्वस्थ व्यक्ति से समाज सशक्त बनता है और सशक्त समाज से राष्ट्र तथा विश्व का कल्याण सुनिश्चित होता है।"**

| | | |
|---|---|---|
| | | |
| **महर्षि पतंजलि** | **अष्टांग योग** | **अष्टांग योग से लाभ** |

# चिंतन शिविर, चंडीगढ़

**श्री महेश चंद,**
**सहायक प्रबंधक**

## सामाजिक न्याय के नवोन्मेषी भारत की दिशा में एक ऐतिहासिक चिंतन

"विकसित भारत का निर्माण तभी संभव है, जब समाज का अंतिम व्यक्ति विकास की मुख्यधारा से जुड़े और उसे सम्मान, अवसर तथा आत्मनिर्भरता का समान अधिकार प्राप्त हो।" इसी सोच को साकार करने के उद्देश्य से सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा **24 से 26 अप्रैल, 2026** तक होटल **'द ललित', चंडीगढ़** में आयोजित तीन दिवसीय **राष्ट्रीय चिंतन शिविर** सामाजिक न्याय, समावेशन और सशक्तिकरण के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण राष्ट्रीय आयोजन सिद्ध हुआ। यह चिंतन शिविर केंद्र और राज्यों के मध्य संवाद, अनुभव-साझाकरण, नवाचारों के आदान-प्रदान तथा भावी कार्ययोजनाओं के निर्माण का एक प्रभावी मंच बना। यह राष्ट्रीय आयोजन "अंत्योदय का संकल्प, अमृत काल का प्रतिबिंब"- विकसित भारत 2047 विषय पर आधारित था, जिसमें अंतिम छोर तक सेवा पहुंचाने, समावेशी सशक्तिकरण और प्रौद्योगिकी आधारित सुशासन पर विशेष जोर दिया गया।

माननीय सामाजिक न्याय और अधिकारिता केंद्रीय मंत्री, **डॉ. वीरेंद्र कुमार** के नेतृत्व में आयोजित इस चिंतन शिविर का उद्घाटन माननीय राज्यपाल, पंजाब **एवं चंडीगढ़ के प्रशासक**, श्री गुलाब चंद कटारिया द्वारा माननीय **सामाजिक न्याय और अधिकारिता राज्य मंत्री, श्री बी. एल. वर्मा एवं सचिव (सान्याअधि) श्री सुधांश पंत** की गरिमामयी उपस्थिति में किया गया।

उद्घाटन अवसर पर माननीय सामाजिक न्याय और अधिकारिता केंद्रीय मंत्री, **डॉ. वीरेंद्र कुमार**, माननीय राज्यपाल, पंजाब, श्री गुलाब चंद कटारिया तथा अन्य गणमान्य अतिथियों ने चिंतन शिविर परिसर में स्थापित एक हेरिटेज स्टॉल सहित कुल 18 प्रदर्शनी स्टॉलों का अवलोकन किया। इन स्टॉलों में भारतीय कृत्रिम अंग निर्माण निगम (ALIMCO), कानपुर; भारत-ट्यूलिप हेरिटेज कलेक्शन; राष्ट्रीय सामाजिक रक्षा संस्थान (NISD); राष्ट्रीय दिव्यांगजन वित्त एवं विकास निगम (NDFDC); राष्ट्रीय बौद्धिक दिव्यांगजन सशक्तिकरण संस्थान (NIEPID); राष्ट्रीय यांत्रिक स्वच्छता पारितंत्र अभियान (NAMASTE); राष्ट्रीय दृष्टिबाधित दिव्यांगजन सशक्तिकरण संस्थान (NIEPVD); नशा मुक्त भारत अभियान (NMBA) से जुड़े आध्यात्मिक संगठन तथा राष्ट्रीय छात्रवृत्ति पोर्टल (NSP) सहित विभिन्न संस्थानों द्वारा अपनी योजनाओं, सेवाओं और नवाचारों का प्रदर्शन किया गया। इन प्रदर्शनी स्टॉलों के माध्यम से मंत्रालय की जनकल्याणकारी योजनाओं एवं पहलों का व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।

चिंतन शिविर में **हरियाणा सरकार के सामाजिक और न्याय अधिकारिता, अनुसूचित जाति एवं पिछड़ा वर्ग कल्याण तथा अंत्योदय (सेवा) मंत्री श्री कृष्ण कुमार बेदी**; **मध्य प्रदेश सरकार के सामाजिक न्याय और दिव्यांगजन सशक्तिकरण राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) श्री नारायण सिंह कुशवाहा**; **मिजोरम सरकार की सामाजिक कल्याण, महिला एवं बाल विकास मंत्री श्रीमती पी. लालरिनपुई**; **राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र दिल्ली सरकार के समाज कल्याण मंत्री श्री रविन्दर इन्द्रराज सिंह**; **पंजाब सरकार की सामाजिक सुरक्षा, महिला एवं बाल विकास मंत्री डॉ. बलजीत कौर**; **तेलंगाना सरकार के पिछड़ा वर्ग कल्याण, अनुसूचित जाति विकास, अल्पसंख्यक कल्याण एवं दिव्यांगजन कल्याण मंत्री श्री अदलुरी लक्ष्मण कुमार**; **त्रिपुरा सरकार के सामाजिक कल्याण एवं सामाजिक शिक्षा मंत्री श्री सुधांगशु दास; उत्तर प्रदेश सरकार के समाज कल्याण, अनुसूचित जाति एवं जनजाति कल्याण राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) श्री असीम अरुण** तथा **उत्तर प्रदेश सरकार के पिछड़ा वर्ग कल्याण एवं दिव्यांगजन सशक्तिकरण राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार)**

**श्री नरेंद्र कश्यप** सहित 34 राज्यों एवं केंद्र शासित प्रदेशों से पधारे लगभग 150 प्रतिनिधियों, वरिष्ठ अधिकारियों एवं विषय विशेषज्ञों ने सक्रिय सहभागिता की।

### प्रथम दिवस : नवाचार, संस्कृति और समावेशन का संगम

24 अप्रैल 2026 को चिंतन शिविर का शुभारंभ प्रतिनिधियों के पंजीकरण एवं स्वागत के साथ हुआ। उद्घाटन सत्र से पूर्व अतिथियों ने मंत्रालय की विभिन्न योजनाओं, उपलब्धियों तथा नवाचारों पर आधारित प्रदर्शनी का अवलोकन किया। इस अवसर पर **SAMAVESH पोर्टल**, **नशा मुक्त भारत अभियान (NMBA) 2.0 ऐप**, **SETU ऐप** तथा **SMILE ऐप** का शुभारंभ किया गया। साथ ही डिमेंशिया केयर होम्स हेतु न्यूनतम मानकों पर आधारित प्रकाशन का विमोचन तथा भिक्षुक गृहों के लिए मॉडल दिशानिर्देश जारी किए गए। राष्ट्रीय सामाजिक रक्षा संस्थान (NISD) और विभिन्न संस्थानों के मध्य समझौता ज्ञापनों का आदान-प्रदान भी किया गया।

दीप प्रज्ज्वलन एवं वंदे मातरम् के साथ उद्घाटन सत्र आरंभ हुआ। 'नशा मुक्ति मित्रों' को सम्मानित किया गया तथा डॉ. वीरेंद्र कुमार और श्री गुलाब चंद कटारिया ने सामाजिक न्याय को विकसित भारत की आधारशिला बताते हुए केंद्र और राज्यों के मध्य समन्वित प्रयासों की आवश्यकता पर बल दिया।

संध्या में आयोजित सांस्कृतिक कार्यक्रमों ने आयोजन को विशेष गरिमा प्रदान की। भारतीय सांस्कृतिक विरासत, लोककला एवं लोकनृत्यों पर आधारित आकर्षक प्रस्तुतियों ने उपस्थित प्रतिनिधियों को मंत्रमुग्ध कर दिया। सांस्कृतिक संध्या के पश्चात आयोजित रात्रिभोज ने विभिन्न राज्यों के प्रतिनिधियों को आपसी संवाद, अनुभव-साझाकरण तथा सहयोग की नई संभावनाओं पर चर्चा का अवसर प्रदान किया।

### द्वितीय दिवस : स्वास्थ्य, संवाद और समाधान

25 अप्रैल, 2026 की सुबह चिंतन शिविर का दूसरा दिन सामूहिक योग सत्र के साथ आरंभ हुआ। योग सत्र में सामाजिक न्याय और अधिकारिता राज्य मंत्री, श्री बी. एल. वर्मा एवं सचिव (सान्याअधि) श्री सुधांश पंत सहित विभिन्न राज्यों एवं केंद्रशासित प्रदेशों से पधारे मंत्रीगण, वरिष्ठ अधिकारियों तथा प्रतिनिधियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। यह सहभागिता सामाजिक न्याय के प्रति सामूहिक प्रतिबद्धता का सशक्त प्रतीक रही। इसके पश्चात "**सार्वजनिक–निजी–जन भागीदारी के माध्यम से सामाजिक न्याय सेवाओं का प्रभावी वितरण**" विषय पर थीम आधारित नाश्ता सत्र आयोजित किया गया। दिनभर विभिन्न विषयगत समूहों में **'शिक्षा से समृद्धि', 'नशा मुक्त भारत', 'श्रम की गरिमा', 'गरिमामय वृद्धावस्था' तथा 'नन्हे कदम : स्वावलंबन की ओर'** जैसे विषयों पर गहन विचार-विमर्श हुआ।

चर्चाओं में छात्रवृत्ति योजनाओं के प्रभावी क्रियान्वयन, नशा मुक्ति एवं पुनर्वास सेवाओं के विस्तार, NAMASTE योजना के अंतर्गत सफाई कर्मियों के सशक्तिकरण, AVYAY योजना के माध्यम से वरिष्ठ नागरिकों के कल्याण तथा दिव्यांग बच्चों के लिए प्रारंभिक हस्तक्षेप एवं समावेशी शिक्षा को सुदृढ़ बनाने पर विशेष बल दिया गया। दोपहर के भोजन सत्र के दौरान विभिन्न राज्यों के प्रतिनिधियों और अधिकारियों ने अनौपचारिक संवाद के माध्यम से अपने अनुभव साझा किए तथा योजनाओं के प्रभावी क्रियान्वयन के लिए नवाचारों और सर्वोत्तम प्रथाओं पर चर्चा की।

### तृतीय दिवस : विचार से क्रियान्वयन तक

26 अप्रैल को चिंतन शिविर का अंतिम दिन भी योग सत्र के साथ आरंभ हुआ। इसके पश्चात "**जागरूकता से सुलभता**" विषय पर आयोजित विशेष सत्र में मंत्रालय की प्रमुख जन-जागरूकता पहलों—**दिव्य कला मेला, दिव्य कला शक्ति, पर्पल फेस्ट, पर्पल टॉक्स तथा कृत्रिम बुद्धिमत्ता आधारित 'दिव्य बॉट'**—को सामाजिक समावेशन के प्रभावी माध्यमों के रूप में प्रस्तुत किया गया।

अंतिम दिन **'अंत्योदय से आत्मनिर्भरता', 'समावेशन, पहचान और एकीकरण', 'आर्थिक सशक्तिकरण', 'सुगम्यता से समावेश' तथा 'पहचान से सम्मान'** जैसे विषयों पर व्यापक चर्चा हुई। PM-AJAY, SEED, PM-SURAJ, सुगम्यता अभियान, दिव्यांगजन सशक्तिकरण तथा घुमंतू एवं विमुक्त जातियों के विकास से जुड़े अनेक महत्वपूर्ण सुझाव प्राप्त हुए। समापन सत्र में विभिन्न राज्यों के मंत्रियों एवं प्रतिनिधियों ने अपने विचार साझा किए। डॉ. वीरेंद्र कुमार ने कहा कि चिंतन

शिविर का उद्देश्य केवल चर्चा करना नहीं, बल्कि ऐसे ठोस सुझावों और कार्ययोजनाओं को विकसित करना है, जिनसे सामाजिक न्याय की योजनाओं का लाभ समाज के अंतिम व्यक्ति तक प्रभावी रूप से पहुँच सके। अंत में सचिव (सान्याअधि) श्री सुधांश पंत द्वारा धन्यवाद ज्ञापन दिया गया।

## अनुस्मारिका: अनुभवों और श्रेष्ठ प्रथाओं का दस्तावेज

चिंतन शिविर के दौरान तैयार की गई **अनुस्मारिका** में विभिन्न राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों की श्रेष्ठ प्रथाओं, नवाचारी पहलों, सफल मॉडलों तथा महत्वपूर्ण सुझावों का संकलन किया गया। यह दस्तावेज सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय तथा राज्य सरकारों के लिए भविष्य की नीतियों और कार्यक्रमों के क्रियान्वयन में एक उपयोगी संदर्भ सामग्री के रूप में कार्य करेगा।

तीन दिनों तक चले इस चिंतन शिविर ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक न्याय का भविष्य सहयोग, नवाचार, तकनीक और जनभागीदारी पर आधारित होगा। समावेशन, गरिमा, आत्मनिर्भरता और अवसर—ये चार स्तंभ पूरे चिंतन शिविर के मूल संदेश के रूप में उभरकर सामने आए। निस्संदेह, चंडीगढ़ में आयोजित यह राष्ट्रीय चिंतन शिविर विकसित भारत के निर्माण की दिशा में सामाजिक न्याय का एक महत्वपूर्ण पड़ाव सिद्ध होगा।

माननीय श्री राज्यपाल पंजाब एवं प्रशासक चंडीगढ़ गुलाब चंद कटारिया द्वारा दिनांक 24.4.2026 को माननीय केंद्रीय मंत्री श्री डॉ वीरेंद्र कुमार तथा श्री बी.एल.वर्मा राज्य मंत्री एवं श्री सचिव सुधांश पंत सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता की उपस्थिति में चिंतन शिविर का उद्घाटन किया या।

उद्घाटन के दौरान पद्मश्री विश्व मोहन भट्ट द्वारा वीणा वादन की प्रस्तुति दी गई।

चंडीगढ़ में आयोजित चिंतन शिविर के दौरान योगा सत्र।

चिंतन शिविर के दौरान की माननीय केंद्रीय मंत्री श्री डॉ वीरेंद्र कुमार की उपस्थिति में ब्रेकआउट सत्र।

# शाब्दिक अर्थ और अंतर

श्रीमती अर्चना मेहरा
मुख्य प्रबंधक (राजभाषा)

**(यह एक क्रमिक आलेख है....)**

**शाब्दिक अर्थ और अंतर भाग-5 क्रमश:**

पिछले लेख में उपसर्ग और प्रत्यय के शब्दों के अर्थ में सूक्ष्म से व्यापक परिवर्तन और कुछ उदाहरण को प्रस्तुत किया गया था। इसी प्रकार के ऐसे शब्द जो लय और ध्वनि में साम्यता रखते हैं लेकिन उनके अर्थ और भाव में बदलाव आ जाता है।

**"कुल" मूल शब्द से बने कार्यालय/प्रशासनिक प्रयोग** में प्रचलित शब्द उसी निर्धारित प्रारूप में प्रस्तुत किए जा रहे हैं:

| शब्द | अंग्रेजी अर्थ | रचना | उपसर्ग/प्रत्यय | अर्थ | भाव / प्रयोग | वाक्य प्रयोग |
|---|---|---|---|---|---|---|
| सकल | Gross / Total | स + कुल | उपसर्ग – स | संपूर्ण, कुल मिलाकर | वित्तीय एवं सांख्यिकीय कार्यों में | सकल व्यय का विवरण प्रस्तुत किया जाए। |
| कुलयोग | Grand Total | कुल + योग | समास | सभी मदों का योग | लेखा एवं बजट कार्य में | कुलयोग ₹10 लाख प्राप्त हुआ। |
| कुलपति | Chancellor | कुल + पति | समास | विश्वविद्यालय प्रमुख | शैक्षणिक प्रशासन में | कुलपति महोदय ने बैठक की अध्यक्षता की। |
| कुलाधार | Aggregate Base | कुल + आधार | समास | समग्र आधार | सांख्यिकीय विश्लेषण में | आंकड़ों का कुलाधार तैयार किया गया। |

**"कूल" मूल शब्द से बने कार्यालय/प्रशासनिक प्रयोग** में प्रचलित शब्द उसी निर्धारित प्रारूप में प्रस्तुत किए जा रहे हैं:

| शब्द | अंग्रेजी अर्थ | रचना | उपसर्ग/ प्रत्यय | अर्थ | भाव / प्रयोग | वाक्य प्रयोग |
|---|---|---|---|---|---|---|
| अनुकूल | Favorable / Suitable | अनु + कूल | उपसर्ग – अनु | अनुरूप, हितकारी | प्रस्ताव, परिस्थितियों एवं निर्णयों के संदर्भ में | मामले की समीक्षा के उपरांत प्रस्ताव पर अनुकूल विचार किया गया। |
| प्रतिकूल | Adverse / Unfavorable | प्रति + कूल | उपसर्ग – प्रति | विपरीत, अहितकारी | प्रशासनिक, विधिक एवं वित्तीय मामलों में | उपलब्ध अभिलेखों के आधार पर परिस्थितियाँ प्रतिकूल पाई गईं। |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| अनुकूलन | Adaptation / Adjustment | अनुकूल + अन | प्रत्यय | परिस्थितियों के अनुरूप ढालना | सूचना प्रौद्योगिकी, प्रशिक्षण एवं नीतियों में | नई प्रणाली के अनुकूलन हेतु प्रशिक्षण आयोजित किया गया। |
| प्रतिकूलता | Adversity / Unfavourable Condition | प्रतिकूल + ता | प्रत्यय – ता | प्रतिकूल स्थिति | जोखिम मूल्यांकन एवं परियोजना प्रबंधन में | परियोजना के क्रियान्वयन में कुछ प्रतिकूलताएँ सामने आईं। |
| अनुकूलता | Suitability / Compatibility | अनुकूल + ता | प्रत्यय – ता | उपयुक्तता, संगतता | तकनीकी एवं प्रशासनिक मूल्यांकन में | सॉफ्टवेयर की अनुकूलता का परीक्षण किया गया। |
| अनुकूलित | Customized / Adapted | अनुकूल + इत | प्रत्यय | आवश्यकता-नुसार परिवर्तित | आईटी, प्रशिक्षण सामग्री एवं प्रक्रियाओं में | विभाग की आवश्यकताओं के अनुसार प्रपत्र अनुकूलित किया गया। |

**"कृति" मूल शब्द से बने कार्यालय/प्रशासनिक प्रयोग** में प्रचलित शब्द उसी निर्धारित प्रारूप में प्रस्तुत किए जा रहे हैं:

| शब्द | अंग्रेजी अर्थ | रचना | उपसर्ग/प्रत्यय | अर्थ | भाव / प्रयोग | वाक्य प्रयोग |
|---|---|---|---|---|---|---|
| प्रकृति | Nature / Character | प्र + कृति | उपसर्ग – प्र | मूल स्वरूप | नियमों एवं प्रवृत्ति के संदर्भ में | कार्य की प्रकृति तकनीकी है। |
| विकृति | Distortion | वि + कृति | उपसर्ग – वि | बिगड़ा हुआ रूप | अभिलेख एवं डेटा विश्लेषण में | आंकड़ों में विकृति नहीं होनी चाहिए। |
| आकृति | Format / Shape | आ + कृति | उपसर्ग – आ | स्वरूप, प्रारूप | प्रपत्र एवं डिजाइन में | आवेदन पत्र की आकृति निर्धारित है। |
| कृतित्व | Achieve-ment | कृति + त्व | प्रत्यय – त्व | सृजनात्मक योगदान | उपलब्धियों के वर्णन में | अधिकारी के कृतित्व की सराहना की गई। |
| सुकृति | Good Deed | सु + कृति | उपसर्ग – सु | श्रेष्ठ कार्य | प्रशंसा एवं सम्मान में | उनके सुकृतियों को सम्मानित किया गया। |

**"क्रम" मूल शब्द से बने कार्यालय/प्रशासनिक प्रयोग** में प्रचलित शब्द उसी निर्धारित प्रारूप में प्रस्तुत किए जा रहे हैं:

**योग का संदेश, स्वस्थ भारत विशेष।**

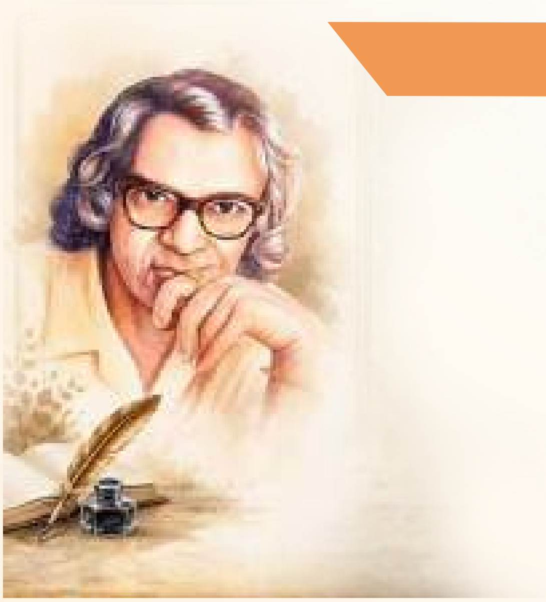
| शब्द | अंग्रेजी अर्थ | रचना | उपसर्ग/ प्रत्यय | अर्थ | भाव / प्रयोग | वाक्य प्रयोग |
|---|---|---|---|---|---|---|
| अनुक्रम | Sequence | अनु + क्रम | उपसर्ग – अनु | निर्धारित क्रम | सूची एवं अभिलेख प्रबंधन में | फाइलों को अनुक्रम में रखा जाए। |
| क्रमांक | Serial Number | क्रम + अंक | समास | संख्या सूचक पहचान | पत्राचार एवं अभिलेख में | पत्र का क्रमांक अंकित करें। |
| क्रमबद्ध | Systematic | क्रम + बद्ध | प्रत्यय | व्यवस्थित | कार्यालयी कार्यप्रणाली में | अभिलेख क्रमबद्ध रूप से संधारित किए जाएं। |
| क्रमोन्नति | Promotion | क्रम + उन्नति | समास | पदोन्नति | कार्मिक प्रशासन में | कर्मचारी को क्रमोन्नति प्रदान की गई। |
| अनुक्रमणिका | Index | अनुक्रम + णिका | प्रत्यय | विषय सूची | प्रकाशन एवं रिपोर्ट में | रिपोर्ट की अनुक्रमणिका संलग्न है। |

**क्रमशः आगामी अंक में**

**ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यम् भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् ॥**

**भावार्थ :-** ॐ के उच्चारण में ही तीनो शक्तियों का समावेश हैं । हे माँ भगवती जिसने सभी शक्तियों का सर्जन किया ऐसी प्राणदायिनी, दुःख हरणी, सुख करणी, समस्त रोगों का निवारण करने वाली, प्रज्ञावान माँ भगवती जो सभी देवों की देवी हैं उसकी में उपासना करती हूँ जिसने मुझे संरक्षण दिया और सभी प्रकार के ज्ञान से समृद्ध बनाया ।

# पल्लव



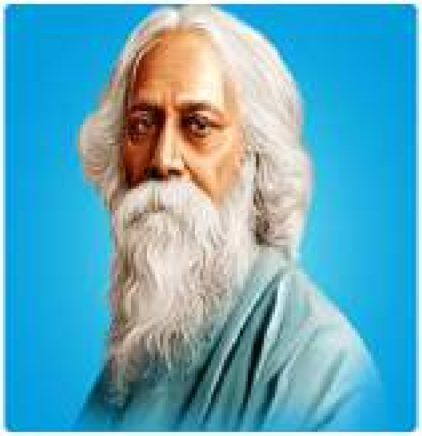
**- कवि श्री सुमित्रानंदन पंत**
(रचनाकाल: नवम्बर 1924)

अरे! ये पल्लव-बाला!
सजा सुमनों के सौरभ-हार
गूँथते वे उपहार;
अभी तो हैं ये नवल-प्रवाल,
नहीं छूटो तरु-डाल;
विश्व पर विस्मित-चितवन डाल,
हिलाते अधर-प्रवाल!
दिवस का इनमें रजत-प्रसार
उषा का स्वर्ण-सुहाग;
निशा का तुहिन-अश्रु-श्रृंगार,
साँझ का निःस्वन-राग;
नवोढ़ा की लज्जा सुकुमार,
तरुणतम-सुन्दरता की आग!
कल्पना के ये विह्व-बाल,
आँख के अश्रु, हृदय के हास;
वेदना के प्रदीप की ज्वाल,
प्रणय के ये मधुमास;
सुछबि के छायाबन की साँस
भर गई इनमें हाव, हुलास!
आज पल्लवित हुई है डाल,
झुकेगा कल गुंजित-मधुमास;
मुग्ध होंगे मधु से मधु-बाल,
सुरभि से अस्थिर मरुताकाश!

# गुरुदेव रवींद्रनाथ टैगोर : भारतीय पुनर्जागरण के विश्वकवि

**(7 मई 1861 – 7 अगस्त 1941)**

श्रीमती ज्योति रानी
कनिष्ठ सहायक



**प्रस्तावना**

भारतीय संस्कृति, साहित्य, संगीत और शिक्षा के इतिहास में यदि किसी एक व्यक्तित्व ने अपने बहुआयामी अवदान से विश्व स्तर पर भारत की प्रतिष्ठा को अभूतपूर्व ऊँचाइयों तक पहुँचाया, तो वे गुरुदेव रवींद्रनाथ टैगोर हैं। वे केवल एक महान कवि ही नहीं थे, बल्कि दार्शनिक, शिक्षाशास्त्री, उपन्यासकार, नाटककार, चित्रकार, संगीतकार, समाज-सुधारक तथा सर्वमानववादी चिंतक भी थे। उनकी कालजयी रचनाओं में भारतीय संस्कृति की पावन आत्मा, मानवीय संवेदनाओं की सार्वभौमिकता और आध्यात्मिक चेतना का अद्‌भुत समन्वय दृष्टिगोचर होता है। टैगोर ऐसे महान मनीषी थे, जिन्होंने पूर्व और पश्चिम के विचारों का स्वस्थ समन्वय किया तथा भारतीय जीवन-दर्शन को विश्व-पटल पर प्रतिष्ठित किया।

**संक्षिप्त जीवन परिचय**

पूर्ण नाम: रवींद्रनाथ ठाकुर

जन्म: 7 मई 1861, कोलकाता (तत्कालीन कलकत्ता), पश्चिम बंगाल

माता-पिता: शारदा देवी एवं महर्षि देवेंद्रनाथ टैगोर

उपनाम: गुरुदेव, कविगुरु, विश्वकवि

प्रमुख रचनाएँ: गीतांजलि, गोरा, घरे-बाइरे, चोखेर बाली, योगायोग, नौका दुर्घटना

प्रमुख सम्मान: साहित्य का नोबेल पुरस्कार (1913)

निधन: 7 अगस्त 1941

**प्रारंभिक जीवन और संस्कार**

रवींद्रनाथ टैगोर का जन्म कोलकाता के अत्यंत प्रतिष्ठित, संपन्न एवं संभ्रांत ठाकुर परिवार में हुआ। उनका पैतृक परिवार सामाजिक, सांस्कृतिक तथा धार्मिक पुनर्जागरण का प्रमुख केंद्र था। उनके पिता महर्षि देवेंद्रनाथ टैगोर ब्रह्म समाज के शीर्ष नेताओं में से एक थे और भारतीय आध्यात्मिक चिंतन के अग्रदूत माने जाते थे। गुरुदेव अपने चौदह भाई-बहनों में सबसे छोटे थे।

बचपन से ही रवींद्रनाथ अत्यंत संवेदनशील, जिज्ञासु और विलक्षण प्रतिभा के धनी थे। उन्हें चार दीवारों में सीमित पारंपरिक विद्यालयी शिक्षा कभी रास नहीं आई। अतः उनकी प्रारंभिक शिक्षा मुख्यतः घर पर ही निजी शिक्षकों के मार्गदर्शन में हुई, जहाँ उन्होंने साहित्य, इतिहास, दर्शन, संगीत, संस्कृत तथा खगोल विज्ञान का गम्भीर अध्ययन किया। प्रकृति के प्रति उनका गहरा

अनुराग बाल्यकाल से ही विकसित हो गया था, जिसने आगे चलकर उनके साहित्य को अपूर्व सौंदर्यबोध और आत्मीयता प्रदान की। वर्ष 1878 में वे उच्च शिक्षा प्राप्त करने हेतु कानून की पढ़ाई के लिए इंग्लैंड गए, किंतु साहित्य और कला के प्रति अगाध प्रेम के कारण वे बिना कोई औपचारिक डिग्री लिए 1880 में भारत लौट आए और पूर्ण रूप से साहित्य-साधना में लीन हो गए।

**साहित्यिक यात्रा की शुरुआत**

रवींद्रनाथ टैगोर ने बहुत ही अल्पआयु में अपनी लेखनी चला ली थी। मात्र आठ वर्ष की आयु में उन्होंने अपनी प्रथम कविता रची और सोलह वर्ष की आयु तक आते-आते उनकी प्रारंभिक रचनाएँ 'भानुसिंह' उपनाम से प्रकाशित होने लगीं। इसके पश्चात उन्होंने कविता, कहानी, उपन्यास, नाटक, निबंध, यात्रा-वृत्तांत और संगीत सहित साहित्य की लगभग सभी विधाओं को अपनी कालजयी रचनाओं से समृद्ध किया।

उनकी रचनाधर्मिता केवल मनोरंजन का माध्यम नहीं थी, अपितु समाज को एक दिशा देने वाली और मानव मन के सूक्ष्म भावों का विश्लेषण करने वाली माध्यम थी। अमेरिकी कवि वॉल्ट व्हिटमैन की भाँति टैगोर ने अपने 'आत्म-साक्ष्य' से ही अपनी सृजनशीलता को जोड़े रखा। वे मानते थे कि कविता की दुनिया में द्रष्टा ही सृष्टा है— "अपारे काव्य संसारे कविरेव प्रजापति।" कला उनके लिए शाश्वत मानवीय मूल्यों का पावन संसार थी।

**'गीतांजलि' : विश्व साहित्य की अमर कृति**

रवींद्रनाथ टैगोर की अक्षय कीर्ति का आधार स्तंभ उनकी अमर काव्य कृति 'गीतांजलि' है। इसका मूल बांग्ला संस्करण वर्ष 1910 में प्रकाशित हुआ था। तत्पश्चात टैगोर ने स्वयं इसका अंग्रेज़ी अनुवाद तैयार किया, जो 1912 में प्रकाशित होकर विश्व साहित्य के आकर्षण का केंद्र बना।

'गीतांजलि' की कविताएँ परमपिता परमेश्वर और मानव आत्मा के मध्य मधुर, निश्छल संवाद का अनुपम उदाहरण प्रस्तुत करती हैं। इनमें भक्ति, आत्मसमर्पण, करुणा और आध्यात्मिक अनुभूतियों की गूढ़ अभिव्यक्ति है। इसकी भाषा यद्यपि सहज और सरल है, परंतु इसके भाव गहरे हैं जो पाठक के हृदय को छूते हैं और उसे आत्मचिंतन के लिए प्रेरित करते हैं।

वर्ष 1913 में इसी महान कृति के लिए गुरुदेव को साहित्य के नोबेल पुरस्कार से सम्मानित किया गया। वे नोबेल पुरस्कार प्राप्त करने वाले प्रथम एशियाई तथा प्रथम गैर-यूरोपीय साहित्यकार बने। इस ऐतिहासिक उपलब्धि ने भारतीय साहित्य को वैश्विक मंच पर गौरवमयी पहचान दिलाई।

**कथा साहित्य और उपन्यासों में योगदान**

गुरुदेव टैगोर आधुनिक भारतीय कथा साहित्य के प्रमुख आधारस्तंभ हैं। उनकी कहानियों में मानवीय संवेदनाएँ, सूक्ष्म मनोवैज्ञानिक विश्लेषण और सामाजिक यथार्थ का सुंदर सामंजस्य दिखाई देता है।

**प्रमुख कहानियाँ:**

काबुलीवाला: एक अफगान फल-विक्रेता (रहमत) और नन्हीं बालिका (मिनी) के बीच की मासूम, निस्वार्थ मैत्री की अत्यंत मार्मिक कहानी, जो पितृत्व के सार्वभौमिक भाव को रेखांकित करती है।

पोस्टमास्टर: सुदूर ग्रामीण अंचल में पदस्थ एक शहरी युवा पोस्टमास्टर और अनाथ बालिका रतन के मध्य पनपे निश्छल भावनात्मक संबंधों की संवेदनशील अभिव्यक्ति।

सुभा: मूक (वाक्-असमर्थ) लड़की के एकाकी जीवन की व्यथा और प्रकृति के साथ उसकी आत्मीयता का भावुक चित्रण।

अतिथि: बंधन-मुक्त, स्वच्छंद स्वभाव के किशोर तारापद के माध्यम से मनुष्य की स्वतंत्रता-प्रियता की मर्मस्पर्शी गाथा।

दृष्टिदान: पारिवारिक संबंधों, त्याग और प्रेम की जटिलताओं को प्रस्तुत करने वाली उत्कृष्ट कहानी।

**कालजयी उपन्यास:**

गोरा: यह उपन्यास भारतीय साहित्य की एक महान कृति है। इसका मुख्य पात्र गौरमोहन (गोरा) कट्टर हिंदू राष्ट्रवाद का समर्थक है। परंतु जब उसे यह ज्ञात होता है कि वह वास्तव में एक आयरिश अनाथ संतान है, जिसे भारतीय परिवार ने पाला है, तो उसका संकीर्ण अहम टूट जाता है। वह जाति-धर्म से परे हटकर सार्वभौमिक मानवता को स्वीकार करता है।

घरे-बाइरे (घर और बाहर): यह उपन्यास आत्मकथात्मक शैली में लिखा गया है। यह तत्कालीन स्वदेशी आंदोलन की पृष्ठभूमि में भारतीय नारी के पारंपरिक संस्कारों, व्यक्तिगत आकांक्षाओं और मानवीय सीमाओं के द्वंद्व को चित्रित करता है। इस पर तत्कालीन स्वदेशी आंदोलन का प्रभाव भी स्पष्ट है।

नौका दुर्घटना: यह उपन्यास एक जल-त्रासदी के कारण बदले हुए रिश्तों, सामाजिक उलझनों और मानवीय भाग्य के उतार-चढ़ाव की अत्यंत रोचक कहानी प्रस्तुत करता है।

आँख की किरकिरी (चोखेर बाली) तथा योगायोग: ये उपन्यास सामाजिक मान्यताओं, नारी के स्थान और आधुनिकता के प्रभाव पर गहरा चिंतन प्रस्तुत करते हैं। वे मानते रहे कविता की दुनिया में द्दष्टा ही सृष्टा है 'अपारे काव्य संसारे कविरेव प्रजापति।' हालांकि वे पारंपरिक दर्शन की बांसुरी के चितेरे हैं, फिर भी इसमें सुर सिर्फ रवीन्द्र के हैं। अपनी आस्था और शोध के सुर। कला उनके लिए शाश्वत मूल्यों का संसार था।

योगायोग: रवीन्द्रनाथ एक गीत हैं, रंग हैं और हैं एक असमाप्त कहानी। बांग्ला में लिखने पर भी वे किसी प्रांत और भाषा के रचनाकार नहीं हैं, बल्कि समय की चिंता में मनुष्य को केन्द्र में रखकर विचार करने वाले विचारक भी हैं। 'वसुधैव कुटुम्बकम्' उनके लिए नारा नहीं आदर्श था। केवल 'गीतांजलि' से यह भ्रम भी हुआ कि वे केवल भक्त हैं, जबकि ऐसा है नहीं। दरअसल, हिवटमैन की तरह उन्होंने 'आत्म साक्ष्य' से ही अपनी रचनाधर्मिता को जोड़े रखा। इसीलिए वे मानते रहे कविता की दुनिया में द्दष्टा ही सृष्टा है 'अपारे काव्य संसारे कविरेज प्रजापति।' हालांकि वे पारंपरिक दर्शन की बांसुरी के चितेरे हैं, फिर भी इसमें सुर सिर्फ रवीन्द्र के हैं। अपनी आस्था और शोध के सुर । कला उनके लिए शाश्वत मूल्यों का संसार था।

**रवीन्द्र संगीत : भारतीय संगीत को अनमोल देन**

साहित्य के अतिरिक्त संगीत के क्षेत्र में भी गुरुदेव का योगदान अद्वितीय है। उन्होंने लगभग 2200 से अधिक गीतों की रचना की, जिन्हें समेकित रूप से 'रवीन्द्र संगीत' कहा जाता है। रवीन्द्र संगीत में भारतीय शास्त्रीय संगीत, लोक संगीत (विशेषकर बाउल शैली) तथा पाश्चात्य धुनों का अद्त सम्मिश्रण मिलता है। इन गीतों में प्रकृति के विविध रंगों, भक्ति, प्रेम और राष्ट्र-प्रेम की सुंदर अभिव्यक्ति है। आज भी बांग्ला संस्कृति का हृदय रवीन्द्र संगीत में ही धड़कता है।

**राष्ट्रगान इतिहास**

विश्व साहित्य एवं राजनीति के इतिहास में गुरुदेव रवींद्रनाथ टैगोर एकमात्र ऐसे कवि हैं, जिनकी काव्य-रचनाएँ दो स्वतंत्र राष्ट्रों का राष्ट्रगान बनीं:

भारत: 'जन गण मन'

बांग्लादेश: 'आमार सोनार बांग्ला'

शिक्षा-दर्शन एवं शांतिनिकेतन

गुरुदेव की मान्यता थी कि वास्तविक शिक्षा वही है जो बालक को प्रकृति के निकट लाती है और उसके व्यक्तित्व का सर्वांगीण विकास करती है। वे कक्षा की बंद दीवारों वाली शिक्षा व्यवस्था के घोर विरोधी थे। अपने इसी स्वप्न को साकार करने हेतु उन्होंने वर्ष 1901 में पश्चिम बंगाल के शांतिनिकेतन में एक खुले वातावरण वाले आश्रम-विद्यालय की स्थापना की। कालान्तर में यही संस्थान 'विश्व-भारती विश्वविद्यालय' के रूप में विकसित हुआ, जहाँ विश्व भर की श्रेष्ठ संस्कृतियों के संगम का मार्ग प्रशस्त हुआ।

### राष्ट्रवाद, मानवतावाद और ऐतिहासिक प्रतिरोध

टैगोर एक सच्चे मानवतावादी और विश्व-नागरिक थे। वे संकीर्ण, उग्र राष्ट्रवाद के आलोचक थे और विश्व-बंधुत्व ('वसुधैव कुटुंबकम्') के पक्षधर थे। वे भारत के स्वतंत्रता संग्राम के प्रबल प्रेरक थे, किंतु उनका राष्ट्रवाद कभी भी मानवता के मूल्यों के विरुद्ध नहीं था।

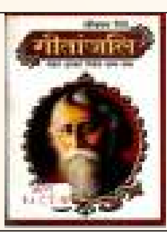
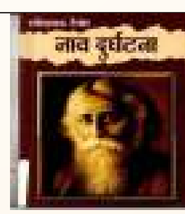
वर्ष 1919 में हुए निर्मम 'जलियाँवाला बाग हत्याकांड' से व्यथित होकर उन्होंने ब्रिटिश हुकूमत द्वारा दी गई 'नाइटहुड' (Sir) की उपाधि को त्याग दिया। यह कदम ब्रिटिश औपनिवेशिक सत्ता के विरुद्ध भारत का एक महान नैतिक और सांस्कृतिक विरोध बन गया।

### चित्रकला और उत्तरार्ध जीवन

जीवन के अंतिम पड़ाव में, लगभग 60 वर्ष की आयु में टैगोर ने चित्रकला के क्षेत्र में कदम रखा। उन्होंने हजारों आधुनिक अमूर्त चित्र बनाए, जिनकी प्रदर्शनियाँ पेरिस, लंदन और न्यूयॉर्क जैसे विश्व के प्रमुख शहरों में आयोजित हुईं। उनकी चित्रकला ने आधुनिक भारतीय कला को नई दिशा दी।

### उपसंहार

7 अगस्त 1941 को 80 वर्ष की आयु में कोलकाता में इस महान युगदृष्टा ने अंतिम साँस ली। गुरुदेव रवींद्रनाथ टैगोर केवल किसी एक प्रांतीय भाषा या देश के कवि नहीं थे, बल्कि वे पूरी मानवता के अमर गायक थे। उनका साहित्य, संगीत, शिक्षा-दर्शन और मानवीय विचार आज भी समाज के लिए उतने ही प्रासंगिक हैं जितने उनके समय में थे। वे भारतीय सांस्कृतिक पुनर्जागरण के ऐसे तेजस्वी नक्षत्र हैं, जिनका ज्ञान-प्रकाश युगों-युगों तक मानव चेतना को आलोकित करता रहेगा।

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |
| एनएसएफडीसी /पुस्त / 3231<br>प्रकाशन वर्ष: 1989<br>प्रकाशक : डायमंड पाकेट बुक्स (प्रा.) लि. | एनएसएफडीसी /पुस्त / 3260<br>प्रकाशन वर्ष: 2003<br>प्रकाशक : डायमंड पाकेट बुक्स (प्रा.) लि. | एनएसएफडीसी /पुस्त / 3787 | एनएसएफडीसी /पुस्त / 3246<br>प्रकाशन वर्ष: 2004<br>प्रकाशक: अनन्य प्रकाशन |
| | | | |
|   | |   | |
| एनएसएफडीसी /पुस्त / 3250<br>प्रकाशन वर्ष: 2004<br>प्रकाशक : डायमंड पाकेट बुक्स (प्रा.) लि. | एनएसएफडीसी /पुस्त / 3251<br>प्रकाशन वर्ष: 2004<br>प्रकाशक : डायमंड पाकेट बुक्स (प्रा.) लि. | एनएसएफडीसी /पुस्त / 3252<br>प्रकाशन वर्ष: 2003<br>प्रकाशक : डायमंड पाकेट बुक्स (प्रा.) लि. | एनएसएफडीसी /पुस्त / 3255<br>प्रकाशन वर्ष: 2003<br>प्रकाशक : डायमंड पाकेट बुक्स (प्रा.) लि. |

**योग बढ़ाए आत्मविश्वास, जीवन में लाए नया प्रकाश।**

# जन्मदिन की बधाई

02 अप्रैल
**श्रीमती कांता कुमारी**
प्रबंधक

02 अप्रैल
श्री ब्रह्मपाल सिंह
ड्राइवर

11 अप्रैल
**श्री मंजीत सिंह छतवाल**
उप महाप्रबंधक

11 अप्रैल
**श्री रविंद्र नाथ गोंड**
उप प्रबंधक

29 अप्रैल
**श्री रतिकांत जेना**
महाप्रबंधक

01 मई
**श्री धनपत सिंह**
उप महाप्रबंधक

06 मई
**श्री के जी नाथ**
उप प्रबंधक

07 मई
**श्री अजय कुमार**
प्रबंधक

10 मई
**श्रीमती रजनी मोंगिया**
मुख्य प्रबंधक

10 मई
**श्री पंकज कनिष्ठ**
कार्यकारी

23 मई
**श्रीमती अर्चना मेहरा**
मुख्य प्रबंधक

25 मई
**श्री डेविड रांगते**
महाप्रबंधक

29 मई
**श्री ललित फुलारा**
कनिष्ठ कार्यपालक

11 जून
**श्री महेश चंद**
सहायक प्रबंधक

12 जून
**श्री अमित भाटिया**
उप महाप्रबंधक

26 जून
**श्री थोटा सतीश**
उप महाप्रबंधक

# नेशनल शेड्यूल्ड कास्ट्स फाइनेंस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन

**(सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय, भारत सरकार का उपक्रम)**

14वीं मंजिल, स्कोप मीनार, कोर 1 और 2, लक्ष्मी नगर डिस्ट्रिक्ट सेंटर, लक्ष्मी नगर, दिल्ली-110092
टोल फ्री नं. 1800110396, ई-मेल: support-nsfdc@nic.in, वेबसाइट: www.nsfdc.nic.in
फ़ोन: 011-22054391-92, 22054394, 22054396

## अनुसूचित जाति के व्यक्तियों के लिए सुनहरा अवसर

नेशनल शेड्यूल्ड कास्ट्स फाइनेंस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन (एनएसएफडीसी) की स्थापना दिनांक 08.02.1989 को कंपनी अधिनियम 1956 के तहत एक लाभ निरपेक्ष कंपनी के रूप में की गई थी। कंपनी अधिनियम, 2013 के लागू होने के उपरांत, एनएसएफडीसी नए अधिनियम के तहत वर्तमान में धारा-8 कंपनी (लाभ निरपेक्ष) है। एनएसएफडीसी का मुख्य उद्देश्य अनुसूचित जाति के व्यक्तियों के सामाजिक-आर्थिक विकास में सहायता करना है, जिनकी वार्षिक पारिवारिक आय रु5.00 लाख तक है।

## एनएसएफडीसी की ऋण योजनाएं

| योजना | परियोजना लागत | अधिकतम ऋण सीमा परियोजना लागत का 90% तक | प्रति वर्ष ब्याज दर | | ऋण पुनर्भुगतान की अवधि | अधिस्थगन अवधि |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | सीए | लाभार्थी | | |
| **एससीए/ पीएसबी/ आरआरबी के माध्यम से क्रियान्वित की जाने वाली योजनाएं** | | | | | | |
| माइक्रो फाइनेंस योजना | रु1.40 लाख तक | रु1.25 लाख तक | 2.5% | 6.5% | 3 वर्षों के भीतर | 3 महीने |
| मियादी ऋण | > रु1.40 लाख से रु50.00 लाख तक | > रु1.25 लाख से रु45.00 लाख तक | 4% | 8% | 7 वर्षों के भीतर | 6 महीने, वृक्षारोपण एवं निर्माण गतिविधियों को छोड़कर जिसके लिए 12 महीने का समय होगा |
| **शिक्षा ऋण** | | | | | | |
| शिक्षा ऋण योजना (ईएलएस) | शिक्षा ऋण योजना (भारत एवं विदेश में अध्ययन के लिए) रु40.00 लाख तक या पाठ्यक्रम शुल्क का 90%, जो भी कम हो | | 2.5% | 6.5% | – शिक्षा ऋण परियोजना-वित्त (एससीए) और पुनर्वित्त दावों (बैंकों) के लिए जहां पुनर्भुगतान प्रारंभ नहीं हुआ है: **12 वर्ष तक।**<br>– शिक्षा ऋण पुनर्वित्त दावों के लिए, जहां ऋण का संवितरण किया जा चुका है और ऋण पुनर्भुगतान प्रारंभ हो चुका है: **10 वर्ष तक।** | – शिक्षा ऋण परियोजना - वित्त (एससीए) और पुनर्वित्त दावों (बैंकों) के लिए जहां पुनर्भुगतान शुरू नहीं हुआ है: **पाठ्यक्रम अवधि + 1 (एक) वर्ष।**<br>– शिक्षा ऋण पुनर्वित्त दावों के लिए, जहां ऋण पहले ही संवितरित किया जा चुका है और ऋण का पुनर्भुगतान शुरू हो चुका है: **6 (छह) महीने तक।** |
| **एनबीएफसी-एमएफआई के माध्यम से कार्यान्वित की जाने वाली योजना** | | | | | | |
| आजीविका माइक्रो फाइनेंस योजना (एएमवाई) | रु1.40 लाख तक | रु1.25 लाख | 5% | 15% | 3 वर्षों के भीतर | 3 महीने |
| **सहकारी समितियों/ सहकारी बैंकों/ लघु वित्त बैंकों के माध्यम से क्रियान्वित की जाने वाली योजना** | | | | | | |
| उद्यम निधि योजना (यूएनवाई) | रु5.00 लाख तक | रु4.50 लाख | 5% | 13% | 5 वर्षों के भीतर | 3 महीने |
| **कौशल विकास प्रशिक्षण कार्यक्रम** | | | | | | |
| गैर-आवासीय प्रशिक्षण कार्यक्रम के लिए प्रशिक्षण संस्थान को 100% अनुदान और प्रति प्रशिक्षु रु1500/- प्रतिमाह की दर से वजीफा (Stipend), जिनकी प्रशिक्षण के दौरान उपस्थिति कुल 80% और उससे अधिक तथा आवासीय प्रशिक्षण कार्यक्रम के मामले में भोजन और आवास की लागत सामान्य मानदंडों के अनुसार। | | | | | | |

नेशनल शेड्यूलड कास्ट्स फाइनेंस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन

(सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय,भारत सरकार का उपक्रम)

**NATIONAL SCHEDULED CASTES FINANCE AND DEVELOPMENT CORPORATION**

A Government of India Undertaking

(आई एस ओ 9001 :2015 प्रमाणित कंपनी)

(An ISO 9001:2015 Certified company)

14वीं मंजिल, कोर-1 और 2, स्कोप मीनार, लक्ष्मी नगर, जिला सेंटर, दिल्ली-110092

14th Floor, Core-1 & 2, SCOPE Minar, Laxmi Nagar, District Centre, Delhi-110092

फ़ोन/Phone: 011-22054392, 22054394, 22054396

टोल फ्री नंबर/Toll Free Number: 1800 11 0396

ई-मेल/E-mail: support-nsfdc@nic.in वेबसाइट/Website: www.nsfdc.nic.in

Designing & Printing by Double8 Event & Advertising Pvt. Ltd. - 2026