ज्ञानदीप

(त्रैमासिक सूचना पत्र)

भारतीय रेल सिविल इंजीनियरी संस्थान, पुणे – 411 001

आई. एस. ओ. : 9001 प्रमाणित भारतीय रेल का

प्रथम केंद्रीकृत प्रशिक्षण संस्थान

संस्थान – डी ओ टी (020)
26122271, 26123436
26123680, 26113455
रेलवे – 55222, 55862

छात्रावास – डी ओ टी (020)
26130579, 26126816
26121669
रेलवे – 55980, 55981, 55976

फैक्स : 020-26128677
रेलवे : 55860,
ई–मेल : mail@iricen.gov.in
टेलीग्राम : रेलपथ
वेब साइट : www.iricen.gov.in

वर्ष – 12 **अंक – 48** **अक्टूबर – दिसंबर 2008**

इरिसेन परिवार सभी पाठकों को नववर्ष की हार्दिक शुभकामनाएं देता है और भरपूर ज्ञान समृद्धि की कामना करता है।

इस अंक में

1. मुख्य पुल इंजिनियरों का सेमिनार
2. मुख्य प्रशासनिक अधिकारी (निर्माण) का सेमिनार
3. सतर्कता जागरुकता सप्ताह – 08
4. राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 101 वीं बैठक
5. 'सच्चा आनंद' पर विशेष व्याख्यान
6. इरिसेन सलाहकार समिति की बैठक
7. वर्ष –2009 में आयोजित नए पाठ्यक्रम
8. 17 वी आंतरिक लेखा परीक्षा
9. तकनीकी फिल्म एवं तकनीकी पुस्तकों के व्दिभाषीकरण की अभिनव पहल
10. तिमाही में आयोजित अन्य विशेष पाठ्यक्रम
11. विदाई / स्वागत
12. बधाई / शुभकानाएँ
13. शब्द ज्ञान
14. कविता
15. सृजन

ज्ञानदीप के 12 वें वर्ष का यह आखिरी अंक आपके समक्ष प्रस्तुत है। वर्षांत मुख्यतः समीक्षा एवं आत्मावलोकन करने का समय होता है। केंद्रीकृत प्रशिक्षण संस्थान का प्रशिक्षण शेड्युल पाठ्यक्रम कैलेंडर के अनुसार होता है। वर्ष 2008 में संस्थान में भिन्न–भिन्न नए विषयों पर विशेष पाठ्यक्रम आयोजित किए गए, अध्ययन दौरे पर नित नए प्रयोग जैसे विशिष्ट कार्यक्षेत्रों का अवलोकन इत्यादि, फिल्म निर्माण, पुस्तकों का प्रकाशन एवं तकनीकी जरनल को नया रूप देते हुए प्रकाशन जैसी महत्वपूर्ण कार्य निष्पादित किए गए। भविष्य में भी निरंतर नई उंचाईयों तक पहुंचना ही हमारा मुख्य उद्देश्य है। आपकी प्रतिक्रिया एवं अमूल्य सुझाव का सदैव से इंतजार है .....

– मुख्य संपादक

1. मुख्य पुल इंजीनियरों का सेमिनार

मुख्य पुल इंजीनियरों के सेमिनार का दृश्य

दिनांक 10 एवं 11 नवंबर, 08 को इरिसेन में मुख्य पुल इंजीनियरों के लिए सेमिनार आयोजित किया गया। क्षेत्रीय रेलों व्दारा प्रस्तावित विभिन्न कार्यसूची मदों पर विचार विमर्श किया गया। सेमिनार के दौरान ईडीसीई/बी एंड एस, रेलवे बोर्ड व्दारा ''ओव्हर विव्यू ऑफ ब्रिजेज ऑन आई आर'', श्री सी.एम.दोरडी, उपाध्यक्ष, गुजरात, अंबुजा सीमेंट व्दारा ''कंक्रीट इन दिस मिलेनियम'' मेसर्स बीबीआर इंडिया व्दारा ''रिट्रोफिटिंग ऑफ ब्रिजेज बाय एमआरपी एंड सॉयल स्टेबलायझेशन बाय एंकर्स '', मु.पु.इंजी. /दपरे व्दारा'' कंन्स्ट्रक्शन ऑफ आरओबी विदाउट स्पीड रेस्ट्रीक्शन'', मु.पु.इंजी/पू.रे. व्दारा ''रिहेबिलिटेशन ऑफ आर्च ब्रिज बाय ब्लास्टिंग विद एकसप्लोसिव '' एंड ''रेक्टिफिकेशन ऑफ अब्यूटमेंट मूव्ड बाय 2 मीटर'', उप मु.इं./पुल /द.रे.व्दारा लिमिटेड हाईट लिमिटेड हाईट सबवे एंड कंस्ट्रक्शन ऑफ ब्रिज नं. 7 आर', इरिसेन व्दारा ''एनडीएमए गाईडलाइन्स'' के प्रस्तुतीकरण दिए गए। प्रतिभागियों व्दारा सेमिनार की प्रशंसा की गई।

संरक्षक
ए. के. गोयल
निदेशक
भा.रे.सि.इं.सं.पुणे

मुख्य संपादक
मनोज अरोड़ा
उप मुख्य राजभाषा अधिकारी
एवं प्राध्यापक – रेलपथ मशीन

संपादक
अरुणाभा ठाकुर
राजभाषा अधीक्षक

2. मुख्य प्रशासनिक अधिकारियों (निर्माण) का सेमिनार

मुख्य प्रशासनिक अधिकारियों (निर्माण) के सेमिनार का दृश्य

दिनांक 27 एवं 28 नवंबर, 08 को इरिसेन में मु.प्र.अ. नि. का सेमिनार आयोजित किया गया । जिसमें विभिन्न रेलों के मु.प्र.अ. /नि/मु.इंजी.नि., रेलवे बोर्ड से का. निदे. कार्य एवं निदेशक / कार्य तथा निदेशक / अ अ मा सं उपस्थित हुए ।

क्षेत्रीय रेलों के निर्माण संगठनों व्दारा भेजे विभिन्न कार्यसूची मदों पर चर्चा की गई निम्नलिखित प्रस्तुतीकरण दिए गए:–मु.इंजी./नि./उमरे व्दारा ''लांचिंग ऑफ 76.2 मी. ओपेन वेब गर्डर'', इरिसेन व्दारा फास्ट ट्रैक कंस्ट्रक्शन '' श्री एस.एन. मनोहर, कन्सल्टेंट व्दारा ''अनयुजुअल प्राब्लेम सोल्युशन एंड लेसन्स'' मुरली कृष्णन, जीएम/ एनआरएसए/हैदराबाद व्दारा मार्डन सर्वेइंग (जीपीएस, रिमोट सेन्सिंग इत्यादि),मु.प्र.अ./नि./उ./पूमरे व्दारा ''इनोवेशन इन गेज कन्वर्शन वर्क'', श्री कस्तूरी श्रीनिवास मेसर्स बेंटले लिमिटेड व्दारा ''एमएक्स–रेल'', इरिसेन व्दारा ''न्यू बिल्डिंग मटेरियल'' । प्रतिभागियों व्दारा सेमिनार की प्रशंसा की गई।

3. सतर्कता जागरुकता सप्ताह 2008

दिनांक 03 से 07 नवंबर, 08 तक इरिसेन में सतर्कता जागरुकता सप्ताह मनाया गया । सप्ताह के पहले दिन संस्थान के संकाय अध्यक्ष ने संकाय सदस्यों एवं कर्मचारियों को भ्रष्टाचार उन्मूलन से संबधित शपथ दिलाई।

4. राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 101 वीं बैठक

राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 101वीं बैठक का दृश्य

राजभाषा कार्यान्वयन समिति की 101 वीं बैठक में अध्यक्ष महोदय ने उपस्थित सदस्यों का हार्दिक स्वागत किया। आपने बताया कि राजभाषा की प्रगति में आनेवाली समस्याओं का हल निकालकर अपने लक्ष्य की ओर बढ़ा जाए। तकनीकी क्षेत्र होने के बावजूद संस्थान में राजभाषा की प्रगति पर भी विशेष निगरानी रखी जाती है ताकि हर क्षेत्र में इसका सर्वांगीण विकास हो । समेकित पाठ्यक्रम की पावर प्वांईट में बनी सभी व्याख्यान टिप्पणियों तथा तकनीकी पुस्तकों का हिंदी अनुवाद एवं तकनीकी फिल्मों की हिंदी में डबिंग कराने इत्यादि विषयों पर अधिक जोर दिया गया ।

5. सच्चा आनंद पर विशेष व्याख्यान

सभी संकाय सदस्य, कर्मचारी एवं प्रशिक्षु अधिकारी गणों के लाभ के लिए श्री सुहास जी व्दारा 'सच्चे आनंद' विषय पर व्याख्यान दिया गया। वक्ता ने सच्चा आनंद का मतलब बताते हुए कहा कि वास्तव में आनंद किसी भी वस्तु, विषय या घटना में न होकर वह हमारी भावनाओं में हैं । हम क्या अनुभव कर रहें है, उसी पर यह निर्भर करता है कि हम आनंदित हैं या नहीं । अक्सर हम करना कुछ और चाहते हैं । और करते कुछ और ही हैं। चारों तरफ के वातावरण से प्रभावित होकर हमारे कार्यकलाप भी उसमें रंग जाते है। हम जब कुछ चाहते हैं और वो मिल जाता है तो हमें खुशी होती है, यह खुशी भी क्षणिक है क्योंकि अगले ही क्षण नई इच्छा जाग उठती है। चाहा हुआ मिले उससे कहीं ज्यादा सरल है कि मिले हुए को चाहा जाए। इस तरह हर क्षण खुशी का अनुभव कर सकते हैं। इच्छाओं के दमन की अपेक्षा उनमें संतुलन लाने की जरुरत है। संतुलित बुध्दि से ही संतुलित विचारों का उद्भव होता है। संतुलित बुध्दि के लिए प्रयास की आवश्यकता है। दरअसल बुध्दि अक्सर '' डिस्क्रिमिनेटिव मोड'' में काम करती है। सभी चीजों, घटनाओं का तुलनात्मक अध्ययन हर समय चलता रहता है और इसी पर आधारित हमारा निर्णय होता है, जो कि जरुरी नही कि संतुलित हो । स्थिर एवं संतुलित बुध्दि से लिया गया स्थिर निर्णय हर हाल में अपेक्षाकृत अच्छा होता है, और बुध्दि को संतुलित एवं स्थिर करने के लिए **मेडिटेशन** से अच्छा कोई और उपाय नहीं है । किसी भी प्रकार के मेडिटेशन को हम हमारी दिनचर्या का एक अंग बना लें और फिर जीवन में होनेवाले परिवर्तनों का आनंद उठाएं ।

6. इरिसेन सलाहकार समिति की बैठक

05 दिसंबर 2008 को रेलवे बोर्ड में अपर सदस्य,(सिविल) की अध्यक्षता में इरिसेन सलाहकर समिति की बैठक आयोजित की गई थी । जिसमें श्री अशोक कुमार गोयल, निदेशक/इरिसेन एवं श्री सुरेश गुप्ता, संकाय अध्यक्ष इरिसेन ने भाग लिया।

7. वर्ष –2009 में आयोजित नए पाठ्यक्रम

वर्ष – 2009 में इरिसेन में कई नए विषयों पर विशेष पाठ्यक्रम आयोजित किए जाएंगे । इन नए पाठ्यक्रमों के आयोजन से प्रशिक्षुओं को लाभ मिलेगा। नए पाठ्यक्रमों की सूची निम्नानुसार है।

क्र. सं. पाठ्यक्रम का नाम

1. ''लैंड मैनेजमेंट, मॉडर्न बिल्डिंग एवं बिल्डिंग मटेरियल'' पर विशेष पाठ्यक्रम
2. ''प्रोजेक्ट प्लानिंग एंड मैनेजमेंट'' पर विशेष पाठ्यक्रम
3. ''यूएसएफडी टेस्टिंग,वेल्डिंग एवं रेल ग्राइंडिंग, ट्रैक मॉनिटरिंग एंड हाई स्पीड एंड हैवी हाउल'' पर विशेष पाठ्यक्रम
4. ''रेलवे फार्मेशन एंड जियो टेक्नि. इनवेस्टिगेशन'' पर विशेष पाठ्यकम
5. ''फॉर्म वर्क, कन्स्ट्र.एंड लांचिग ऑफ ब्रिज'' पर विशेष पाठ्यक्रम
6. ''ब्रिज एंड आर्च ब्रिज'' पर विशेष पाठ्यक्रम
7. ''रेल व्हील इंटरैक्शन एंड डीरेलमेंट'' पर विशेष पाठ्यक्रम

8. ''रिट्रो फिटिंग ऑफ ब्रिज एंड स्ट्रक्चर'' पर विशेष पाठ्यक्रम
9. ''लेइंग ऑफ प्वाइंट्स एंड क्रासिंग, प्लानिंग ऑफ यार्डस एंड डिजाईन ऑफ ट्रेक युजिंग एमएक्स रेल'' पर विशेष पाठ्यक्रम
10. ''हाइड्रॉलिक डिजाईन, ब्रिचेस एंड फ्लडस् एंड रिस्टोरेशन एंड टनलिंग'' पर विशेष पाठ्यक्रम
11. ''कन्स्ट्रक्शन इंजीनियर्स के लिए विशेष पाठ्यक्रम
12. ''ITEC/SCAAP'' के लिए विशेष पाठ्यक्रम
13. ''ट्रेनिंग फॉर ट्रेनर्स (ब्रिज एंड वर्कस मॉड्युल)'' पर विशेष पाठ्यक्रम
14. ''ट्रेनिंग फॉर ट्रेनर्स (पी.वे.मॉड्युल)'' पर विशेष पाठ्यक्रम

इस विषय में विस्तृत जानकारी इरिसेन वेबसाईट www.iricen.gov.in पर उपलब्ध है।

8. 17 वीं आंतरिक लेखा परीक्षा

आइ एस ओ 9001-2000 प्रमाणीकरण के लिए दिनांक 6 एवं 7 नवंबर, 08 को इरिसेन में 17 वीं आंतरिक लेखा परीक्षा आयोजित की गई । लेखा परीक्षा के दौरान लेखा परीक्षक व्दारा कोई भी असमरुपता नहीं पाई गई। इरिसेन व्दारा किए गए सुधारों की लेखा परीक्षक व्दारा सराहना की गई।

9. तकनीकी फिल्म एवं तकनीकी पुस्तकों के व्दिभाषीकरण की अभिनव पहल

इरिसेन में राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठक में लिए गए निर्णय के अनुसार तकनीकी फिल्म एवं तकनीकी पुस्तकों के व्दिभाषीकरण का कार्य युध्दस्तर पर किया जा रहा है। इस संबंध में अक्टूबर – दिसंबर,08 की तिमाही में निम्नलिखित तकनीकी फिल्म एवं तकनीकी पुस्तकों का अनुवाद कार्य किया गया जो कि एक कीर्तिमान है :–

तकनीकी फिल्म–मेंटेनेंस ऑफ कंक्रीट स्लीपर ट्रैक (रोल ऑफ गैंग मैन)

तकनीकी पुस्तकें – 1. वाटर सप्लाई एवं रेलवे इंजीनियर, 2. क्वालिटी कंट्रोल इन ट्रैक लिंकिंग 3. केयर ऑफ रेल ज्वाइंटस । इसके अलावा, i. मॉडर्न सर्वे, ii. चेकिंग ऑफ इंजीनियरिंग सर्वे प्लान्स, iii. ब्रिज हाइड्रॉलिक्स , रीवर, फ्लडस् एंड प्रोटेकशन वर्क्स, iv. ट्रैक टॉलरेन्स, v. ट्रॉली/ लॉरी रुल्स, vi. एक्सीडेंट जेनरल इन्फॉर्मेशन,vii. प्रॉब्लेम इन बिल्डिंग मेंटेनेस इत्यादि व्याख्यान टिप्पणियों का अनुवाद किया गया ।

10. तिमाही में आयोजित विशेष पाठ्यक्रम

- दि. 10 नवंबर, 08 से 21 नवंबर, 08 तक कार्य पुनश्चर्या – 2 पर विशेष पाठ्यक्रम ।
- दि. 01 दिसंबर,08 से 12 दिसंबर, 08 तक रेलपथ पुनश्चर्या – 1 पर पाठ्यक्रम
- दि. 01 दिसंबर,08 से 26 दिसंबर, 08 तक वरिष्ठ व्यावसायिक पाठ्यक्रम (पुल एवं सामान्य) पर विशेष पाठ्यक्रम।
- दि. 15 दिसंबर,08 से 19 दिसंबर, 08 तक भा.रे.इं.से. (परि.) 2007 के प्रारंभिक पाठ्यक्रम ।
- दि. 15 दिसंबर, 08 से 2 जनवरी, 09 तक प्रशिक्षकों के लिए प्रशिक्षण (रेलपथ) पर विशेष पाठ्यक्रम
- दि. 24 दिसंबर, 08 से 28 दिसंबर, 08 तक रेलवे लाईन प्रोजेक्ट के मॉडर्न सर्वेक्षण एवं मॉडर्न सर्वे टेकनॉलजि एवं उपकरण पर विशेष पाठ्यक्रम ।

11. विदाई / स्वागत

- **विदाई**

श्री आर.के.यादव, जो वरिष्ठ प्राध्यापक/रेलपथ के पद पर पदस्थापित थे आपका स्थानांतरण महाप्रबंधक / राइट्स के पद पर हुआ था, दिनांक 27 अक्टूबर, 08 को आपको राइट्स के लिए भारमुक्त किया गया । संस्थान आपके उज्ज्वल भविष्य की कामना करता है।

- **स्वागत**

श्रीमती लता राजन, व. अनुभाग अधिकारी /लेखा के दिनांक 10 दिसंबर,08 से छः महीने की लंबी छुट्टी पर जाने के कारण श्री वर्गिस, व.अनुभाग अधिकारी/लेखा की नियुक्ति इरिसेन में हुई है। संस्थान आपका हार्दिक स्वागत करता है।

12. बधाई / शुभकामनाएँ

अधिकारियों को जन्म दिवस पर हार्दिक बधाई

03 जनवरी – श्री नीलमणि, प्राध्यापक रेलपथ
11 जनवरी – श्री नीरज कुमार खरे, सह प्राध्यापक – कार्य
21 जनवरी – श्री मनोज अरोड़ा, प्राध्यापक/रेलपथ मशीन
09 फरवरी – श्री एस.के.गर्ग, वरिष्ठ प्राध्यापक कार्य
01 मार्च – श्री ए.के.गोयल, निदेशक
03 मार्च – श्री राजेश कुमार, वरिष्ठ प्राध्यापक रेलपथ 1

अधिकारियों की विवाह वर्षगाठं पर हार्दिक बधाई

07 जनवरी – श्री एन.आर.काले, सहा. कार्य इंजी.–2
18 फरवरी – श्री पी.के. गर्ग, वरिष्ठ प्राध्यापक रेलपथ –2
02 फरवरी – श्री के. नारायण, निजी सचिव/निदेशक
09 फरवरी – श्री नीलमणि, प्राध्यापक रेलपथ
15 फरवरी – श्री एस.के.गर्ग, वरिष्ठ प्राध्यापक कार्य
17 फरवरी – श्री अजय गोयल, वरिष्ठ प्राध्यापक / पुल 1
05 मार्च – श्री सुरेश गुप्ता, संकाय अध्यक्ष

कर्मचारियों को जन्म दिवस पर हार्दिक बधाई

01 जनवरी – श्रीमती लता राजन, वरि.अनु.अधिकारी (लेखा)
12 जनवरी – श्रीमती विद्या धानेकर, कार्यालय अधीक्षक, भंडार
13 जनवरी – श्री शैलेंद्र प्रकाश, सहायक ग्रंथपाल
21 जनवरी – श्रीमती चारुशीला ननावरे, व चपरासी
01 फरवरी – श्री के.के.आयजैक, प्रधान लिपिक
05 फरवरी – श्री बबन मारुती, फिटर,ग्रेड – III
08 फरवरी – श्री फ्रांसिस जॉन गोपालन,खलासी
10 फरवरी – श्री गौस मोहम्मद, खलासी
13 फरवरी – श्री अतुल घोड़ेकर, छात्रावास अधी.–I
18 फरवरी – श्री जी.जी. वारकर, कार्यालय अधी.
01 मार्च – श्री शिरीष मोरे, तकनीशियन
01 मार्च – श्री विलास तावडे, खलासी
08 मार्च – श्री वर्गिस, वरिष्ठ अनुभाग अधिकारी / लेखा
16 मार्च – श्री संजय भोसले, खलासी

कर्मचारियों की विवाह वर्ष गांठ पर हार्दिक बधाई

27 जनवरी – श्री सुधीर जगन्नाथ, खलासी
03 फरवरी – श्री शैलेंद्र प्रकाश, सहायक ग्रंथपाल

10 फरवरी	–	श्रीमती जयंती दंडपाणि, कार्या. अधीक्षक
13 फरवरी	–	श्रीमती चारुशीला ननावरे, वरिष्ठ चपरासी
19 फरवरी	–	श्री मती अरुणाभा ठाकुर, राजभाषा अधीक्षक
19 फरवरी	–	श्री अतुल घोड़ेकर, छात्रवास अधीक्षक –I
28 फरवरी	–	श्री के. पी. धुमाल , निजी सचिव ग्रेड –II
01 मार्च	–	श्री कालीदास उमाजी, प्रयो. परिचर
07 मार्च	–	श्री दयानंद बारकोजी, खलासी
08 मार्च	–	श्री कृष्ण बहादुर, सहायक रसोईया

13. शब्द ज्ञान

Habitual Offender	आभ्यासिक अपराधी
Heirless	लावारिस
Hand Operated	हस्त चलित
Hindrance	बाधा, अड़चन
Hard and Fast rules	पक्के नियम
Human Rights	मानव अधिकार
Hardness Test	कठोरता परीक्षण
Humanitarian Grounds	मानवीय आधार
Hearing	सुनवाई
Hutment	अस्थायी इमारत

14. कविता

स्वयं अचल, निश्चल, बहुत शक्तिशाली पथ है ।
धरा पर धरा, गिट्टी से भरा, बाहुबली सा लौहपथ है ।
प्रांत इसे रोक न पाये, सभी भाषायीओं में रहने वाला है ।
धुरा चक्र के असहनीय हमले सहने वाला है ।
सबको गतिमान रखकर भी, स्थिर रहने वाला है ।
चक्रों को अपने आंचल में, सान्निध्य देने वाला है ।
मौसम की हर ललकार को सहने वाला है ।
मेरा '' रेल पथ''
सबको गति देकर भी अचल रहने वाला है !

राकेश कुमार शर्मा, से. इंजी. (रेलपथ), बड़ोदरा

15. सृजन

यह कैसा चक्रव्युह ?

आदिमानव युग से ही मानव ने पेड़ पौंधो से नशीले पदार्थों का स्वाद चख लिया था। पुरातत्व विभाग ने पता लगाया है कि पाषाण युग में भी नशे का प्रचलन था । भांग, गांजा, चरस का इतिहास तो अत्यंत प्राचीन है। भारत, मिश्र, चीन और तुर्की में ईसा पूर्व से ही इसके प्रयोग का उल्लेख है। दक्षिण अमेरिका अदिवासी भी कोकीन का सेवन करते रहें हैं ।

जैसे–जैसे जीवन का रुप बदला, तौर तरीके बदले नशा करने के तरीकों में भी ईजाफा होता गया। आज नशा करनेवालों में हर तबके और हर उम्र के लोग, मजदूर, रिक्शावाले, छात्र–छात्राएं, बेरोजगार युवक, दफ्तर में कलम घिसने वाले यहां तक कि कम उम्र के नादान बच्चे भी शामिल है। कई बच्चे तो कच्ची उम्र में ही इस लत के कारण अपराध की दुनिया में रच बस गए हैं और छोटी मोटी चोरियां, पॉकेटमारी इत्यादि को बड़ी सफाई से अंजाम देते है। बाल अपराध का बढ़ता दर इसी का दुष्परिणाम है।

नशे का प्रारंभ अक्सर किसी दोस्त या साथी के कहे में आकर होती है और एक अनुभव लेने का मन कब व्यसन में तबदील हो जाता है पता ही नहीं चलता। कुछ लोग इस् गलतफहमी में कि नशा कल्पनाशीलता एवं सृजनात्मकता बढ़ाता है, इसके चक्रव्युह में फंस जाते हैं । परीक्षा के दिनों में कुछ विद्यार्थी इसी भ्रम का शिकार हो जाते हैं। नशे की मृग–मरीचिका में सच्चाई का पता नहीं लग पाता और एक सपना भरा जीवन तहस–नहस हो जाता है।

कुछ लोग व्यक्तित्व में खामियों को छुपाने हेतु नशे में डूब जाते हैं । किशोरवस्था में प्रवेश करते कुछ बच्चे घर में बड़ों को नशा करते देखकर गुमराह होते हैं। किसी भी नशे का लगातार सेवन करने से मनन क्षमता और स्मरण शक्ति क्षीण होने लगती है। आलस्य और प्रमाद की स्थिति बनी रहती है। कामकाज एवं पढ़ाई लिखाई में मन न लगने के कारण स्वभाव में चिड़चिड़ापन बढ़ता जाता है। झूठ बोलने से परहेज नहीं होता तथा मन सदा सशंकित रहता है।

नशे का प्रभाव केवल मन पर ही नही पड़ता बल्कि शरीर पर भी इसका दुष्प्रभाव देखा जा सकता है। टी.बी. एवं अन्य संक्रामक बीमारियो के प्रकोप का भय बना रहता है। सिगरेट का धुंआ देर तक शरीर के अंदर समाहित रहने से फेफड़े संबंधी रोग तथा कैंसर जैसी भयानक बिमारी की आशंका कई गुना बढ़ जाती है। इंजेक्शन व्दारा नशीली दवाओं का सेवन करने से हेपेटाईटिस – बी और एडस जैसी जानलेवा बिमारियों का शिकार बनना आम बात हो जाती है । कभी कभी तो नशाखोर चोरी तथा तस्करी जैसे जाल में फंस जाते हैं एवं विवशता में आपराधिक जीवन जीने के लिए मजबूर हो जाते हैं ।

नशे से मुक्ति पाना आसान तो नहीं है परंतु असंभव भी नही है। नशे का खुराक न मिलने पर तन और मन में तड़पन होने लगती है। खुराक मिलने पर चंद लम्हों या घंटो के लिए भले ही राहत मिली हो, परंतु तड़प वहीं बरकरार रहती है। यदि नशे का आदी मनुष्य यह तय कर ले कि उसे इस व्यसन से मुक्ति पाना ही है तो चिकित्सकीय देखरेख में रहकर वह इससे मुक्ति पा सकता है । नशे के हिसाब से चिकित्सक उसकी खुराक धीरे धीरे कम करते हुए उसे बंद करता है या ऐसी दवाएं देता है जिससे तन–मन की व्याकुलता को नियंत्रण में कर इससे निजात दिलाई जाती है। कई ऐसे व्यसनियों ने नशे से मुक्ति पाई है। चिकित्सक तो सहायता करते ही है, परंतु, असल में उनका अपना आत्मविश्वास एवं दृढ निश्चय ही उन्हें इस दल–दल से मुक्ति दिलाता है। इति.

अरुणाभा ठाकुर, राजभाषा अधीक्षक

हमारे न तो कोई शाश्वत मित्र है और न ही कोई स्थाई शत्रु । शाश्वत तो हमारे हित हैं और उन हितों का अनुसरण करना हमारा कर्तव्य है। – पामर्स्टन

मनोज अरोड़ा, उप मुख्य राजभाषा अधिकारी एवं प्राध्यापक/रेलपथ मशीन, भारतीय रेल सिविल इंजीनियरी संस्थान, पुणे–1 द्वारा केवल सीमित निशुल्क वितरण हेतु प्रकाशित एवं मेसर्स, **कल्याणी कॉर्पोरेशन,** 1464, सदाशिव पेठ, पुणे– 30. फोन : 24486080 द्वारा मुद्रित। (3000 प्रतियां)