यूको कामाख्या दर्पण

गुवाहाटी अंचल की छमाही गृह पत्रिका

अक्टूबर,2022 -मार्च, 2023

UCO BANK
Honours Your Trust
भारत सरकार
गृह मंत्रालय
राजभाषा विभाग
यूको राजभाषा प्रतिज्ञा
हिंदी आसान है, इसे अपनाइए

यूको
कामाख्या दर्पण

अक्तूबर,2022 -मार्च, 2023

संरक्षक

बाप्पादित्य चटर्जी

उप महाप्रबंधक अंचल प्रमुख

दिग्दर्शन

अबनी कुमार बरुआ

संतोष शर्मा

उप अंचल प्रमुख

संपादक

विशाल कुमार

वरिष्ठ प्रबंधक -राजभाषा

नोट : पत्रिका में व्यक्त विचार लेखकों के हैं, बैंक के नहीं ।

अनुक्रमणिका

विषय-वस्तु	पृष्ठ सं.
अंचल प्रबंधक का संदेश	4
संपादकीय	5
व्यावसायिक दृष्टिकोण से गुवाहाटी अंचल	6-8
विश्वास और एकजुटता की अविरल गाथा	9-12
क्षेत्रीय राजभाषा पुरस्कार 2021-22	13
नराकास राजभाषा पुरस्कार 2021-22	14
असमनामा	15
साहित्यकार परिचय	16
मोक्ष नगरी गया	17-21
व्यावसायिक समय प्रबंधन की कला	22-24
विश्व हिंदी दिवस – संक्षिप्त परिचय	25
हिंदी पखवाड़ा 2022	30
सतर्कता जागरूकता सप्ताह 2022	31
दिवाली के अवसर पर लौटरी का आयोजन	31
नराकास के तत्वावधान में हिंदी प्रतियोगिता	32
महापरिनिर्वान दिवस	33
भाषा-सेतु सम्मान समारोह	34
औपचारिक भेंट एवं जन्मदिन विशेष	35
उत्सव गौरवशाली रिश्ते का	36-39
गणतंत्र दिवस एवं सेवानिवृत्ति	40
यूको बैंक जी डी बिड़ला स्मृति व्याख्यानमाला	41
यूको राजभाषा सम्मान समारोह 2021 एवं 2022	42-43
रोचक तथ्य	44
साइबर टिप्स	45

प्रकाशन एवं संपर्क
यूको बैंक, अंचल कार्यालय, गुवाहाटी
मणिराम देवान रोड, सिलपुखुरी,
गुवाहाटी, 781003, मो : 9798487732
ई-मेल : zoguwahati.ol@ucobank.co.in;

उप महाप्रबंधक एवं अंचल प्रमुख का संदेश

प्रिय सहकर्मीगण, नमस्कार ! आप सभी को नए वित्तीय वर्ष की शुभकामनाएँ । आशा है कि पिछला वित्तीय वर्ष 2022-23 आप सभी के लिए शानदार रहा होगा ।

हमें यह बताते हुए अत्यंत संतुष्टि मिलती है कि तिमाही-दर-तिमाही बैंक का व्यवसाय बेहतर हो रहा है और ये निरंतर शिखर की ओर अग्रसर है। परंतु यह अंत नहीं है । मार्केट में हमारे कई निकटतम प्रतिद्वंदी है जो हमें कड़ी चुनौती देते हैं । ऐसी परिस्थिति में हमे और अधिक सावधानी से कार्य करने की आवश्यकता होती है जिससे कि हमारे प्रतिद्वंदी हमें मात न दे सकें ।

हमारा उच्च प्रबंधन हमें निरंतर अपना कुशल मार्गदर्शन प्रदान करता रहता है । हमें बस जरूरत है सही दिशा में कार्यान्वयन एवं उचित समय पर उचित निर्णय लेने की क्षमता को विकसित करने की । यही सफलता का मंत्र है ।

साथियो, यह हमारे लिए अत्यंत गौरव का विषय है कि माननीय राष्ट्रपति महोदया श्रीमती द्रौपदी मुर्मु जी के कर कमलों से देश भर में 50 नई शाखाओं का ऑनलाइन माध्यम से उदघाटन किया गया । 50 शाखाओं में से 4 शाखाएँ असम की थी जिसमें से 3 शाखाएँ यथा मुशलपुर शाखा, चापागुरी शाखा एवं हतसिंगीमारी शाखा गुवाहाटी अंचल के अंतर्गत आती हैं ।

साथियो, यूको कामाख्या दर्पण के संरक्षक के रूप में यह मेरा पहला अंक है । हमें आपको यह बताते हुए अत्यंत गर्व की अनुभूति हो रही है कि अंचल कार्यालय गुवाहाटी केवल बैंकिंग में ही नहीं बल्कि राजभाषा कार्यान्वयन में भी अपना परचम लहराया है । यूको बैंक, अंचल कार्यालय गुवाहाटी को भारत सरकार, गृह मंत्रालय, राजभाषा विभाग द्वारा वर्ष 2021-22 के दौरान संघ की राजभाषा नीति के श्रेष्ठ निष्पादन हेतु "क्षेत्रीय राजभाषा पुरस्कार-तृतीय" प्रदान किया गया है । इसके अतिरिक्त नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (बैंक), गुवाहाटी द्वारा भी यूको बैंक को वर्ष 2021-22 में श्रेष्ठ कार्यनिष्पादन के लिए राजभाषा वार्षिक शील्ड योजना के तहत "द्वितीय" पुरस्कार प्रदान किया गया है ।

अंचल कार्यालय गुवाहाटी बैंकिंग के साथ-साथ राजभाषा कार्यान्वयन में भी सफलता की सिद्धियों को चढ़ने के लिए आतुर है । गुवाहाटी अंचल इस नए वित्तीय वर्ष में पिछले वर्ष की तुलना में बेहतर प्रदर्शन करेगा, ऐसी हम कामना करते हैं ।

शुभकामनाओं सहित !

बप्पादित्य चटर्जी

(बाप्पादित्य चटर्जी)

संपादकीय

विशाल कुमार

वरिष्ठ प्रबंधक-राजभाषा
अंचल कार्यालय गुवाहाटी

प्रिय पाठकगण,

यूको कामाख्या दर्पण के वर्ष 2022-23 के दूसरे अंक को आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए मुझे अत्यंत खुशी हो रही है। इस पत्रिका को अधिक रुचिकर बनाने में हमें आप सभी का सहयोग मिला है । आभार ।

गुवाहाटी अंचल के लिए यह गर्व की बात है कि **यूको बैंक, अंचल कार्यालय गुवाहाटी को भारत सरकार, गृह मंत्रालय, राजभाषा विभाग द्वारा वर्ष 2021-22 के दौरान संघ की राजभाषा नीति के श्रेष्ठ निष्पादन हेतु "क्षेत्रीय राजभाषा पुरस्कार-तृतीय" प्रदान किया गया है । इसके अतिरिक्त नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (बैंक), गुवाहाटी द्वारा भी यूको बैंक को वर्ष 2021-22 में श्रेष्ठ कार्यनिष्पादन के लिए राजभाषा वार्षिक शील्ड योजना के तहत "द्वितीय" पुरस्कार प्रदान किया गया है ।** आप सभी के सहयोग के लिए **बधाई एवं शुभकामनाएँ ।**

पत्रिका के संपादक का यह प्रयास रहता है कि वह पत्रिका को पाठकों के अनुरूप बनाए । हमने भी इसे बेहतर बनाने में अपना सर्वेश्रेष्ठ योगदान देने का प्रयास किया है । हमारे अंचल में पदस्थापित योग्य लेखकों के लेख तथा राजभाषा एवं बैंकिंग गतिविधियों से परिपूर्ण इस पत्रिका के संपादन में संपादक को जो हर्ष की अनुभूति हुई है, उम्मीद है कि पत्रिका के पाठकों को पत्रिका पढ़ कर इससे भी अधिक मजा आएगा ।

पत्रिका का प्रमुख आकर्षण **माननीय राष्ट्रपति महोदया** द्वारा देश भर में 50 नई शाखाओं के ऑनलाइन उद्घाटन समारोह है जिसे हमने मुख पृष्ठ पर भी दर्शाया है । इसके अलावा क्षेत्रिय राजभाषा पुरस्कार एवं नराकास राजभाषा शील्ड योजना के अंतर्गत प्राप्त द्वितीय पुरस्कार ने भी इस पत्रिका के आकर्षण में चार-चाँद लगाए हैं ।

पूर्वोत्तर क्षेत्र से प्रकाशित इस पत्रिका का उदेश्य हमारे बैंकर साथियों की लेखन क्षमता को निखारना है । मैं आप सभी से अनुरोध करना चाहता हूँ कि अपने बैंकिंग कार्यों से थोड़ा सा समय निकालकर आपके मन में जो भी विचार प्रफुल्लित हो रहा है उसे अपनी लेखिनी के माध्यम से पेपर पर अंकित कर दें । इस प्रकार आप अपना स्ट्रेस भी थोड़ा कम कर सकते हैं । आपके विचार कुछ भी हो सकते हैं, चाहे यात्रा संस्मरण हो या आपके जीवन की कोई यादगार घटना, या फिर कोई मौलिक कविता या कहानी; कुछ भी, बस लिख डालिए ।

आपके सहयोग से ही संपादक पत्रिका को और अधिक रोचक और रुचिकर बनाने में सफल हो पाएंगे । आशा है कि आनेवाला अंक आपके लिए और भी अधिक रोचक हो । आपके बहुमूल्य सुझावों की प्रतीक्षा में ।

शुभकामनाओं सहित ।

विशाल कुमार

(विशाल कुमार)

व्यावसायिक दृष्टिकोण से गुवाहाटी अंचल 31 मार्च, 2023 तक

यूको गृह ऋण : शीर्ष 5 शाखाएं

क्रम	शाखा का नाम	शाखा क्रमांक	संस्वीकृत ऋण की संख्या	संस्वीकृत राशि (करोड़ रुपये में)
1	तिहु	0396	131	8.26
2	रेहाबारी	0709	117	27.46
3	सिलपुखुरी	0533	100	37.58
4	डाउनटाउन	1994	98	23.34
5	दिसपुर	0572	94	13.46

सामग्री आमंत्रित है

गुवाहाटी अंचल के अधीन सभी शाखाएं, सभी एलडीएम कार्यालय, सभी आरसेटी कार्यालयों एवं क्षेत्र निरीक्षणालय के सभी स्टाफ सदस्यों से अंचल की छमाही पत्रिका **"यूको कामाख्या दर्पण"** हेतु सामग्री आमंत्रित है ।

सामग्री हिंदी/असमिया/बांग्ला/बोडो भाषा में सामयिक लेख, कविता, कहानी, यात्रा वृतांत, संस्मरण, किसी जगह की जानकारी, किसी व्यक्ति विशेष की जानकारी, ग्राहक सफलता की कहानी, स्टाफ सफलता की कहानी, शाखाओं/कार्यालयों की गतिविधियां, स्टाफ या उनके बच्चों द्वारा बनाई गई पेंटिंग, भोजन डिश की रैसिपि आदि के रूप में हो सकती है ।

अपनी सामग्री हमें यूनिकोड में टाइप कर zoguwahati.ol@ucobank.co.in पर भेजें ।

व्यावसायिक दृष्टिकोण से गुवाहाटी अंचल
31 मार्च, 2023 तक

यूको कार ऋण : शीर्ष 5 शाखाएं

क्रम	शाखा का नाम	शाखा क्रमांक	संस्वीकृत ऋण की संख्या	संस्वीकृत राशि (करोड़ रुपये में)
1	डाउनटाउन	1994	85	5.02
2	बोंदा	1372	54	2.76
3	सिलपुखुरी	0533	52	3.99
4	ग्वालपारा	0715	45	2.36
5	मालीगाँव	0140	41	1.45

वसूली करनेवाली शीर्ष 5 शाखाएं

01 अप्रैल, 2022 से 31 मार्च, 2023 तक

क्रम	शाखा का नाम	शाखा क्रमांक	वसूली (करोड़ में)
1	दिसपुर	0572	4.31
2	रेहाबारी	0709	2.77
3	हाउली	0501	2.33
4	शिलांग	0089	2.21
5	बरपेटा	1338	2.13

"राष्ट्रीय व्यवहार में हिंदी को
काम में लाना देश की एकता और उन्नति के लिए आवश्यक है।"
महात्मा गांधी

व्यावसायिक दृष्टिकोण से गुवाहाटी अंचल
अक्तूबर,2022 -मार्च, 2023

एटीएम जारी करनेवाली शीर्ष 5 शाखाएं

क्रम	शाखा का नाम	शाखा क्रमांक	जारी एटीएम की संख्या
1	चापर	0728	1772
2	गौरीपुर	0405	1516
3	हाउली	0501	1405
4	डोबोक	1427	1303
5	कृष्णपुर	1675	1289

मोबाइल बैंकिंग पंजीकरण करनेवाली शीर्ष 5 शाखाएं

क्रम	शाखा का नाम	शाखा क्रमांक	कुल पंजीकृत उपयोगकर्ता	कुल सक्रिय उपयोगकर्ता
1	ढालीगाँव	0889	9151	506
2	हाउली	0501	9087	1395
3	करीमगंज	0822	7717	1069
4	धुबरी	0473	7294	1643
5	कोकराझार	0495	7273	547

"भाषा की सरलता, सहजता और शालीनता अभिव्यक्ति को सार्थकता प्रदान करती है।
हिंदी ने इन पहलुओं को खूबसूरती से समाहित किया है।"

नरेंद्र मोदी, प्रधान मंत्री

प्रमुख आकर्षण

विश्वास आर एकजुटता की अविरल गाथा

तारीख थी **28 मार्च, 2023** दिन मंगलवार। इस दिन को बैंकिंग इतिहास में स्वर्णिम अक्षरों से लिखा गया जब माननीय महामहिम राष्ट्रपति महोदया श्रीमती द्रौपदी मुर्मु जी ने ऑनलाइन माध्यम से यूको बैंक की देश भर में 50 नई शाखाओं का उद्घाटन किया।

समस्त यूको परिवार स्वयं को सौभाग्यशाली महसूस कर रहा था जब माननीय राष्ट्रपति महोदया ने ऑनलाइन बटन दबाकर **50 नई शाखाओं** का उद्घाटन किया। इसके अतिरिक्त **श्री अरबिंदो स्कूल भवन, रायरंगपुर, जिला मयूरभंज, ओडिसा** के पुनर्निर्माण का भी माननीय राष्ट्रपति महोदया द्वारा शुभारंभ किया गया। हमें आपको यह बताते हुए खुशी होगी कि इसी स्कूल में **माननीय राष्ट्रपति महोदया श्रीमती द्रौपदी** मुर्मु जी शिक्षिका थी।

देश भर की 50 शाखाओं में से **असम** में कुल 4 शाखाओं का उद्घाटन किया गया जिसमें से **चापागुरी, मुशलपुर एवं हतसिंगीमारी शाखा** गुवाहाटी अंचल के अधीन आती है एवं **हायबरगाँव** शाखा जोरहाट अंचल के नियंत्रण में है।

प्रमुख आकर्षण

विश्वास आर एकजुटता की अविरल गाथा

मुख्य कार्यक्रम का आयोजन कोलकाता के साइन्स सिटि ऑडिटोरियम में किया गया था । **माननीय राष्ट्रपति महोदया** के अलावा पश्चिम बंगाल के **माननीय राज्यपाल श्री सी वी आनंद बोस** तथा पश्चिम बंगाल सरकार की **मंत्री श्रीमती चंद्रिमा भट्टाचार्य,** हमारे बैंक के **एमडी एवं सीईओ श्री सोमा शंकर प्रसाद** कार्यक्रम में उपस्थित थे ।

जिन **50** शाखाओं का ऑनलाइन उद्घाटन किया जाना था वे सभी शाखाएँ दुल्हन की तरह सजी थी एवं उन सभी शाखाओं में कार्यक्रम के सीधे प्रसारण की व्यवस्था भी की गई थी जिससे वहाँ उपस्थित अतिथिगण एवं ग्राहकगण कार्यक्रम का आनंद ले सकें ।

प्रमुख आकर्षण

विश्वास आर एकजुटता की अविरल गाथा

गुवाहाटी अंचल के तहत खुली तीन नई शाखाओं की कुछ झलकियाँ :-

मुशलपुर शाखा

चापागुरी शाखा

प्रमुख आकर्षण

विश्वास आर एकजुटता की अविरल गाथा

गुवाहाटी अंचल के तहत खुली तीन नई शाखाओं की कुछ झलकियाँ :-

हतसिंगीमारी शाखा

"भारतीय सभ्यता की अविचल धारा प्रमुख रूप से हिंदी भाषा से जीवंत तथा सुरक्षित रह पाई है।"

अमित शाह, गृह एवं सहकारिता मंत्री

प्रमुख आकर्षण

क्षेत्रीय राजभाषा पुरस्कार 2021-22

यूको बैंक, अंचल कार्यालय गुवाहाटी को वर्ष 2021-22 के दौरान संगठन द्वारा संघ की राजभाषा नीति के श्रेष्ठ निष्पादन के लिए भारत सरकार, गृह मंत्रालय, राजभाषा विभाग द्वारा "क्षेत्रीय राजभाषा पुरस्कार - तृतीय" प्रदान किया गया । यह पुरस्कार भुवनेश्वर में राजभाषा विभाग द्वारा आयोजित पूर्व एवं पूर्वोत्तर क्षेत्र के संयुक्त राजभाषा सम्मेलन में माननीय गृह राज्य मंत्री श्री अजय कुमार मिश्रा द्वारा प्रदान किया गया ।

उप महाप्रबंधक एवं अंचल प्रमुख श्री बाप्पादित्य चटर्जी ने शील्ड ग्रहण किया एवं प्रमाण-पत्र श्री विशाल कुमार, वरिष्ठ प्रबंधक-राजभाषा ने ग्रहण किया ।

सम्मेलन स्थल पर लगे यूको बैंक के स्टॉल पर कार्यपालक निदेशक आदरणीय श्री इशराक अली खान सर, के साथ गुवाहाटी, भागलपुर, बेगूसराय, रांची, बालेश्वर एवं पटना अंचल के अंचल प्रबंधक तथा राजभाषा अधिकारीगण । साथ में हैं राजभाषा विभाग, प्रधान कार्यालय के अधिकारीगण ।

प्रमुख आकर्षण

नराकास राजभाषा पुरस्कार 2021-22

नराकास (बैंक), गुवाहाटी की वर्ष 2022 की द्वितीय छमाही बैठक दिनांक 15.12.2022 को आयोजित की गई थी । बैठक में श्री बदरी यादव जी, कार्यालयाध्यक्ष, क्षेत्रीय कार्यान्वयन कार्यालय, गुवाहाटी, श्री कोमल सिंह, उप निदेशक, हिंदी शिक्षण योजना; श्रीमती सुरंजना दत्त, अध्यक्ष नराकास (बैंक), गुवाहाटी, सदस्य कार्यालयों के कार्यालय प्रमुख तथा राजभाषा अधिकारी उपस्थित थे ।

बैठक में सदस्य कार्यालयों द्वारा भेजी गई रिपोर्ट की समीक्षा की गई तथा सदस्य कार्यालयों द्वारा पिछले वर्ष किए गए बेहतर कार्यनिष्पादन हेतु उन्हे पुरस्कृत भी किया गया । इसी क्रम में यूको बैंक को वर्ष 2021-22 में श्रेष्ठ कार्य-निष्पादन हेतु नराकास का "द्वितीय" पुरस्कार प्रदान किया गया । इसके अलावा सदस्य कार्यालयों द्वारा वर्ष भर में आयोजित प्रतियोगताओं के विजेताओं को भी पुरस्कृत किया गया ।

स्वतंत्रता सेनानी-लाचित बरफुकन

ब्रहांपुत्र नदी के मध्य निर्मित लाचित बरफुकन एवं उनके साथियों की प्रतिमा

लाचित अहोम साम्राज्य के प्रधान सेनापति (बरफुकन) थे। अहोम परंपरा में पदनाम को नाम के साथ प्रयोग किया जाता था। इसीलिए उन्हें **लाचित बरफुकन** कहा जाता था और इसी नाम से वे भारत के महान योद्धाओं, पराक्रमी वीरों तथा अग्रणी व्यूहनीतिज्ञों की आकाशगंगा में सम्मिलित हो गए जिसमें पृथ्वीराज चौहान, महाराणा प्रताप, शिवाजी महाराज जैसे नरकेसरी सुशोभित हैं। इस सर्वोच्च पद पर पहुंचने के पूर्व उन्होंने अनेक उत्तरदायित्वपूर्ण कर्तव्य निभाए तथा सर्वत्र सफलता पाई। अहोम सम्राट चक्रध्वज सिंह के प्रधान सेनापति के रूप में उन्होंने सराईघाट के युद्ध में मुगल सेना के असम विजय अभियान पर पानी फेर दिया।

अप्रैल-मई 1669 में मुगल सेना मानस नदी के तट पर आ पहुंची थी। आरंभ में मुगल सेना ने अहोम सेना को क्षति भी पहुंचाई। लाचित बरफुकन ने इसका मुंहतोड़ जवाब देने का निश्चय किया। सन् 1671 में मुगल साम्राज्य की सेना रामसिंह के नेतृत्व में गुवाहाटी अभियान पर आई। इस अभियान का प्रतीकार करने के लिए लाचित बरफुकन आगे आए।

गुवाहाटी के पास सराईघाट नामक स्थान पर ब्रह्मपुत्र नदी के बीच लाचित की सेना ने मुगल सेना को बढ़ने से रोक दिया। बहादुरी से लड़े गए इस यद्ध ने राजनीति का नक्शा ही बदल दिया। मुगल सेना के समक्ष असम सदा अपराजित रहा। यह विजय असम की भौगोलिक स्थिति, चातुर्यपूर्ण राजनय तथा असाधारण नेतृत्व क्षमता से संभव हुआ।

इस अनुपम योद्धा की याद में कृतज्ञ राष्ट्र ने राष्ट्रीय रक्षा अकादमी, खड़गवासला, महाराष्ट्र में उनकी मूर्ति स्थापित की। असम में हर वर्ष **24 नवंबर** का दिन **लाचित दिवस** के रूप में मनाया जाता है। जोरहाट के पास उनकी समाधि है। हम पराक्रमी लाचित बरफुकन को आने वाले समय में उनके अभूतपूर्व योगदान के लिए हमेशा याद रखेंगे ।

साहित्य

नीलमणि फूकन - असमिया कवि

नीलमणि फूकन
जन्म - 10 सितंबर, 1933
(डेरगाँव, असम)

प्रख्यात असमिया कवि नीलमणि फूकन को वर्ष 2021 के लिए सर्वोच्च साहित्यिक सम्मान 'ज्ञानपीठ पुरस्कार (Jnanpith Award)' से सम्मानित किया गया है। यह तीसरा ऐसा अवसर है जब असम के किसी साहित्यकार को ज्ञानपीठ पुरस्कार मिला है। हम आपको बताना चाहेंगे कि किसी लेखक को साहित्य के प्रति आजीवन समर्पण के लिए यह पुरस्कार दिया जाता है । असम के बीरेंद्र कुमार भट्टाचार्य और ममोनी रईसम गोस्वामी के बाद नीलमणि फूकन को यह सम्मान मिला है ।

नीलमणि फूकन (Nilmani Phookan) एक बुद्धिजीवी और भारतीय कवि (Assamese poetry) हैं जो असमिया भाषा में लिखते हैं। उनका काम प्रतीकात्मकता से भरा है और असमिया कविता में शैलियों का संकेत है। उन्होंने असमिया कविता को नया अंदाज और मुहावरा दिया है। आम तौर पर यह कहा जाता है कि वे फ्रांसीसी प्रतीकवाद से प्रभावित हैं और उनकी कविता में ये भरपूर नजर भी आता है। मगर सच्चाई यह है कि उनकी अपनी शैली है और उस पर उनका जबर्दस्त अधिकार भी है। वह प्रगतिशील सोच वाले आधुनिक कवि हैं और उनकी कविता का असर बाद की पीढ़ियों में भी साफ तौर पर देखा जा सकता है। उन्होंने 1964 में गुवाहाटी के आर्य विद्यापीठ कॉलेज में अध्यापन आरंभ किया, जहाँ वे 1992 तक रहे। उन्होंने जापान और यूरोप की कविताओं की असमिया में व्याख्या की है। 1997 में, उन्हें असम घाटी साहित्य पुरस्कार मिला, और भारत की राष्ट्रीय पत्र अकादमी द्वारा 2002 में, उन्हें साहित्य अकादमी छात्रवृत्ति, भारत की सर्वोच्च साहित्यिक प्रशंसा साहित्य अकादमी, प्रदान की गई, और "साहित्यिक अमर" के लिए नामित किया गया। सूर्य हेनु नामी आहे ए नोडियेदी, गुलापी जमुर लग्न जैसे उनके कुछ सबसे प्रसिद्ध कविताओं में से हैं।

नीलमणि फूकन की कविता

क्या कोई जबाव मिला

अपने ही खून में खुद को तैरता हुआ क्या देख पाए
ये भी है एक तरह के चरम अनुभवों का क्रूर उद्दीपन ।
जीवन के साथ जीवन का अप्रत्याशित,
भयानक रक्तरंजित साक्षात्कार
क्या वापस पाया खुद को
तुम्हारी प्यास
तुम्हारा शोक ।
डरे हुए भूखे अनाथ बच्चे की
आंसू भरी आँखों को
क्या कोई जवाब दे पाए तुम ।
क्या अपने खून में खुद को तैरता हुआ देखा तुमने ।
बहुत समय बीता,
बहुत समय ।

नोट :- पिछले तीन दशकों से असमिया, बांग्ला और हिंदी में परस्पर अनुवाद एवं लेखन कर रहीं सुपरिचित लेखिका पापोरी गोस्वामी ने उक्त कविता का असमिया से हिंदी में अनुवाद किया है।

मोक्ष नगरी – गया

विशाल कुमार
वरिष्ठ प्रबंधक-राजभाषा
अंचल कार्यालय गुवाहाटी

गया, बिहार और झारखंड की सीमा तथा फल्गु नदी के तट पर स्थित मध्य बिहार का एक महत्वपूर्ण शहर है। यह बोधगया से 10 किलोमीटर उत्तर तथा राजधानी पटना से 100 किलोमीटर दक्षिण में स्थित है। यहाँ का मौसम मिलाजुला है। पहाड़ों से घिरा होने के कारण यहाँ गर्मी एवं ठंड अधिक पड़ती है। यहाँ का मॉनसून औसतन रहता है।

गया, मुख्य रूप से धार्मिक नगर के रूप में प्रसिद्ध है। गया शहर सड़क, रेल और वायु मार्ग द्वारा सम्पूर्ण भारत से जुड़ा है। गया भारत के महत्वपूर्ण तीर्थ स्थानों में से एक है। विशेष रूप से हिंदू तीर्थयात्रियों के लिए गया शहर काफी प्रसिद्ध है। यहाँ का विष्णुपद मंदिर एवं बोधगया अत्यंत लोकप्रिय है। पुराणों के अनुसार भगवान विष्णु के चरण के निशान पर विष्णुपद मंदिर का निर्माण करवाया गया है। हिंदू धर्म में इस मंदिर को अहम स्थान प्राप्त है। गया शहर पिंडदान के लिए भी प्रसिद्ध है। ऐसी मान्यता है कि फल्गु नदी के तट पर पिंडदान करने से मृत व्यक्ति को बैकुंठ की प्राप्ति होती है। कहा जाता है कि गयासुर नमक दैत्य का बध करते समय भगवान विष्णु के पद चिन्ह यहाँ पड़े थे जो आज भी विष्णुपद मंदिर में देखे जा सकते हैं। मुक्तिधाम के रूप में प्रसिद्द गया (तीर्थ) को केवल गया न कहकर इसे आदरपूर्वक 'गया जी' कहा जाता है। गया हिंदू धर्म के साथ-साथ बौद्ध धर्म को मानने वालों के लिए भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। गया से 10 किलोमीटर उत्तर की ओर स्थित बोधगया में पीपल वृक्ष के नीचे भगवान बुद्ध को ज्ञान प्राप्त हुआ था। यह पीपल वृक्ष महाबोधि वृक्ष के नाम से प्रचलित है।

इतिहास के पन्नों में गया

गया का उल्लेख रामायण में भी मिलता है। गया मौर्य काल में एक महत्वपूर्ण नगर था।

खुदाई के दौरान सम्राट अशोक से संबंधित आदेश पत्र यहाँ पाया गया है। मध्यकाल में बिहार मुगल सम्राटों के अधीन था। मुगलकाल के पतन के उपरांत गया पर अंग्रेजो ने राज किया। 1787 ई. में होल्कर वंश की साम्राज्ञी महारानी अहिल्याबाई ने विष्णुपद मंदिर का पुनर्निर्माण कराया था। मेगास्थनीज़ की इण्डिका, फाह्यान तथा ह्वेनसांग के यात्रा वर्णन में गया का एक समृद्ध धर्म क्षेत्र के रूप मे वर्णन है।

कुछ महत्वपूर्ण बातें जिनके लिए गया विश्व प्रसिद्ध है-

1)फल्गु नदी :- गया शहर के पूर्वी छोर पर प्रवाह्मान फल्गु नदी मूलतः एक बरसाती नदी है। साल के अन्य समय में यह नदी बिलकुल सुखा रहता है । परन्तु नदी में थोड़ी सा बालू हटाए जाने पर ही पानी मिल जाता है । पौराणिक कथा के अनुसार माता सीता द्वारा श्राप दिए जाने के कारण फल्गु नदी अन्तःसलिला (जो अंदर से बहे) के रूप में प्रवाहित होती आ रही है ।

2) विष्णुपद मंदिर :- फल्गु नदी के पश्चिमी किनारे पर स्थित यह मंदिर पर्यटकों के बीच काफी लोकप्रिय है। कहा जाता है कि इस मंदिर का निर्माण भगवान विष्णु के पदचिन्हों पर किया गया है। यह मंदिर 30 मीटर ऊंचा है जिसमें आठ खंभे हैं। इन खंभों पर चांदी की परतें चढ़ाई हुई है। मंदिर के गर्भगृह में भगवान विष्णु के 40 सेंटीमीटर लंबे पांव के निशान हैं। इस मंदिर का 1787 में इंदौर की महारानी अहिल्या बाई ने नवीकरण करवाया था। विश्व प्रख्यात पितृपक्ष मेले के अवसर पर यहां श्रद्धालुओं की काफी भीड़ जुटती है।

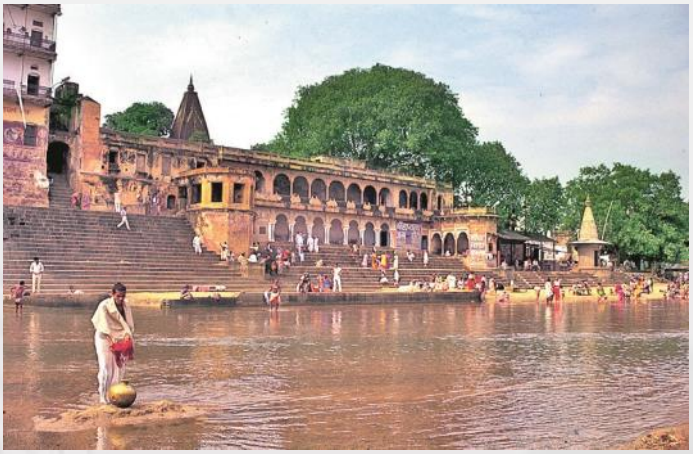
3) बोधगया :- बोधगया गया से 10 किलोमीटर की दूरी पर स्थित एक छोटा शहर है। लगभग 528 ई॰ पू. के वैशाख (अप्रैल-मई) महीने में कपिलवस्तु के राजकुमार गौतम ने सत्य की खोज में अपना घर त्याग दिया था। गौतम ज्ञान की खोज में निरंजना नदी के तट पर बसे एक छोटे से गांव उरुवेला आ गए। वह इसी गांव में एक पीपल के पेड़ के नीचे ध्यान साधना करने लगे। कुछ दिनों के साधना के पश्चात वैशाख पुर्णिमा के दिन उन्हें ज्ञान की प्राप्ति हुई जिसके बाद वे गौतम बुद्ध के नाम से जाने गए और इस दिन को बुद्ध पुर्णिमा के नाम से प्रसिद्धि मिली । यह स्थान गया के समीप होने के कारण इसे बुद्धगया या बोधगया के नाम से जाना गया। यहाँ भगवान बुद्ध का एक भव्य मंदिर है जिसे महाबोधि मंदिर के नाम से जाना जाता है। इस महाबोधि मंदिर का निर्माण सम्राट अशोक ने करवाया था । बुद्ध के ज्ञान की यह भूमि आज बौद्धों के सबसे बड़े तीर्थस्थल के रूप में प्रसिद्ध है। आज विश्व के हर धर्म के लोग यहां घूमने आते हैं। पक्षियों की चहचहाट के बीच बुद्धम्-शरनम्-गच्छामि की हल्की ध्वनि अनोखी शांति प्रदान करती है।

ऐसा माना जाता है महाबोधि मंदिर में स्थापित बुद्ध की मूर्त्ति का संबंध स्वयं बुद्ध से है। जब इस मंदिर का निर्माण किया जा रहा था तो इसमें बुद्ध की एक मूर्त्ति स्थापित करने का भी निर्णय लिया गया था। लेकिन लंबे समय तक कोई ऐसा शिल्पकार नहीं मिल सका जो बुद्ध की आकर्षक मूर्त्ति बना सके। सहसा एक दिन एक व्यक्ति आया और उसने मूर्त्ति बनाने की इच्छा जाहिर की। लेकिन इसके लिए उसने कुछ शर्त्तें भी रखीं। उसकी शर्त्त थी कि उसे पत्थर का एक स्तम्भ तथा एक लैम्प दिया जाए। उसकी एक और शर्त्त यह भी थी कि उसे छ: महीने का समय दिया जाए तथा समय से पहले कोई

बोद्धगया के मुख्य मंदिर महाबोधि मंदिर का रात्रि दृश्य

मंदिर का दरवाजा न खोले। सभी शर्त्तें मान ली गई लेकिन उत्सुक गांववासियों ने तय समय से चार दिन पहले ही मंदिर के दरवाजे को खोल दिया। मंदिर के अंदर एक बहुत ही सुंदर मूर्त्ति थी जिसका हर अंग आकर्षक था सिवाय छाती के। मूर्त्ति का छाती वाला भाग अभी पूर्ण रूप से तराशा नहीं गया था। कुछ समय बाद एक बौद्ध भिक्षु मंदिर के अंदर रहने लगा। एक बार बुद्ध उसके सपने में आए और बोले कि उन्होंने ही मूर्त्ति का निर्माण किया था। बुद्ध की यह मूर्त्ति बौद्ध जगत में सर्वाधिक प्रतिष्ठा प्राप्त मूर्त्ति है। नालन्दा और विक्रमशिला के मंदिरों में भी इसी मूर्त्ति की प्रतिकृति को स्थापित किया गया है। इसके अलावा यहां एक भगवान बुद्ध की 80 फीट ऊंची प्रतिमा है जो आकर्षण का केंद्र है। यह बुद्ध प्रतिमा ध्यान मुद्रा में 80 फुट ऊँची खुली हवा में एक कमल पर विराजमान है। यह प्रतिमा बलुआ पत्थर ब्लॉक और लाल ग्रेनाइट के मिश्रण से बनाया गया है। इसकी शुरुआत 1982 में की गई थी और इसका अनावरण 14 वें दलाईलामा द्वारा 18 नवंबर, 1989 को किया गया

4) विश्व प्रसिद्ध पितृपक्ष मेला एवं पिंडदान :- पितृपक्ष मेला एक विश्व प्रसिद्ध मेला है। आश्विन मास के आरंभ में शुरू होने वाला यह मेला 15 दिनों तक चलता है। पूरे देश से ही नहीं बल्कि देश के बाहर से भी तीर्थयात्री इस मेले में अपने पितरों का पिंडदान करने के लिए आते हैं। वैसे तो यहां 12 महिना पिंडदान होता है। लेकिन इस मेले के दौरान पिंडदान का महत्व कुछ अलग ही है। कहा जाता है कि गया में प्रत्येक दिन पिंडदान होना आवश्यक है। ऐसा नहीं होने पर गयासुर नामक दैत्य जागृत हो जाएगा और सम्पूर्ण गया का विनाश हो जाएगा । इसके पीछे एक पौराणिक कथा प्रचलित है। ब्रह्माजी जब



सृष्टि की रचना कर रहे थे, उस समय उनसे असुर कुल में गया नामक असुर की रचना हो गई। गया असुरों की संतान के रूप में पैदा नहीं हुआ था, इसलिए उसमें आसुरी प्रवृति नहीं थी। परंतु वह सोचा करता था कि भले ही मेरा स्वभाव संत प्रवृति का है लेकिन असुर कुल में पैदा होने के कारण उसे कभी सम्मान नहीं मिल पाएगा । इसलिए क्यों न अच्छे कर्मो से पुण्य अर्जित किया जाए। गयासुर ने कठोर तप करके भगवान श्री विष्णुजी को प्रसन्न किया। भगवान ने गयासुर को वरदान मांगने के लिए कहा तो गयासुर ने कहा, भगवन आप मेरे शरीर में वास करें, जो मुझे देखे तो उसके सारे पाप नष्ट हो जाएं। वह जीव पुण्यात्मा हो जाए और उसे स्वर्ग में भी स्थान मिले। भगवान श्री हरी से वरदान पाकर गयासुर घूम-घूमकर लोगों के पाप दूर करने लगा। जो भी उसे देख लेता उसके सभी पाप नष्ट हो जाते और स्वर्ग का अधिकारी हो जाता । गयासुर के इस कर्म से यमराज की व्यवस्था गड़बड़ा गई, कोई भी घोर पापी गयासुर के दर्शन कर लेता तो उसके सभी पाप नष्ट हो जाते । इस प्रकार धर्मराज को कर्मो का हिसाब रखने में समस्या उत्पन्न होने लगी। तब यमराज ने ब्रह्माजी से कहा कि अगर गयासुर को अभी न रोका गया तो आपका वह विधान समाप्त हो जाएगा जिसमें आपने सभी को उनके कर्मो के अनुसार फल भोगने की व्यवस्था की है। ब्रह्माजी ने उसी समय उपाय निकाला, उन्होंने गयासुर से कहा कि तुम्हारा शरीर सबसे अधिक पवित्र है इसलिए मैं सभी देवताओं के साथ तुम्हारी पीठ पर बैठकर यज्ञ करुंगा। उसकी पीठ पर यज्ञ होगा यह सुनकर गयासुर सहर्ष तैयार हो गया। ब्रह्माजी सभी देवताओं के साथ एक पत्थर से गयासुर को दबाकर बैठ गए। इतने भार के बावजूद भी वह अचल नहीं हुआ और वह घूमने-फिरने में समर्थ था। देवताओं को चिंता हुई, उन्होंने आपस में सलाह की कि इसे भगवान श्री विष्णु ने वरदान दिया है इसलिए अगर स्वयं श्री हरि भी देवताओं के साथ बैठ जाएं तो गयासुर अचल हो जाएगा। तब श्री हरि भी उसके शरीर पर आकर बैठ गये। भगवान श्री विष्णु जी को भी सभी देवताओं के साथ अपने शरीर पर बैठा देखकर गयासुर ने कहा - आप सब देवता और मेरे आराध्य श्री हरि

की मर्यादा के लिए अब मैं अचल हो रहा हूं, सभी जगह घूम-घूमकर लोगों के पाप हरने का कार्य बंद कर दूंगा। लेकिन मुझे श्री हरि का आशीर्वाद है इसलिए वह व्यर्थ नहीं जा सकता इसलिए श्री हरि आप मुझे पत्थर की शिला बना दें और यहीं स्थापित कर दें भगवान श्री हरि उसकी इस भावना से बड़े खुश हुए, उन्होंने गयासुर से कहा अगर तुम्हारी कोई और इच्छा हो तो मुझसे वरदान के रूप में मांग लो। गयासुर ने कहा- " हे नारायण मेरी इच्छा है कि आप सभी देवताओं के साथ अप्रत्यक्ष रूप से इसी शिला पर विराजमान रहें और यह स्थान मृत्यु के बाद किए जाने वाले धार्मिक अनुष्ठानों के लिए तीर्थस्थल बन जाए और इस स्थान पर प्रत्येक दिन पिंडदान हो जिससे मेरी भूख मिट सके । श्रद्धालुओं द्वारा दिए गए पिंड से मेरी भूख मिटेगी। और यदि ऐसा न हुआ तो मैं फिर से जागृत हो जाऊंगा" तब भगवान श्री हरि ने आशीर्वाद दिया कि जहां गया स्थापित हुआ वहां पितरों के श्राद्ध-तर्पण आदि करने से मृत आत्माओं को पीड़ा से मुक्ति मिलेगी और इस क्षेत्र का नाम गयासुर के अर्धभाग गया के नाम से तीर्थ रूप में विख्यात होगा। मैं स्वयं यहां विराजमान रहूंगा। गया तीर्थ से समस्त मानव जाति का कल्याण होगा और साथ ही वहां भगवान "श्री विष्णुजी ने अपने पैर का निशान स्थापित किया जो आज भी वहां के विष्णुपद मंदिर में है।

इसी मान्यता के अनुसार कोरोना जैसे प्राकृतिक आपदा के समय लॉकडाउन की स्थिति में जब गयाधाम में एक भी श्रद्धालु पिंडदान के लिए नहीं आ रहे थे, तब ऐसी स्थिति में वहां के पंडे लोग स्वयं प्रतिदिन अपने पूर्वजों के पिंडदान की विधि सम्पन्न कर रहें थे जिससे गयासुर को पिंड मिलता रहे और वह पुनः जागृत न हो।

पिंडदान की शुरुआत कब और किसने की यह कह पाना कठिन है। गया के स्थानीय पंडों का कहना है कि सर्व प्रथम सतयुग में ब्रह्माजी ने पिंडदान किया था। महाभारत के 'वन पर्व' में भीष्म पितामह और पांडवों की गया-यात्रा का उल्लेख मिलता है। श्रीराम ने महाराजा दशरथ का पिण्ड दान गया में किया था। गया के पंडों के पास जो साक्ष्य है उनसे स्पष्ट है कि मौर्य और गुप्त राजाओं से लेकर कुमारिल भट्ट, चाणक्य, रामकृष्ण परमहंस और चैतन्य महाप्रभु जैसे महापुरुषों का भी गया में ही पिंडदान हुआ था।

5) मंगला गौरी :- गया के भष्मकूटी पर्वत पर स्थित यह माता सती (गौरी) का मंदिर है। यह 18 महाशक्तिपीठों में से एक है। एक पौराणिक कथा के अनुसार भगवान् शिव जब अपनी पत्नी माता सती की मृत्यु पर उन्मत्त होकर प्रलयंकारी नृत्य में लीन थे तो भगवान विष्णु ने उसे शान्त करने के लिये अपने सुदर्शन चक्र का उपयोग करते हुए माता सती के देह को कई टुकडों में काट दिया था । कटे हुए यह टुकडें विभिन्न स्थानों पर गिरे एवं ऐसा प्रत्येक स्थान एक शक्ति पीठ (माता गौरी के पवित्र पूजन स्थली) के रूप में आज भी मौजूद है |

6) अक्षयवट :- विश्वविख्यात अक्षयवट विष्णुपद मंदिर से कुछ दूरी पर स्थित है । एक अन्य पौराणिक कथा के अनुसार अक्षयवट को माता सीता द्वारा अमर होने का वर प्राप्त है जिसके पत्ते किसी भी ऋतू में नहीं झड़ते हैं।

इन सब के अतिरिक्त अन्य कई ऐसी चीजें जैसे ब्रहम्योनी पर्वत, रामशिला पर्वत, प्रेतशिला पर्वत आदि हैं जो आकर्षण का केंद्र हैं । चूंकि यहां श्री विष्णु विराजमान रहते हैं इसलिए इसे विष्णु नगरी भी कहा जाता है।

प्रवीण कुमार शर्मा

वरिष्ठ प्रबंधक
क्षेत्र निरीक्षणालय, गुवाहाटी

व्यावसायिक समय प्रबंधन की कला

"हम अपना अधिकांश जीवन काम करते हुए बिताते हैं। तो इतने कम लोगों के पास ऐसा करने का अच्छा समय क्यों है?" — ***रिचर्ड ब्रैनसन***

प्रायः किसी भी संस्था या कंपनी के कर्मचारी से आप पूछे कि क्या वे अपने वर्तमान कार्य भूमिका से खुश या संतुष्ट हैं? आप यह जानकर आश्चर्यचकित होंगे कि वर्तमान कार्यरत कर्मचारी, कार्य में मल्टी टास्किंग गतिविधियों के अत्यधिक दबाव की वजह से नाखुश हैं। उन्हें न केवल विभिन्न कार्यों को सम्पादित करना होता है. बल्कि, उन्हें एक ही समय में विभिन्न प्रकार की गतिविधियों और विविध भूमिकाओं का निर्वहन भी करना होता हैं। फलतः, उन्हें समय का अभाव का सामना करना पडता हैं।

क्या आप भी एक ऐसे कर्मचारी हैं जो यह महसूस करते हैं कि आपके लिए अपने सभी दैनिक कार्यों और कर्तव्यों को पूरा करने के लिए एक दिन में पर्याप्त समय नहीं हैं? पहले, मैं भी अक्सर दबाव और उतावलापन महसूस करता था, मुझे चिंता थी कि मेरे पास वह करने के लिए पर्याप्त समय नहीं है जो मैं चाहता था और जिसे करने की आवश्यकता भी थी। फिर, मैंनें समय प्रबंधन पर अपना ध्यान केंद्रित किया और अब सब कुछ काफी बदल गया है। याद रखें, यह समस्या बाह्य नहीं है। बल्कि, व्यावसायिक समय प्रबंधन की कला का प्रयोग न करना ही आपकी वास्तविक समस्या हैं। यह लेख आपके समय को अधिक रचनात्मक और सफल तरीके से प्रबंधित करने के कला के बारे में है।

सर्वप्रथम, *समय प्रबंधन क्या है?* **समय प्रबंधन** का अर्थ - ऐसी गतिविधियों, विचारों या विधियों से है, जो किसी व्यक्ति को दिए गए कार्यों को एक निश्चित समय सीमा के भीतर, तेजी से और गुणवत्ता के साथ पूर्ण करने में मदद करता है।

दूसरा, *व्यावसयिक समय प्रबंधन क्या है?* **व्यावसायिक समय प्रबंधन** (बिजनेस टाइम मैनेजमेंट) का अर्थ है कि किसी व्यावसायिक लक्ष्य को समग्रता से निर्धारित समय-सीमा में सफलतापूर्वक उपलब्ध करना। यह एक कला है जो पेशेवर कर्मचारियों को सीमित समय एवं सीमित संसाधन में भी उत्कृष्ट प्रदर्शन करने का मार्गदर्शन करती हैं। इससे कार्य की गुणवत्ता कुप्रभावित नहीं होती है और व्यावसायिक लक्ष्यों की प्राप्ति बिना किसी अनुचित दबाब के एवं सहजता से हो जाती है।

एक कुशल कर्मचारी को समय प्रबंधन के लिए निम्नांकित ***सात*** विधियों का अनुपालन करना चाहिए:

अपने कार्यक्षेत्र को व्यवस्थित करना:

पहली बात जो याद रखनी चाहिए वह यह है कि आपका अपना कार्यक्षेत्र या कार्य-स्थल बेहद व्यवस्थित होना चाहिए। कहने का अर्थ है कि आपको अपने कार्य के लिए सभी आवश्यक सामग्री, उपयुक्त स्थल पर सुनियोजित रुप से उपलब्ध होने चाहिए ताकि बिना समय नष्ट किए आवश्यक सामग्री शीघ्रता से पुनर्प्राप्त कर सके।

उदाहरण के लिए, आपको एक प्रभावी फाइलिंग की व्यवस्था करनी चाहिए। प्रायः कार्यालयों में कई फाईलें समय पर नहीं मिलते और समय का अनावश्यक अपव्यय होता हैं। आप एक व्यवस्थित फाइलिंग सिस्टम के लिए सभी फ़ाइलों को एक या दो शब्द टैग के साथ लेबल कर सकते हैं और फाइलों को वर्णानुक्रम में व्यवस्थित करें। साथ ही, आवश्यकतानुसार, तीन बुनियादी प्रकार की फाइलें बना सकते हैं। यथा -

- *काम करने वाली फाइलें:* अक्सर इस्तेमाल की जाने वाली फाइलों का समूह।
- *संदर्भ फ़ाइलें:* केवल कभी-कभार ही आवश्यक जानकारी के लिए प्रयोग में आने-वाली फाइलों का समूह।
- *अभिलेखीय फाइलें:* ऐसी फाइलों का समूह जिनकी सामग्री शायद ही कभी पुनर्प्राप्ति के लिए आवश्यक हो.

एक ' टू डू लिस्ट ' तैयार करना:

यह एक सरल सूत्र है। इससे आपको अपने समय प्रबंधन में काफी मदद मिलती है। आप प्रति कार्य दिवस के लिए एक ' टू डू लिस्ट ' तैयार करें जिसमें सभी कार्यों की एक प्राथमिकता अनुसार सूची हो। इसमें पहले उन कार्यों को शामिल करें जो कि आपके लिए सबसे महत्वपूर्ण हो। आप पहले उन कामों पर ध्यान केंद्रित करें और हमेशा यह सुनिश्चित करने की कोशिश करें कि दिन खत्म होने से पहले उन्हें पूरा कर लिया जाए। अब आप अपनी कार्यों की दूसरी सूची तैयार करें जिसमें अन्य महत्वपूर्ण कार्यों को शामिल करें जिन्हें जल्द से जल्द पूरा करने की आवश्यकता है लेकिन जिन्हें विशेष रूप से आज ही समाप्त नहीं करना है।

फिर आप कार्यों की एक अंतिम सूची तैयार करें जिसमें ऐसे काम हो जिसे पूरा करने की आवश्यकता तो है, लेकिन उन्हें पूरा करने के लिए तत्काल कोई जल्दी नहीं है।

यदि दिन के अंत में आपके पास किसी भी सूची में कुछ कार्य शेष रह जाते हैं, तो उन्हें अगले दिन की सूचियों में प्राथमिकता के अनुसार जोड़ दिया करें। इस तरह आप अपने कार्य समय पर संपन्न कर पाएंगे और चैन की नींद सो पाएंगे।

नियमित कार्य – विराम लेना :

कई लोग खुद को बिना विराम दिए लगातार कार्य करते रहते हैं। हो सकता है आपके कार्य अति आवश्यक हो किंतु, यह एक बड़ी गलती है। याद रखें, लोगों के मस्तिष्क की एक निश्चित एकाग्रता अवधि होती है। अगर आप बिना विराम के काम करना जारी रखते हैं, तो उस काम की गुणवत्ता जल्द ही गिर जाएगी क्योंकि आपका दिमाग थक जाता है। इससे कार्य में भूल की संभावना भी बढ़ जाती है। आपको यह सुनिश्चित करना चाहिए कि आप नियमित कार्य – विराम (ब्रेक) करें जो कि आमतौर पर दोपहर के भोजन के लिए आपको मिलता है या एक टी ब्रेक के रुप में आप उपयोग कर सकते हैं। इससे आपको अपने कार्यों पर नए सिरे से और सतर्कता से करने में मदद मिलती है। यदि आपका दिमाग खुश है तो आप स्पष्ट और तेज सोच रख पाएंगे।

जल्दीबाजी का त्याग करना :

अक्सर हम हमेशा प्रत्येक कार्य को जल्दीबाजी में करते हैं। एक कार्य सम्पन्न हुआ भी न हो, हम अगले कार्य को शुरू करने के लिए उत्सुक हो जाते है। ऐसा करने से आप देखेंगें कि आप सभी कार्यों में हाथ लगा देते है लेकिन सभी कार्य समय पर पूर्ण नहीं होते हैं। कई बार तो जल्दीबाजी में कुछ गलतियां हो जाती है और फिर उन गलतियों को सुधारने में अंततः आपका बहुमूल्य समय बर्बाद हो जाता है। आपको उस गति से काम करना चाहिए जिसमें आप स्वयं को सहज महसूस करते हों।

80/20 का नियम पालन करना :

कार्यों की प्राथमिकता सूची तैयार करने में 80/20 का नियम जिसे *परेटो के सिद्धांत* के रूप में भी जाना जाता है, काफी मददगार है। यह समय प्रबंधन का एक उपयोगी सूत्र है। 80/20 का नियम कहता है कि आपके 80% परिणाम आते हैं, आपके कार्यों के केवल 20% से। आप पाएंगे कि 80/20 का नियम आपके जीवन की अधिकांश चीजों के साथ काफी हद तक सही है। ज्यादातर लोगों के लिए, यह विश्लेषण करने की बात है कि आप अपना समय किस पर व्यतीत कर रहे हैं। क्या आप उस कार्य पर ध्यान केंद्रित कर रहे हैं जहां 20% गतिविधियाँ आपके जीवन में 80% परिणाम देती हों? यदि संभव हो तो, किसी को अपनी उन गतिविधियों को प्राथमिकता देनी चाहिए, जहां कम समय में अधिक परिणाम निकले।

कौशल – विकास करना :

वर्तमान कार्यस्थल, कार्य प्रबंधन और कार्य – स्वरूप में सतत परिवर्तन दृष्टिगोचर हो रहे हैं। लिखित और मौखिक संचार के साथ-साथ, ईमेल, टेलीफोन कॉल और विडियो कॉनफ्रेंसिंग आदि कौशल में निपुणता समय प्रबंधन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। जितना संभव हो, आपको उतना तकनीक-प्रेमी होना चाहिए क्योंकि जैसे-जैसे हम अधिक से अधिक प्रगति करते हैं, संचार और निष्पादन उच्च-तकनीकी गैजेट्स द्वारा तेजी से लिया जा रहा है। इसका मतलब है कि आप अपने बेहतर प्रदर्शन और अधिक उत्पादकता के लिए, बिना तकनीकि कौशल विकास के नहीं कर सकते हैं। आपने गौर किया होगा कि ऐसे कर्मचारी जो तकनीकी ज्ञान में कुशल नहीं हैं, अक्सर कार्य निष्पादन में अधिक समय लेते हैं।

उदाहरण के लिए, ई-मेल का कुशलतापूर्वक उपयोग से आप समय का प्रबंधन कर सकते हैं। जैसे:-

अपने ई-मेल संपर्कों को विशिष्ट विषय पंक्तियों का उपयोग करने के लिए कहें, और सुनिश्चित करें कि आप स्वयं उनका उपयोग करें।

- एक बार जब आप संदेश का विषय जान लेते हैं, तो तत्काल ई-मेल खोलें और पढ़ें, और प्रतिक्रिया दें।

विज्ञापन-संबंधी ई-मेल हटाएं जिसमें आपकी कोई रुचि नहीं है, या जिसे आप स्पैम मानते हैं।

- अपनी ई-मेल प्रणाली का अपनी पूरी क्षमता से उपयोग करें। विभिन्न विषयों या परियोजनाओं के लिए फोल्डर बनाएं। अधिकांश ई-मेल सिस्टम आपको फोल्डर बनाने और कीवर्ड जोड़ने की अनुमति भी देते हैं जो सूचना पुनर्प्राप्ति को बहुत आसान बनाती हैं।
- कई ई-मेल प्रोग्राम आपको ऐसे नियम बनाने की अनुमति देते हैं जो संदेशों को स्वचालित रूप से उपयुक्त फोल्डर में भेजते हैं। यह आपकी ई-मेल योजना का पालन करने में आपकी सहायता कर सकता है।
- अंत में, अपने ट्रैश कैन और जंक फोल्डर से ई-मेल को नियमित रूप से हटाना न भूलें।

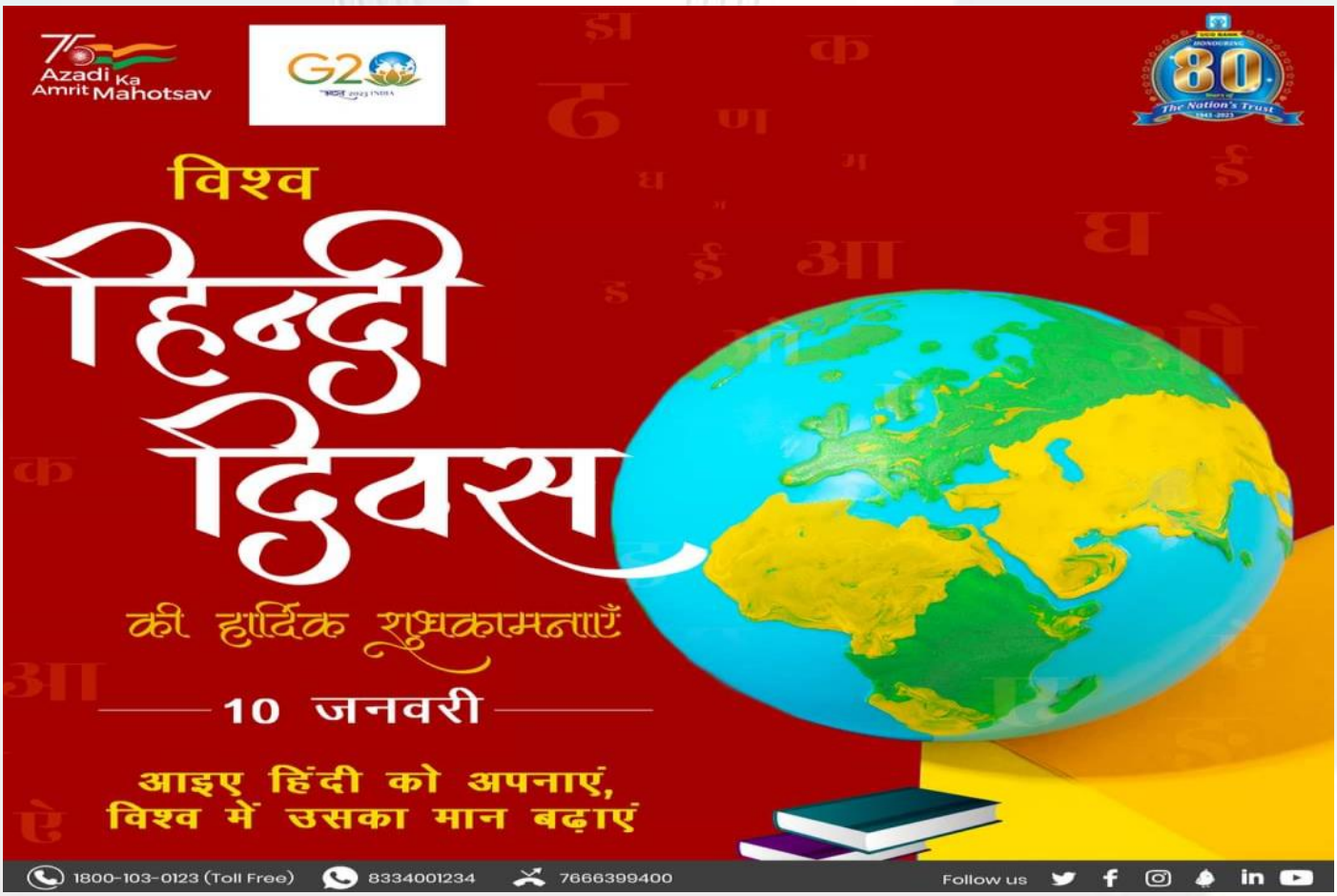
समय प्रबंधन काफी हद तक सही प्रकार के लोगों के साथ कुशल और प्रभावी नेटवर्किंग पर भी निर्भर करता है, जिससे समय की पर्याप्त बचत होती है।

मुझे उम्मीद है कि उपर्युक्त बातें आपको अपने दिन को अधिक प्रभावी ढंग से योजना बनाने में मदद करेगी और आपको अधिक सकारात्मक और सफल परिणामों की ओर ले जाएगी।

हमारे पास समय की सबसे ज्यादा कमी होती है, परन्तु इसी का हम सबसे ज्यादा दुरुपयोग करते हैं.

- विलियम पेन

विश्व हिंदी दिवस - संक्षिप्त जानकारी



प्रति वर्ष 10 जनवरी को विश्व हिंदी दिवस मनाया जाता है। इसका उद्देश्य विश्व में हिंदी के प्रचार-प्रसार के लिए जागरूकता पैदा करना तथा हिंदी को अंतर्राष्ट्रीय भाषा के रूप में प्रस्तुत करना है । विश्व में हिंदी का विकास करने और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर इसे प्रतिष्ठित करने के उद्देश्य से विश्व हिंदी सम्मेलनों की शुरुआत की गई और प्रथम विश्व हिंदी सम्मेलन 10 जनवरी, 1975 को नागपुर में आयोजित हुआ था। सनद रहे कि भारत के पूर्व प्रधानमंत्री डॉ. मनमोहन सिंह ने 10 जनवरी, 2006 को प्रति वर्ष विश्व हिंदी दिवस के रूप मनाए जाने की घोषणा की। उसके बाद भारतीय विदेश मंत्रालय ने 10 जनवरी, 2006 को पहली बार विश्व हिंदी दिवस मनाया था और तब से 10 जनवरी को प्रति वर्ष 'विश्व हिंदी दिवस' के रूप में मनाया जाता है। विदेश में नॉर्वे में पहला विश्व हिंदी दिवस भारतीय दूतावास ने मनाया था। अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर हिंदी के प्रति जागरुकता पैदा करने, समय-समय पर हिंदी की विकास यात्रा का आकलन करने, लेखक व पाठक दोनों के स्तर पर हिंदी साहित्य के प्रति सरोकारों को और दृढ़ करने, जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में हिंदी के प्रयोग को प्रोत्साहन देने तथा हिंदी के प्रति प्रवासी भारतीयों के भावुकतापूर्ण व महत्त्वपूर्ण रिश्तों को और अधिक गहराई व मान्यता प्रदान करने के उद्देश्य से 1975 में विश्व हिंदी सम्मेलनों की शृंखला आरम्भ की गयी। पहला विश्व हिंदी सम्मेलन राष्ट्रभाषा प्रचार समिति, वर्धा के सहयोग से नागपुर में सम्पन्न हुआ । प्रारम्भ में इसका आयोजन हर चौथे वर्ष आयोजित किया जाता था लेकिन अब यह अंतराल घटाकर तीन वर्ष कर दिया गया है । अब तक कुल ग्यारह विश्व हिंदी सम्मेलन आयोजित हो चुके हैं । पहला, दूसरा एवं दसवां विश्व हिंदी सम्मेलन भारत में क्रमशः नागपुर, नई-दिल्ली तथा भोपाल में आयोजित किया जा चुका है ।

आयोजन

भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी पखवाड़ा : 2022

हिंदी दिवस - 14 सितंबर, 2022 :-

शुभारंभ

गुवाहाटी अंचल कार्यालय द्वारा भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी दिवस के अवसर पर 14-29 सितंबर, 2022 तक हिंदी पखवाड़ा का आयोजन किया गया । इस दौरान सर्वप्रथम 16 सितंबर, 2022 को हिंदी दिवस का आगाज किया गया । कार्यक्रम का शुभारंभ श्री बाप्पादित्य चटर्जी, उप महाप्रबंधक एवं अंचल प्रमुख के साथ-साथ अन्य कार्यपालकगण द्वारा दीप प्रज्ज्वलन के साथ किया गया । अंचल प्रमुख द्वारा माननीय गृह एवं सहकारिता मंत्री श्री अमित शाह जी के संदेश का पाठ किया गया। श्री अबनी कुमार बरुआ, सहायक महाप्रबंधक एवं उप अंचल प्रमुख ने आदरणीय प्रबंध निदेशक एवं मुख्य कार्यपालक अधिकारी श्री सोमा शंकर प्रसाद जी के संदेश का पाठ किया । माननीय मंत्रीमंडल सचिव, भारत सरकार श्री राजीव गौबा जी के संदेश का पाठ श्री जयदीप नंदी, सहायक महाप्रबंधक एवं क्षेत्र निरीक्षणालय प्रमुख, गुवाहाटी द्वारा किया गया। श्री मिथिलेष झा, मुख्य प्रबंधक, क्षेत्र निरीक्षणालय, गुवाहाटी द्वारा बैंक के राजभाषा मिशन का पाठ किया गया । श्री संतोष शर्मा, मुख्य प्रबंधक द्वारा सभी स्टाफ सदस्यों को बैंक के राजभाषा प्रतिज्ञा का पाठ कराया गया । तत्पश्चात श्री विशाल कुमार, वरिष्ठ प्रबंधक-राजभाषा ने सभी स्टाफ सदस्यों को पखवाड़ा के दौरान आयोजित होनेवाली प्रतियोगिताओं/ कार्यक्रम से अवगत कराया ।

दीप प्रज्ज्वलित करते हुए अंचल प्रमुख, उप अंचल प्रमुख, एफ़आई, प्रमुख एवं अन्य कार्यपालक तथा अधिकारीगण

आयोजन

भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी पखवाड़ा : 2022

काव्य आवृति प्रतियोगिता दिनांक 19.09.2022 :

भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी पखवाड़ा के दौरान दिनांक 19.09.2022 को अंचल कार्यालय एवं क्षेत्र निरीक्षणालय के स्टाफ सदस्यों के लिए "काव्य आवृति प्रतियोगिता" का आयोजन किया गया । यह प्रतियोगिता दो वर्गों यथा हिंदीतर भाषी वर्ग एवं हिंदीभाषी वर्ग में कराई गई । इस प्रतियोगिता में श्री बाप्पादित्य चटर्जी, अंचल प्रमुख एवं श्री मिथिलेष झा, मुख्य प्रबंधक, क्षेत्र निरीक्षणालय निर्णायक की भूमिका में थे ।

अंचल प्रमुख एवं मुख्य प्रबंधक निर्णायक की भूमिका में

<u>राजभाषा ज्ञान प्रतियोगिता दिनांक 21.09.2022 :</u>

भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी पखवाड़ा के दौरान दिनांक 21.09.2022 को अंचल कार्यालय एवं क्षेत्र निरीक्षणालय के स्टाफ सदस्यों के लिए "राजभाषा ज्ञान प्रतियोगिता" का आयोजन किया गया ।

प्रतियोगिता में प्रतिभागिता करते अंचल कार्यालय एवं क्षेत्र निरीक्षणालय के स्टाफ सदस्यगण

आयोजन

भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी पखवाड़ा : 2022

ऑनलाइन राजभाषा सह सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता दिनांक 23.09.2022 :

भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी पखवाड़ा के दौरान दिनांक 23.09.2022 को अंचल कार्यालय गुवाहाटी के अधीन सभी स्टाफ सदस्यों के लिए "ऑनलाइन राजभाषा सह सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता" का आयोजन किया गया ।

श्रुत लेखन प्रतियोगिता एवं सीएसआर के तहत अध्ययन सामग्री का वितरण

यूको बैंक द्वारा दिनांक 29.09.2022 को कॉर्पोरेट सामाजिक दायित्व के तहत सार्वजनिक हिंदी एम.ई. स्कूल, लालमाटी, गुवाहाटी में विद्यालय के सहयोग से छात्रों के बीच अध्ययन सामग्री का वितरण किया गया। यह नेक कार्य उप महाप्रबंधक एवं अंचल प्रमुख श्री बाप्पादित्य चटर्जी की उपस्थिति में संपन्न किया गया । इस अवसर पर भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी पखवाड़ा के तहत छात्रों क बीच एक श्रुत लेखन प्रतियोगिता का भी आयोजन किया गया । प्रतियोगिता के विजेताओं को अंचल प्रमुख द्वारा पुरस्कृत भी किया गया । पूरे कार्यक्रम के दौरान छात्र काफी उत्साहित एवं प्रसन्न मुद्रा में दिखे । विद्यालय के प्रधान अध्यापक श्री पवन कुमार मौर्य ने उक्त कार्यक्रम में विशेष रूप से सहयोग प्रदान किया एवं कार्यक्रम को सफल बनाया। यूको बैंक ऐसे नेक कार्य के लिए सदा ही प्रतिबद्ध रहता है । कार्यक्रम संचालन श्री विशाल कुमार, वरिष्ठ प्रबंधक-राजभाषा ने किया तथा अंचल कार्यालय के अन्य साथियों ने भी अपना सहयोग प्रदान किया ।

श्रुत लेखन प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कृत करते हुए अंचल प्रमुख

आयोजन

भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी पखवाड़ा : 2022

कॉर्पोरेट सामाजिक दायित्व के तहत छात्रों के बीच अध्ययन सामग्री का वितरण

सीएसआर के तहत अध्ययन सामग्री वितरण करते हुए अंचल प्रमुख

आयोजन

भारतीय भाषा सौहार्द स्वरूप हिंदी पखवाड़ा : 2022

समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह के कुछ चित्र :-

आयोजन

सतर्कता जागरूकता सप्ताह - 2022

अंचल कार्यालय गुवाहाटी में सतर्कता जागरूकता सप्ताह के अवसर पर वाकाथन का आयोजन

दिवाली के अवसर पर लौटरी का आयोजन

अंचल कार्यालय गुवाहाटी में स्टाफ सदस्यों द्वारा दिवाली के शुभ अवसर पर प्रत्येक वर्ष लौटरी का आयोजन किया जाता है ।

आयोजन

नराकास के तत्वावधान में हिंदी प्रतियोगिता का आयोजन

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (बैंक), गुवाहाटी के तत्वावधान में यूको बैंक द्वारा सदस्य कार्यालयों के लिए 15.11.2022 को "चित्र देखो कहानी लिखो" प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में प्रत्येक सदस्य कार्यालयों से अधिकतम 2 प्रतिभागियों को आमंत्रित किया गया था।

प्रतियोगिता के सफल आयोजन हेतु नराकास (बैंक), गुवाहाटी की सदस्य-सचिव महोदया श्रीमती स्मिति मिसरा, सहायक महाप्रबंधक-राजभाषा के साथ-साथ अन्य बैंकों के राजभाषा अधिकारी भी उपस्थित थे।

आयोजन

अंचल कार्यालय में महापरिनिर्वान दिवस का आयोजन

दिनांक 06 दिसंबर, 2022 को अंचल कार्यालय में महापरिनिर्वान दिवस का आयोजन किया गया । यह दिवस डॉ. भीमराव अंबेडकर की पुण्य तिथि के दिन मनाया जाता है । इस अवसर पर अंचल प्रमुख एवं एफ़ आई प्रमुख ने दीप जलाकर कार्यक्रम प्रारम्भ किया तथा उनके साथ-साथ सभी स्टाफ सदस्यों ने श्रद्धांजलि अर्पित की ।

आयोजन

भाषा-सेतु सम्मान समारोह

धारा 351 में निहित भावना को आत्मसात करते हुए यूको बैंक विभिन राजभाषा गतिविधियों का आयोजन करता रहता है । **"यूको भूपेन हजारिका भाषा-सेतु सम्मान"** उसी दिशा में उठाए गए कदम में से एक है।

"यूको भूपेन हजारिका भाषा सेतु सम्मान 2022-23" से **डॉ. क्षीरदा कुमार शइकिया, मंत्री (General Secretary) असम राष्ट्रभाषा प्रचार समिति** को सम्मानित किया गया ।

कार्यक्रम में श्री बदरी यादव जी, कार्यालय प्रमुख, क्षे.का.का. गुवाहाटी, श्री कोमल सिंह, उप निदेशक, हिंदी शिक्षण योजना, गुवाहाटी; गुवाहाटी स्थित सभी नराकास के सदस्य सचिव एवं नराकास (बैंक), गुवाहाटी के सदस्य कार्यालयों के राजभाषा अधिकारी उपस्थित थे ।

मुलाकात

औपचारिक भेंट

बांग्लादेश असिस्टेंट हाइ कमिश्नर एवं मिशन प्रमुख के साथ अंचल प्रमुह ने एक औपचारिक भेंट की

जन्मदिन विशेष

दिनांक 14 जनवरी, 2023 को आदरणीय श्री अंजान तालुकदार, निदेशक यूको बैंक का जन्मदिन उनके निवास स्थान पर केक काटकर मनाया गया । इस अवसर पर उप महाप्रबंधक एवं अंचल प्रमुख श्री बाप्पादित्य चटर्जी ने उन्हें पुष्प गुच्छ भेंट कर उन्हें बधाई एवं शुभकामनाएँ दी । आपको विदित हो कि आदरणीय तालुकदार सर यूको बैंक के निदेशक मंडल में शामिल निदेशकों में से एक हैं और वह गुवाहाटी से संबंध रखते हैं ।

उत्सव गौरवशाली रिश्ते का
बैंक का 80 वां स्थापना दिवस समारोह

आधुनिक भारतीय बैंक स्थापित करने का विचार महात्मा गांधी द्वारा **1942** में छेड़े गए ऐतिहासिक **"भारत छोड़ो आंदोलन"** के बाद मशहूर उद्योगपति **स्व. घनश्याम दास बिड़ला जी** के मन में उठा। इसके पीछे सोच यह थी कि कोई भारतीय बैंक ही, विशेषकर पूर्वी क्षेत्र में, भारतीय उद्योगपतियों को बेहतर सेवा प्रदान कर पाएगा।

6 जनवरी, 1943 को **"दि यूनाइटेड कमर्शियल बैंक"** की स्थापना की गई बाद में इसका नाम बदलकर **यूको बैंक** किया गया और **6 जनवरी, 2023** को हमने अपने प्रिय संस्थान का 80 वां स्थापना दिवस मनाया।

अंचल कार्यालय गुवाहाटी में भी स्थापना दिवस को सौहार्दपूर्ण वातावरण में मनाया गया। अंचल कार्यालय को सुंदर तरीके से सजाया गया। सर्वप्रथम **अंचल प्रमुख एवं एफ़ आई प्रमुख** ने दीप प्रज्ववलन कर कार्यक्रम की शुरुआत की तत्पश्चात सभी ने हमारे प्रिय संस्थापक **स्व. घनश्याम दास बिड़ला जी** को श्रद्धांजलि अर्पित की। सभागार में इकट्ठा होकर सभी ने केक कटिंग किया फिर सभी ने केक व मिठाई खाकर एक दूसरे को शुभकामनाएँ प्रेषित की।

उत्सव गौरवशाली रिश्ते का
बैंक का 80 वां स्थापना दिवस समारोह

अंचल कार्यालय में स्थापना दिवस समारोह की कुछ झलकियाँ

बैंक के संस्थापक स्व. घनश्याम दास बिड़ला जी श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए
अंचल प्रमुख श्री बाप्पादित्य चटर्जी जी एवं एफ़ आई गुवाहाटी प्रमुख श्री के बाल सुब्रमानियण जी

उत्सव गौरवशाली रिश्ते का
बैंक का 80 वां स्थापना दिवस समारोह

बैंक के चैनल पार्टनर द्वारा प्रेषित शुभकामनाएँ

आदित्य बिड़ला हेल्थ इंश्योरेंस

फिसडम

फ्युचर जनराली जेनरल इंश्योरेंस

उत्सव गौरवशाली रिश्ते का
बैंक का 80 वां स्थापना दिवस समारोह

सिलपुखुरी शाखा में स्थापना दिवस के अवसर पर सीएसआर कार्यक्रम

यूको बैंक, सिलपुखुरी शाखा द्वारा कॉर्पोरेट सामाजिक दायित्व के तहत "दि बोधि चैरिटेबल ट्रस्ट" जो कि एक विशेष प्रकार का प्रशिक्षण संस्थान है, के 50 बच्चों को पिगी बैंक वितरित किया गया । इसके अतिरिक्त इन सभी बच्चों का शाखा में खाता भी खोला गया ।

इस दिन आयोजित कार्यक्रम में आदरणीय अंचल प्रमुख श्री बाप्पादित्य चटर्जी सहित अंचल कार्यालय के अन्य स्टाफ सदस्य तथा सिलपुखुरी शाखा प्रमुख श्री जयदीप चौधरी उपस्थित थे।

इस अवसर पर उपस्थित स्टाफ सदस्यों द्वारा रंगारंग कार्यक्रम का भी आयोजन किया गया था । अंचल प्रबन्धक एवं शाखा प्रबन्धक ने ट्रस्ट के न्यासी को रु. 15000/- का चेक भी सुपुर्द किया ।

अंचल कार्यालय में 74 वें गणतंत्र दिवस का आयोजन

अंचल में दिनांक 26.01.2023 को 74 वें गणतंत्र दिवस समारोह का आयोजन किया गया । इस अवसर पर अंचल प्रबंधक श्री बाप्पादित्य चटर्जी, एफ़ आई, गुवाहाटी प्रमुख श्री के बालसुब्रमानियण एवं अंचल कार्यालय तथा एफ़ आई के स्टाफ सदस्य उपस्थित थे ।

अंचल कार्यालय में सेवानिवृत्ति

गुवाहाटी अंचल के तीन रत्न श्री अबनी कुमार बरुआ, सहायक महाप्रबंधक एवं उप अंचल प्रमुख; श्री बिष्णु पदा कर्मकार, मुख्य प्रबंधक एवं श्री रघुनाथ दास, वरिष्ठ प्रबंधक ने दिनांक 31.01.2023 को बैंक सेवा से सेवानिवृत्त हुए। आदरणीय अंचल प्रमुख श्री बाप्पादित्य चटर्जी जी उन्हें ससम्मान विदाई देते हुए ।

आयोजन

यूको बैंक जी डी बिड़ला स्मृति व्याख्यानमाला

यूको बैंक, अंचल कार्यालय गुवाहाटी द्वारा असम विश्वविद्यालय, सिलचर में **"यूको बैंक जी डी बिड़ला स्मृति व्याख्यानमाला"** का आयोजन किया गया जिसमें मुख्य वक्ता के रूप में **"प्रो. राजीव मोहन पंत, कुलपति, असम विश्वविद्यालय, सिलचर** को आमंत्रित किया गया ।

आदरणीय कुलपति महोदय ने **"वर्तमान परिदृश्य में नई शिक्षा नीति का महत्व"** विषय पर अपना वक्तव्य प्रस्तुत किया । प्रो. पंत साहब ने बहुत ही खूबसूरती से एवं सरल शब्दों में अपना वक्तव्य प्रस्तुत किया ।

प्रो. पंत साहब को सम्मानित करते हुए राजभाषा अधिकारी श्री विशाल कुमार

आदरणीय कुलपति महोदय व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए

आयोजन

यूको राजभाषा सम्मान 2021 एवं 2022

राजभाषा अधिनियम, 1963 की **धारा 351** में निहित भावना को ध्यान में रखते हुए यूको बैंक द्वारा निरंतर राजभाषा के सुचारु कार्यान्वयन हेतु विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन किया जाता है। **"यूको राजभाषा सम्मान"** उसी दिशा में उठाए गए कदम में से एक है ।

इस सम्मान के तहत किसी विश्वविद्यालय के हिंदी एमए में उतिर्ण शीर्ष दो छात्रों को सम्मानित किया जाता है। सम्मान स्वरूप उन्हें **रु. 5000/-** की राशि तथा **प्रमाण-पत्र** प्रदान किया जाता है । यूको बैंक असम विश्वविद्यालय, सिलचर के साथ जुड़ा हुआ है और वर्ष 2019 से यूको बैंक असम विश्वविद्यालय, सिलचर के साथ मिलकर इस कार्यक्रम का आयोजन करता आ रहा है। बीच में वर्ष 2020 तथा 2021 में कोरोना के प्रभाव के कारण इस कार्यक्रम का आयोजन नहीं किया जा सका था परंतु वर्ष 2021 के लिए सम्मानित होने वाले विद्यार्थियों के नामों की घोषणा कर दी गई थी ।

यूको राजभाषा सम्मान 2021
सुश्री तानिया बिश्वास

दिनांक **31.03.2023** को **"यूको राजभाषा सम्मान समारोह 2021 एवं 2022"** का एक साथ असम विश्वविद्यालय के परिसर में आयोजित किया गया । वर्ष 2020 में हिंदी एमए की परीक्षा में उतिर्ण शीर्ष 2 छात्रों को **"यूको राजभाषा सम्मान 2021"** तथा वर्ष 2021 में हिंदी एमए की परीक्षा में उतिर्ण शीर्ष 2 छात्रों को **"यूको राजभाषा सम्मान 2022"** से सम्मानित किया गया । इस अवसर पर कुलपति महोदय **प्रो. राजीव मोहन पंत** के अलावा **प्रो. कृष्ण मोहन झा**, आचार्य एवं अध्यक्ष, हिंदी विभाग, असम विश्वविद्यालय, **श्री अभिषेक कुमार**, शाखा प्रमुख सिलचर शाखा, **सुश्री तनुश्री बनर्जी**, शाखा प्रमुख, असम विश्वविद्यालय शाखा की भी गरिमामयी उपस्थिती रही ।

यूको राजभाषा सम्मान 2021
सुश्री रेशमी कानु

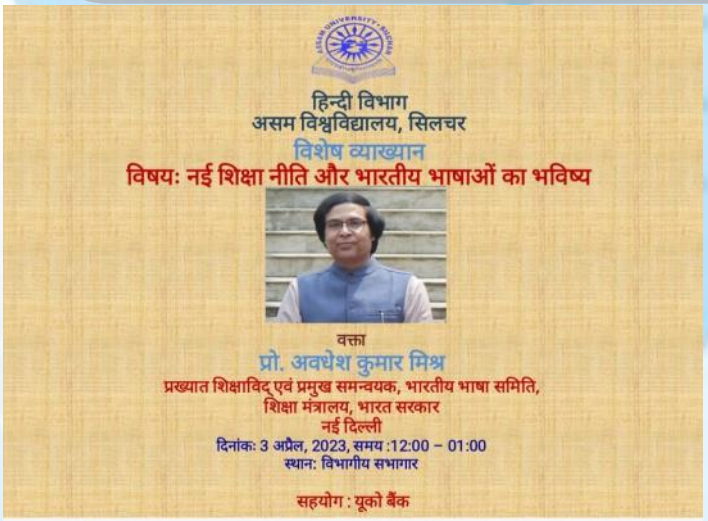
आयोजन

यूको राजभाषा सम्मान 2021 एवं 2022

यूको राजभाषा सम्मान 2022
सुश्री अर्चना कुमार

यूको राजभाषा सम्मान 2022
श्री अजित कुमार

यूको राजभाषा सम्मान 2021 एवं 2022 से सम्मानित छात्र/ छात्राओं के साथ समूह चित्र



"यूको हिंदी कार्यक्रम आर्थिक सहायता" योजना के तहत असम विश्वविद्यालय, सिलचर के हिंदी कार्यक्रम को यूको बैंक द्वारा प्रायोजित किया गया । यह कार्यक्रम **"विशेष व्याख्यान था जिसका विषय "नई शिक्षा नीति और भारतीय भाषाओं का भविष्य"** रखा गया था और इसमें मुख्य वक्ता के रूप में प्रो. **अवधेश कुमार मिश्र**, प्रख्यात शिक्षाविद एवं प्रमुख समन्वयक, भारतीय भाषा समिति, शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार को आमंत्रित किया गया था ।

रोचक तथ्य

गर्मियों में पिएं सौंफ की चाय, संक्रमण से लड़ने में मददगार

सौंफ का इस्तेमाल कई तरह से किया जाता है । अधिकांशतः इसका उपयोग खाना खाने के बाद माउथ फ्रेशनर के रूप में किया जाता है । इसके अलावा सौंफ से शर्बत बनता है साथ ही इसका प्रयोग कई व्यंजनों में भी किया जाता है । इतना ही नहीं, स्वस्थ रहने के लिए लोग सौंफ की चाय बनाकर भी पीते हैं । आइए, आपको सौंफ की चाय के होने वाले फायदे के बारे में बताते हैं ।

1) **अच्छी नींद आना :** अच्छी नींद के लिए सौंफ की चाय बेहद फायदेमंद होती है । सोने से पहले सौंफ की चाय पीने से मेलाटोनिन के स्राव में मदद मिलती है, जिससे तंत्रिका तंत्र को आराम मिलता है और नींद सुकून भरी आती है ।

2) **संक्रमण से लड़ने में मददगार :-** सौंफ की चाय एक रोगाणुरोधी और एंटीवायरल चाय है । सौंफ की चाय पीने से आपके शरीर को आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली पर हमला करने वाले रोगजनकों से लड़ने में मदद मिल सकती है ।

3) **आँखों के लिए फायदेमंद :-** एक कप सौंफ की चाय पीने से आँखों की समस्या से बचाव हो सकता है। सौंफ की चाय शरीर में विटामिन ए को प्रेरित करके दृष्टि में सुधार कर सकती है । चूंकि, सौंफ में विटामिन ए और एंजाइम अधिक होता है, जिससे आँखों की रोशनी में सुधार होता है ।

4) **पोशक तत्वों का बैलेंस :-** सौंफ की चाय में प्रोटीन, मिनरल्स, फाइबर, पोटैशियम, सोडियम आदि होते हैं। इसलिए गर्मी में ये हर्बल टी पीने से शरीर में सभी पोशक तत्वों का बैलेंस बना रहता है।

5) **ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करता है :-** सौंफ में नाईट्रेटस, सोडियम, पोटैशियम होता है, जो ब्लड प्रेशर को मैनेज करने में कारगर होते हैं । यदि आपका ब्लड प्रेशर हाई रहता है तो, सौंफ की चाय आपके लिए फायदेमंद है।

6) **वजन को कम करता है :-** सौंफ में फ्लेवोनॉएड, पॉलीफेनाल्स जैसे एंटीओक्सीडेंट होते हैं, जो वजन कम करने में मदद करते हैं । साथ ही इसमें फाइबर भी होता है, जिससे वजन कंट्रोल में रहता है ।

साइबर टिप्स

साइबर सुरक्षा अभियान

पब्लिक वाई-फाई का प्रयोग करने से बचें, क्योंकि साइबर अपराधी असुरक्षित नेटवर्क में सेंधमारी कर सकते हैं और आपकी गोपनीय जानकारी जैसे पासवर्ड, बैंक विवरण, निजी डेटा आदि चुरा सकते हैं ।

Azadi Ka Amrit Mahotsav

यूको बैंक
UCO BANK

G20 भारत 2023 INDIA

छोटा सा घर है ये मगर ....
इसमें सपने देखेंगें बड़े ...

यूको होम लोन

1800-103-0123 (Toll Free) 8334001234 7666399400 Follow us