

Anubhuti-8



KAMLA NEHRU MAHAVIDYALAYA

- Affiliated to Barkatullah University, Bhopal
- Recognized by the National Council for Teacher Education

Kamla Nagar, Kotra Sultanabad, Bhopal-462 003
Phone : 0755-2762130, E-mail : knmahavidyalaya@yahoo.co.in,
Web : www.kamlanehru-college.org

अनुभूति



YOGA ACTIVITY

With best compliments from



Dr. (Mrs.) Renu Gupta
Principal



KAMLA NEHRU MAHAVIDYALAYA
(B.Ed. College)

Kamla Nagar, Kotra Sultanabad, Bhopal - 462 003 (M.P.)
Ph. : 0755-2762130 Web : www.kamlanehru-college.org



8

अनुभूति

2021-22



KAMLA NEHRU MAHAVIDYALAYA

(B.Ed. College)

Kamla Nagar, Kotra Sultanabad, Bhopal - 462 003 (M.P.)

Ph. : 0755-2762130 Web : www.kamlanehru-college.org

The Editorial Board



Patron

Mr. M.N. Singh
Mr. S.S. Raghuwanshi



Editor-in-Chief

Dr. (Mrs.) Renu Gupta

Executive Editor

Mrs. Nidhi Karki Trihotri
Dr. (Mrs.) Anupama Purohit



Co-Ordinators

Mrs. Anju Saxena
Mrs. Parvati Vishwakarma
Dr. (Miss.) Saba Akhlaq
Mrs. Shalini Gupta
Dr. (Mrs.) Anita Vishwakarma
Miss. Chaya Saxena
(Class Representative B.Ed. 2020-22)

Composing Designing

Mr. Ashok Chauhan



शिवराज सिंह चौहान
मुख्यमंत्री
मध्यप्रदेश

दिनांक :- 06-03-2022
पत्र क्रमांक - 55922

— संदेश —

अत्यंत प्रसन्नता का विषय है कि कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल (बी.एड. कॉलेज) द्वारा स्मारिका "अनुभूति" का प्रकाशन किया जा रहा है।

महाविद्यालयीन स्मारिका विद्यार्थियों के विचारों की अभिव्यक्ति का महत्वपूर्ण माध्यम होती है। स्मारिका शिक्षण संस्था की समग्र गतिविधियों का ब्यौरा भी प्रस्तुत करती है।

मुझे आशा है महाविद्यालय की गतिविधियों के दर्पण के रूप में "अनुभूति" स्मारिका पहचान बनाएगी और संग्रहणीय सिद्ध होगी।

हार्दिक शुभकामनाएं

शिवराज सिंह चौहान

बृजेन्द्र सिंह यादव
राज्यमंत्री
मध्यप्रदेश शासन
लोक स्वास्थ्य यांत्रिकी विभाग



निवास : बी-17, (74 बंगले)
स्वामी दयानंद नगर, भोपाल-462003
दूरभाष : 0755-2441593, 2441060
मंत्रालय : कक्ष क्रं. 544 एनेक्सी-1
मंत्रालय : 0755-2441073
Email : ministerphed@mp.gov.in

क्रमांक : 282/रा.मंत्री/लो.स्वा.या./2021
भोपाल दिनांक : 23-02-2022

संदेश

जानकर प्रसन्नता हुई कि, कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल अपनी वार्षिक पत्रिका "अनुभूति" का आठवां संस्करण प्रकाशित करने जा रहा है।

इस पत्रिका के प्रकाशन से महाविद्यालय अपने विशिष्ट उद्देश्यों को प्राप्त करेगा तथा छात्रों एवं पालकों को शैक्षणिक एवं अन्य महाविद्यालयीन गतिविधियों की समुचित जानकारी प्राप्त होगी।

वार्षिक पत्रिका "अनुभूति" के प्रकाशन अवसर पर मेरी ओर से महाविद्यालय प्रबंधन को हार्दिक शुभकामना।

(बृजेन्द्र सिंह यादव)

प्रति,

डॉ. रेनू गुप्ता,
कमला नेहरू महाविद्यालय,
कमला नगर, कोटरा सुल्तानाबाद,
भोपाल (म.प्र.)

क्षेत्रीय शिक्षा संस्थान

(राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद)
(शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार)
श्यामला हिल्स, भोपाल - 462002



(NACC Accredited "A+" Graded Institute)

Regional Institute of Education

(National Council of Educational Research & Training)
(Ministry of Education, Govt of India)
Shyamla Hills, Bhopal - 462022



प्रो. व्ही.के. ककड़िया (प्राचार्य)
क्षेत्रीय शिक्षा संस्थान, एन.सी.ई.आर.टी. भोपाल

संदेश

अत्यंत प्रसन्नता का विषय है कि कमला नेहरू महाविद्यालय (बी.एड कॉलेज) अपनी वार्षिक पत्रिका "अनुभूति" का आठवां संस्करण प्रकाशित करने जा रहा है। निश्चित रूप से इस पत्रिका के प्रकाशन द्वारा हम सभी को विद्यार्थियों की सृजनात्मक प्रतिभा को देखने एवं पढ़ने का अवसर मिलेगा।

मुझे पूरा विश्वास है कि "अनुभूति" के आगामी अंक के माध्यम से महाविद्यालयीन गतिविधियों की जानकारी सभी को मिलेगी जिससे और अन्य विद्यार्थियों को भी कुछ अच्छे, प्रतिभापरक, कलात्मक लेखन हेतु अभिप्रेरणा प्राप्त हो सकेगी। वार्षिक पत्रिका के लेखन व प्रकाशन कार्य से जुड़े शिक्षकों, छात्रों को हार्दिक शुभकामनाएँ।

प्रति,
प्राचार्य
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

प्रो. व्ही.के. ककड़िया
प्राचार्य



Ref. BU / CE / 1 & / 2022

Date 08 / 06 / 2022



डॉ. हेमन्त खण्डाई

— संदेश —

बहुत ही प्रसन्नता का विषय है कि कमला नेहरू महाविद्यालय हमेशा की तरह अपनी वार्षिक पत्रिका 'अनुभूति' का आठवाँ संस्करण प्रकाशित करने जा रहा है। पत्रिका अनुभूति विद्यार्थियों की रचनात्मकता एवं विचारों की अभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम है। यह पत्रिका विद्यार्थियों की सृजनात्मकता एवं कला को दूसरों तक पहुँचाने के लिए एक मंच प्रदान करती है। मुझे आशा है कि पत्रिका अनुभूति प्रत्येक वर्ग के विद्यार्थियों को लाभान्वित कर पायेगी। मेरी ओर से अनुभूति के आठवें संस्करण के प्रकाशन के लिए महाविद्यालय परिवार को बहुत-बहुत शुभकामनाएँ।

(डॉ. एच. खण्डाई)

**Mr. M. N. Singh****Chairman**

Kamla Nagar Shikshan Sanstha

Kamla Nagar Kotra Sultanabad, Bhopal

MESSAGE

I am feeling heartily pride and pleasure that **Kamla Nehru Mahavidyalaya, Bhopal** is bringing out 8th Edition of its annual college magazine “**ANUBHUTI**”.

Father of our nation Mahatma Gandhi has beautifully observed the meaning of Education as the “all-round drawing of the best in child and man in body, mind and spirit”. **Kamla Nehru Mahavidyalaya**, also are in that effort to bring out the best in student teachers, in all aspects, so that they are equipped to do the same when they become the real teachers later. This college also provides to student teachers confidence, discipline, clarity in thoughts and decision making ability to set and achieve goals and above all social responsibility as a lifelong process. This will help them to acquire knowledge, skills, values and attitude required to meet the needs of the 21st century.

“**ANUBHUTI**” is a perfect blend of literary articles, arts, photography, personal experiences and wonderful memories of college faculty and students which reflects their creativity and potential.

I am very happy to convey my congratulations and best wishes to the Principal, Staff members, Students and Editorial board of “**ANUBHUTI**” for their endeavours in bringing out this wonderful magazine.

Mr. M.N. SINGH

Chairman

Kamla Nagar Shikshan Sanstha

Kamla Nagar Kotra Sultanabad, Bhopal



श्री शिव वरण सिंह रघुवंशी
संस्थापक एवं सचिव

संदेश

अत्यधिक हर्ष का विषय है कि कमला नेहरू महाविद्यालय द्वारा अपनी वार्षिक पत्रिका “अनुभूति” का आठवां संस्करण प्रकाशित किया जा रहा है जिसमें महाविद्यालय के सभी विद्यार्थियों, सहा-प्राध्यापकों की सृजनात्मक गतिविधियों का सम्मिलित प्रयास व्यक्त होता है। कमला नेहरू महाविद्यालय आगे आने वाली पीढ़ी को संवारने हेतु प्रयासरत है क्योंकि यही पीढ़ी आगे समाज के मूल्यों, संस्कारों का संरक्षण कर उन्हें आगे तक पहुंचाएगी और मुझे इस बात पर भी पूर्ण विश्वास है कि महाविद्यालय द्वारा किए जा रहे इन प्रयासों से समाज में भी सकारात्मक परिवर्तन होंगे साथ ही ये विद्यार्थी एक अच्छे शिक्षक की भूमिका में अपने कर्तव्यों को भी पूरा करेंगे।

प्रबंध समिति की ओर से महाविद्यालय की वार्षिक पत्रिका “अनुभूति” के लिए मैं शुभकामनाएँ देता हूँ एवं आशा करता हूँ कि “अनुभूति” पत्रिका के प्रकाशन से सभी लाभान्वित होंगे।

“अनुभूति” पत्रिका के प्रकाशन हेतु हार्दिक शुभकामनाएँ



श्री शिव वरण सिंह रघुवंशी
संस्थापक एवं सचिव
कमला नगर शिक्षण संस्था
कमला नगर, कोटरा सुल्तानाबाद, भोपाल



श्रीमती सुषमा रघुवंशी
वरिष्ठ सलाहकार

संदेश

अत्यंत प्रसन्नता का विषय है कि 'अनुभूति का आठवाँ अंक' प्रकाशित होने जा रहा है।

शैक्षणिक संस्थाओं में इस प्रकार की पत्रिका का प्रकाशन विद्यार्थियों में अपने विचारों को नया आयाम देकर प्रस्तुत करने का उत्साह भर देता है। ऐसे ही उत्साह से विचारों का गतिमान-मौलिक संचय 'अनुभूति-8' में प्रस्तुत हो रहा है।

मुझे अत्यंत खुशी हो रही है कि इसमें कमला नेहरू महाविद्यालय बी.एड. कॉलेज ने अपनी अलग ही भूमिका निभाकर विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन किया है। विद्यार्थियों ने अपनी भावनाओं को प्रतिभा के साथ सुंदर तरीके से विचारों को पाठकों के समक्ष रखा है। जिसमें वे पूरी तरह सफल हुए हैं।

आजकल के डिजीटल मिडिया के युग में अपनी कलम से, अपने विचारों की अभिव्यक्ति सराहनीय है इसके लिए कॉलेज की प्राचार्या, शिक्षकों एवं सभी विद्यार्थियों को बधाई देती हूँ और अभिनंदन भी करती हूँ। कॉलेज में अच्छे शिक्षकों के रूप में विद्यार्थियों को तैयार करना एक बहुत ही कड़ा कार्य होता है। जिसमें समस्त स्टाफ सफल हुआ है, यह इस पत्रिका द्वारा साबित हो रहा है।

एक अच्छे शिक्षक के रूप में वही विद्यार्थी सफल हो सकते हैं जो अपने विचारों को अपनी कलम से प्रस्तुत करना जानते हैं अतः मुझे पूरा विश्वास है कि ये भावी शिक्षक शिक्षा के क्षेत्र में विद्यार्थियों में भी इस कला का निर्माण करने में सहयोग देते रहेंगे जिससे कि देशभक्त, योग्य नागरिक बनाने में उपक्रम बढ़ता रहेगा।

इसी आशा के साथ वार्षिक पत्रिका 'अनुभूति-8' के सफलतापूर्वक प्रकाशन के लिए पुनः बहुत-बहुत शुभकामनाएँ - बधाई

श्रीमती सुषमा रघुवंशी

वरिष्ठ सलाहकार

कमला नेहरू हा.से. स्कूल (सी.बी.एस.ई.)

कमला नगर, कोटरा सुल्तानाबाद, भोपाल



FROM EDITOR'S DESK

“Education is simply soul of a society”

8th edition of KNM College annual magazine ANUBHUTI for year 2021-22 is before you. It is 2nd edition of e-magazine-outcome of hard work of credential people of our college. A college magazine is record of all activities that has taken place in college during academic year and also displays creative thoughts and literary talents of students and staff. I thank the members of the editorial board for their meritorious and sincere work in bringing out this annual magazine.

Past two years everything has changed and education system is no exception. Physical classrooms have become online portals. Group study sessions moved to zoom rooms. Access to education became easier to some people as flexible online programme grew in popularity and availability. For others, it became harder, as students who thrived on campus had to reimagine their education success in circumstances they would have never expected. The sudden shift from physical learning spaces to schooling from home revealed just how important a role school plays in the day to day life of society. Even in the most perfect circumstances-a room of one's own, a personal laptop with wi-fi and a peaceful home environment- many students struggle to keep up with online learning. Now when vaccination have become available, it is natural to hope that we are getting back to normal. But truth is that some elements of our lives have changed forever. While Covid-19 pandemic isolated and separated us in many ways, it also pushed us to find new ways to communicate with one another. For students to learn beyond COVID-19, we must create the conditions to help them thrive. As educators, we at Kamla Nehru Mahavidyalaya approach all things related to our student's learning and well -being. We believe we can and must find out better solutions to today's challenges. We look forward for better tomorrow.

“It is better to light a candle than curse the darkness- Eleanor Roosevelt”

Thank You all

(Dr. Renu Gupta)

Principal

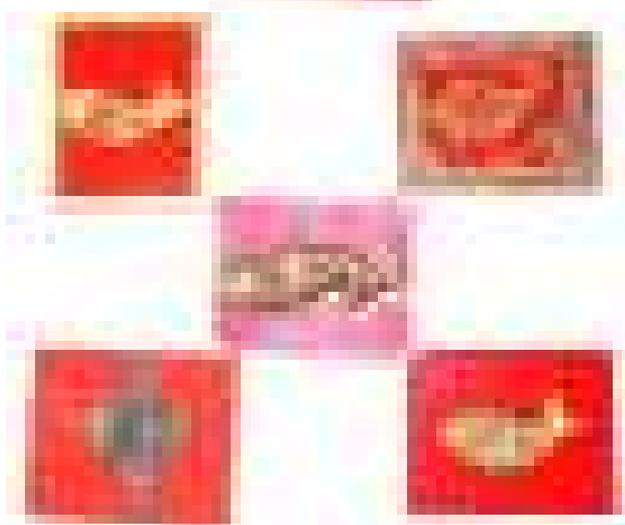
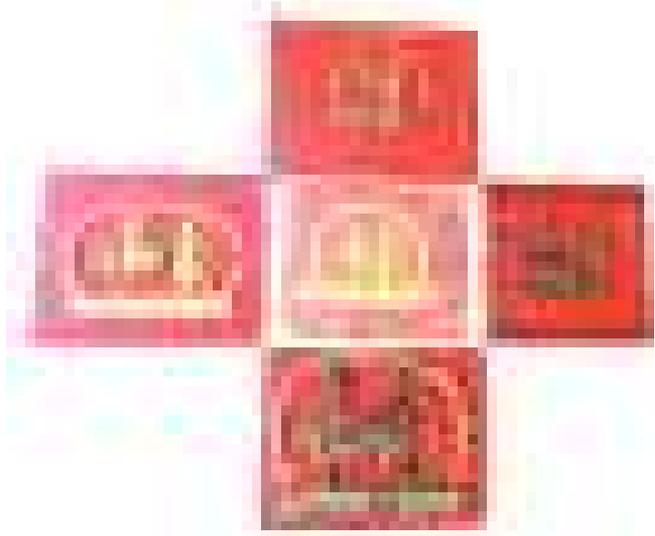
Kamla Nehru Mahavidyalaya

Kamla Nagar, Kotra Sultanabad, Bhopal

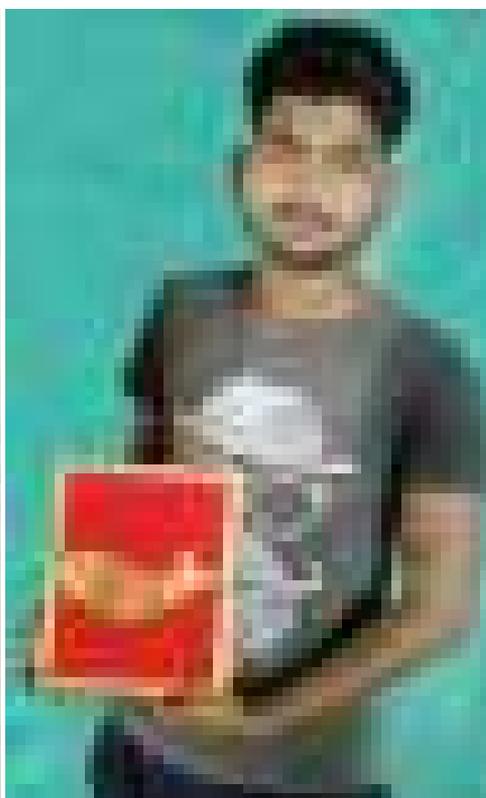
*Precious
Moments*



WORK SHOP ON EPC-2 DRAMA & ART IN EDUCATION - "DHOKRA ART"



**WORK SHOP ON EPC-2 DRAMA & ART
IN EDUCATION - "DHOKRA ART"**



NATIONAL FESTIVAL

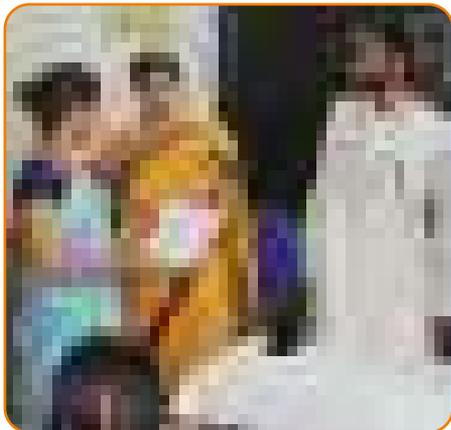


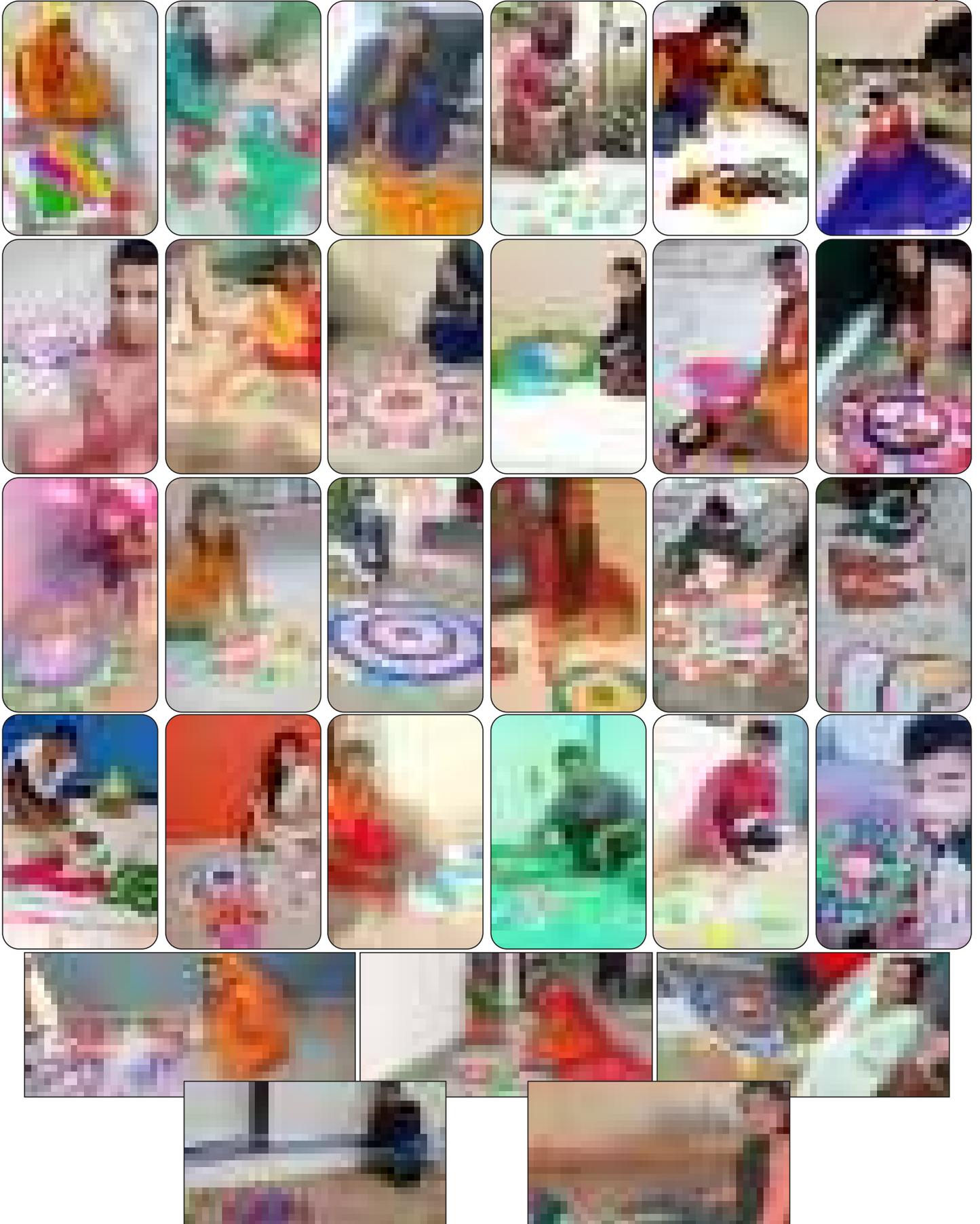
BASANT PANCHAMI











INDEX

1.

Faculty
Articles

**Page No.
01 - 28**

2.

Students Article

Page No. 29 to 67

Poetries	Jokes	Slogan
Page No. 68 - 78	Page No. 79 - 81	Page No. 82

3.

Ex-Students View & Visitors View

Page No. 83 - 88

KNM Reports
Page No. 89 - 98



**FACULTY
ARTICLES**



EDUCATION 2022-?



Dr. (Mrs.) Renu Gupta
M.A., M.Ed., Ph.D
Principal
Kamla Nehru Mahavidyalaya, BPL

As the third calendar year of the pandemic begins, 2022 promises to be an important one—especially for education. Around the world, education systems have had to contend with sporadic closures, inequitable access to education technology and other distance learning tools, and deep challenges in maintaining both student’s and teacher’s physical and emotional health. At the same time, not all of the sudden changes precipitated by the pandemic have been bad—with some promising new innovations, allies, and increased attention on the field of global education emerging over the past years. The past year also demonstrated weaknesses and inequalities inherent in remote learning. Virtual learning presents risks to social-emotional learning. Further, research suggests that academic progress during the pandemic slowed such that students demonstrated only 35 to 50 percent of the gains they normally achieve in mathematics and 60 to 68 percent in reading. The losses are not experienced uniformly, with children from under-resourced environments falling behind their more resourced peers. ***The key question is whether 2022 and the years ahead will lead to education transformation or will students, teachers, and families suffer long-lasting setbacks?***

More than ever, in 2022 it will be critical to focus on strengthening the fabric of our education system in order to achieve positive outcomes. As we look ahead to 2022, one continued challenge for many families is navigating the uncharted territory of supporting children’s learning with a growing number of school closures. But while the pandemic forced an abrupt slowdown in modern life, it also provided an opportunity to re-examine how we can prioritize learning and healthy development both in and out of school. Moreover, the cascading effects of the pandemic are disproportionately affecting families living in communities challenged by decades of discrimination and disinvestment—and are very likely to widen already existing educational inequities in worrisome ways.

The pandemic highlighted several trends in education that promise to be the focus of future policy and practice in 2022 and beyond: the importance of skills that supplement the learning of content, systemic inequities in education systems, and the role of digital technology in the education of the future. It has become increasingly clear that the memorization of content alone will not prepare children for the jobs and society of the future.

The past two years of the COVID pandemic have seen education systems struggle to find ways to continue schooling. Additionally, there have been other public health crises, natural

disasters such as earthquakes, floods, and severe storms, and wars and terrorism in different parts of the world that have gravely tested school system's ability to minimize the cost of catastrophes on students and teachers. Finding safer temporary learning places outside the school and using technologies such as radio, TV broadcasts, and online learning tools have helped, but quick fixes with little preparation are not effective approaches for sustaining and advancing learning gains.

The pace of digital transformation in the education sector has accelerated immeasurably over the past two years. Every stage of education, from primary to higher education as well as professional and workplace training, has undergone a shift towards online and cloud-based delivery platforms. Beyond that, the changing needs of industry and workforces have prompted a dramatic change in the relationship between adult learners and providers of further education, such as colleges and universities.

In the age of broadcast and digital technologies, there are many more ways to meet the challenges of future emergency situations, but life- and education-saving solutions must be part of the way school systems operate—built into their structures, their staffing, their budgets, and their curricula. By preparing for the emergencies that are likely to happen, we can persevere to reach learning goals for all children.

Going into year three of COVID-19, in 2022 it is to be seen, whether countries will transform their education systems or largely leave them the way they are. Will leaders of education systems tinker around the edges of change but mostly attempt a return to a pre-pandemic “normal,” or will they take advantage of this global rupture in the status quo to replace antiquated educational institutions and approaches with significant structural improvement?

In relation to this, one topic worth watching is that how countries treat their teachers. How will policymakers, the media, parents, and others frame teacher's work in 2022? In which locations will teachers be diminished versus where will they be defended as invaluable assets? How will countries learn from implications of out-of-school children (including social isolation and child care needs)? Will teachers remain appreciated in their communities but treated poorly in the material and political conditions of their work? Or will countries hold them dear-demanding accountability while supporting and rewarding them for quality work?

Teachers Returning to the Classroom Post COVID

This upcoming school year is unlike any other. For many teachers, this is the first time since March of 2020 that they will be in a classroom full of students. This crisis will have myriad effects on teaching and learning. Education experts predict that teachers will be dealing with the so-called “COVID slide”.

❖ ***Listen, Support and Validate Students*** - Months of isolation, loss, grief and uncertainty has taken a toll on the mental health of many students. Recently, nearly three in ten parents surveyed said their child was “experiencing harm to their emotional or mental health,” with 45 percent citing the separation from teachers and classmates as a “major challenge.” In addition, students may be experiencing a host of emotions, including anxiety Even if the

emotions are extreme, listening to students' concerns and expressing understanding and empathy can help provide students with support and validation.

❖ **Encourage and Provide Honest Reassurance-** Learning is difficult if you're anxiety-ridden. While it's essential to give anxious students initial assurances that returning to school is okay, offering blanket reassurance statements (e.g., everything will be fine; there is nothing to be worried about) can invalidate and create doubt and uncertainty. Instead, being open, honest and encouraging is a preferred approach. You may need to acknowledge the risks while emphasizing that precautions reduce those risks. You can empower students by giving them the tools to help them identify the problem and possible solutions, pick a solution and try it.

❖ **Model Good Coping Skills for Students-** Students look to their teachers as positive role models. How you handle your fears and stress and how you act throughout the day will impact how students assess their situations and react. Share your own experiences with anxiety and uncertainty, as well as your coping strategies, with students to help them feel less alone. In most cases, it's appropriate to be open and honest with students in a developmentally appropriate way if and when they ask tough questions about the future. That might include:

- Helping them understand that future school closures may be a possibility
- Acknowledging that their friends (or teachers) may become ill with COVID-19
- Being honest about other unpredicted stressful situations that may occur during the school year

It's okay to let students know these situations can be upsetting to think about, but that we can try to take things one day at a time and enjoy the current day rather than worry about what the future holds – especially when that future can be somewhat uncertain. These conversations can be challenging, but helping students develop an ability to be comfortable being uncomfortable may help them cope with future anxieties.

❖ **Take Care of Yourself and Know and Respect Your Limits-** Our own physical and mental well-being limits our capacity to support others. These past several months have been difficult for teachers, and you may be struggling to keep yourself healthy throughout all of this. You have to show yourself compassion as well as others. Make time to take care of yourself so you can help your students. If you're facing challenges that have led to substantial mental health problems for yourself, consider getting professional help rather than trying to manage it all on your own.

There's no question that this school year will be different and present unique challenges for educators, students and families. Preparation offers the best and most effective hope of meeting those challenges.

POSITIVE THINKING

“Keep your face always toward the sunshine-and shadows will fall behind you.”
—Walt Whitman



Mrs. Nidhi Karki Trihotri
Asst. Professor
Kamla Nehru Mahavidyalaya, BPL

Is your glass half-empty or half-full? How you answer this age-old question about positive thinking may reflect your outlook on life, your attitude toward yourself, and whether you're optimistic or pessimistic — and it may even affect your health.

Positive thinking doesn't mean that you ignore life's less pleasant situations. Positive thinking just means that you approach unpleasantness in a more positive and productive way. You think the best is going to happen, not the worst.

Positive thinking often starts with self-talk. Self-talk is the endless stream of unspoken thoughts that run through your head. These automatic thoughts can be positive or negative. Some of your self-talk comes from logic and reason. Other self-talk may arise from misconceptions that you create because of lack of information or expectations due to preconceived ideas of what may happen.

If the thoughts that run through your head are mostly negative, your outlook on life is more likely pessimistic. If your thoughts are mostly positive, you're likely an optimist — someone who practices positive thinking.

Identifying negative thinking

Not sure if your self-talk is positive or negative? Some common forms of negative self-talk includes:

- ❖ **Filtering.** You magnify the negative aspects of a situation and filter out all the positive ones. For example, you had a great day at work. You completed your tasks ahead of time and were complimented for doing a speedy and thorough job. That evening, you focus only on your plan to do even more tasks and forget about the compliments you received.
- ❖ **Personalizing.** When something bad occurs, you automatically blame yourself. For example, you hear that an evening out with friends is cancelled, and you assume that the change in plans is because no one wanted to be around you.
- ❖ **Catastrophizing.** You automatically anticipate the worst without facts that the worse will happen. The drive-through coffee shop gets your order wrong, and then you think that the rest of your day will be a disaster.
- ❖ **Blaming.** You try to say someone else is responsible for what happened to you instead of yourself. You avoid being responsible for your thoughts and feelings.
- ❖ **Saying you "should" do something.** You think of all the things you should do and blame yourself for not doing them.

- ❖ **Magnifying.** You make a big deal out of minor problems.
- ❖ **Perfectionism.** Keeping impossible standards and trying to be more perfect sets yourself up for failure.
- ❖ **Polarizing.** You see things only as either good or bad. There is no middle ground.

Focusing on positive thinking

You can learn to turn negative thinking into positive thinking. The process is simple, but it does take time and practice — you're creating a new habit, after all. Following are some ways to think and behave in a more positive and optimistic way:

Identify areas to change. If you want to become more optimistic and engage in more positive thinking, first identify areas of your life that you usually think negatively about, whether it's work, your daily commute, life changes or a relationship. You can start small by focusing on one area to approach in a more positive way. Think of a positive thought to manage your stress instead of a negative one.

- **Check yourself.** Periodically during the day, stop and evaluate what you're thinking. If you find that your thoughts are mainly negative, try to find a way to put a positive spin on them.
- **Be open to humour.** Give yourself permission to smile or laugh, especially during difficult times. Seek humour in everyday happenings. When you can laugh at life, you feel less stressed.
- **Follow a healthy lifestyle.** Aim to exercise for about 30 minutes on most days of the week. You can also break it up into 5- or 10-minute chunks of time during the day. Exercise can positively affect mood and reduce stress. Follow a healthy diet to fuel your mind and body. Get enough sleep and learn techniques to manage stress.
- **Surround yourself with positive people.** Make sure those in your life are positive, supportive people you can depend on to give helpful advice and feedback. Negative people may increase your stress level and make you doubt your ability to manage stress in healthy ways.
- **Practice positive self-talk.** Start by following one simple rule: Don't say anything to yourself that you wouldn't say to anyone else. Be gentle and encouraging with yourself. If a negative thought enters your mind, evaluate it rationally and respond with affirmations of what is good about you. Think about things you're thankful for in your life.

Positive thinking sounds useful on the surface. Most of us would prefer to be positive rather than negative. But, “positive thinking” is also a soft and fluffy term that is easy to dismiss. In the real world, it rarely carries the same weight as words like “work ethic” or “persistence”. But those views may be changing. Research is beginning to reveal that positive thinking is about much more than just being happy or displaying an upbeat attitude. Positive thoughts can actually create real value in your life and help you build skills that last much longer than a smile.

IMPACT OF COVID-19 ON EDUCATION



Mrs. Anju Saxena

Asst. Professor
Kamla Nehru Mahavidyalaya, BPL

As we know that due to corona virus pandemic the state government across the country temporarily started shutting down school and colleges. As per the present situation, there is an uncertainty when school and colleges will reopen. No doubt, this is the crucial time for education sector because entrance tests of several universities and competitive examinations are held during this period.

The immediate solution of corona virus is necessary or if like these, days pass then closure of schools and colleges does not even have short term impact in India but can even cause for reaching economic and societal consequences.

The close down of educational institutes has effected around 600 million learners across the world.

Measures taken by the educational institutes regarding COVID-19 are as follows:-

- Closed schools
- Postponed or rescheduled the examinations
- Cleaning and sanitisation of the premises

As discussed above, all major entrance examinations are postponed including engineering, medical, law, agriculture, fashion designing courses etc. This situation can be a ringing alarming bell mainly in private sector universities. May be some faculties and employees may face salary cuts. Bonuses and increments can also be postponed.

When talking about the impact of covid-19 on our education system-

- The lockdown has generated uncertainty over the exam cycle. Universities may face impact in terms of a slowdown in student's internship and placements.
- Lower fee collection can create hurdles in managing the working capital.
- It can also affect the paying capacity of several in the private sector.
- Students counselling operations are also affected.
- Technology may play an important role in the lockdown period like study from home and work from home. In India, some private schools may adopt online teaching methods. Low income private and government school may not be able to adopt online teaching methods. And as a result, there will be completely shut down due to no access to E-learning solution.
- Another major concern is employment. Students may have fear in their minds of withdrawal of job offers. We can't ignore that at this time of crisis effective educational practice is needed for the capacity building of young minds. Government needs to take some measures to ensure the overall progress in the country. Time never wait, this tough time will also pass.

Till then stay safe, stay at home!

आज का युग और ऑनलाइन शिक्षा



श्रीमती अंतिम अजमेरा
सहायक प्राध्यापक
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

ऑनलाइन शिक्षा प्रणाली को अपनाना ही अब एकमात्र विकल्प रह गया है। इस विकट परिस्थिति में राष्ट्रीय स्तर पर स्कूल, कॉलेजों और विश्वविद्यालयों ने जूम ऐप, गूगल क्लासरूम तथा और भी विभिन्न प्रकार के यू – ट्यूब, व्हाट्सऐप आदि को ऑनलाइन शिक्षण के माध्यम के लिए वैकल्पिक रूप से अपना लिया है। इसी संदर्भ में यदि हम हिमाचल प्रदेश को ही लें तो यहां भी सरकार शिक्षा व्यवस्था को सुचारु रूप से चलाने के लिए प्रतिबद्ध होकर अन्य राज्यों की तर्ज पर प्रयोग करने का भरसक प्रयास कर रही है। वहीं शिक्षक भी अपनी पूर्ण क्षमता और दक्षता का परिचय देते हुए ऑनलाइन पढ़ाई करवाने में जुटे हैं।

जिन लोगों के पास मोबाइल नहीं है, टेलीविजन या अन्य प्रकार की सुविधाएं नहीं हैं वे छात्र कुंठित हैं और जिनके पास हैं, वे पूर्ण लाभ उठाने से वंचित हैं। वास्तव में शिक्षाविदों को कोई भी योजना चलाने से पहले उसके फायदे तो देखने चाहिए, परंतु उससे होने वाले नुकसान का आंकलन पहले अनिवार्य रूप से कर लेना चाहिए।

ऑनलाइन शिक्षा के लाभ :-

1. ऑनलाइन कक्षा का मुख्य लाभ यह है कि इसमें छात्र कहीं से भी भाग ले सकता है।
2. यदि कोई छात्र किसी विषय को एक बार में नहीं समझ पाता है, तो वह इसे तब तक रिवाइंड कर सकता है जब तक कि वह इसका अर्थ समझ नहीं लेता।
3. कक्षाओं में, धीमी गति से लिखने वाले बच्चों के लिए ऑनलाइन शिक्षा बहुत फायदेमंद है।
4. स्कूल में छात्रों को अध्यापक की लिखने की गति से मेल बैठाना पड़ता है और हर समय चौकस रहना पड़ता है लेकिन ऑनलाइन क्लास जो कि आम तौर पर रिकॉर्ड किए गए वीडियो के रूप में उपलब्ध होती है उसे बीच में रोककर भी देखा या सुना जा सकता है।
5. किसी भी विषय या टॉपिक पर ज्ञान अर्जित कर सकते हैं।
6. मुफ्त में या कम कीमत पर अधिक पाठ्यक्रम उपलब्ध हैं।
7. यात्रा न करने से समय और पैसे दोनों की बचत होती है।

ऑनलाइन शिक्षा से हानियाँ :-

1. ऑनलाइन शिक्षण, किसी उपकरण को चलाना या संभालना नहीं सिखा सकता है, जैसे गिटार बजाना, कार चलाना ।
2. हम इंटरनेट पर एक रासायनिक प्रयोग नहीं कर सकते खासकर साइंस और सोशल साइंस के ।
3. स्कूल का माहौल न होने से कुछ बच्चों का पढ़ाई में मन नहीं लग पाता है ।
4. ऑनलाइन कक्षाओं से बच्चों की आँखों एवं स्वास्थ्य पर असर पड़ता है ।
5. सार्वजनिक रूप से बोलने के कौशल को और सीखने का स्तर तब और अधिक उन्नत होता है जब आप वास्तविक दुनिया में असली लोगों के साथ बैठते हैं ।
6. छोटे बच्चों के साथ अभिभावकों की अनिवार्यता उनका समय बर्बाद करती है ।
7. जिन लोगों के पास महंगे कम्प्यूटर और स्मार्टफोन नहीं हैं, वे शिक्षा की इस प्रणाली के साथ तालमेल नहीं बिठा पाते ।
8. आवासीय- परिसर प्रमाणीकरण दूरस्थ शिक्षा प्रमाणन से अधिक मूल्य रखता है ।
9. नेटवर्क संबंधी समस्या से कई बार ऑनलाइन क्लॉस असफल हो जाती है ।

ऑनलाइन शिक्षा प्रणाली का मूल्यांकन :-

हालाँकि, ऑनलाइन शिक्षा के फायदे बहुत हैं पर पारंपरिक कक्षा कुछ क्षेत्रों में अधिक व्यवहारिक है । ऑनलाइन क्लॉस वयस्क छात्रों के लिए अनुकूल हो सकती है, जो स्व-अनुशासित हैं, लेकिन बच्चों और किशोरों के लिए, पारंपरिक तरीके से स्कूल में जाकर पढ़ना ही बेहतर है । शिक्षा के मिश्रित मॉडल के साथ दोगुनी गति से हम अपने ज्ञान में वृद्धि कर सकते हैं ।

चोर से सहानुभूति

एक संत थे, उनके पास एक कीमती कम्बल था । एक दिन वह कम्बल कोई चुरा ले गया । कुछ दिन बाद संत ने बाजार में एक व्यक्ति को वही कम्बल एक दुकानदार को बेचते देखा । दुकानदार उस व्यक्ति से कह रहा था कि यह कम्बल तुम्हारा है या चोरी का, इस बात का क्या प्रमाण है ? अगर कोई सज्जन व्यक्ति आकर गवाही दे तो मैं यह कम्बल खरीद सकता हूँ ।

संत जी पास में खड़े थे । उन्होंने दुकानदार से कहा, “मैं इसकी गवाही देता हूँ । तुम इसे भुगतान कर दो ।” संत के शिष्यों ने उनसे पूछा कि आपने ऐसा क्यों किया ? तब संत ने कहा, “यह बेचारा बहुत गरीब है । गरीबी के कारण ही इसने ऐसा काम किया है । हमें हर स्थिति में गरीबों की मदद करनी चाहिए ।

संत के ये वचन सुनकर वह व्यक्ति उनके पैरों पर गिर पड़ा और फिर कभी चोरी न करने का वादा किया ।

निर्णय करने से पूर्व हमें परिस्थितियों को भी जरूर देखना चाहिए। ■

सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी

ICT- Information and Communication Technology



श्रीमती कीर्ति रघुवंशी

सहायक प्राध्यापक
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

सूचना और संचार प्रौद्योगिकी में बच्चों के, शिक्षकों के और अन्य के शिक्षण पर प्रभाव डालने की अपार क्षमता होती है और ये हमारे देश में शैक्षिक व्यवस्था के सामने आने वाली चुनौतियों में से कुछ को कम करने के नए और अधिक प्रभावी रास्ते उपलब्ध कराती है।

उद्देश्य :- सूचना और प्रौद्योगिकी (आई सी टी) के महत्व को मान्यता प्रदान करते हुए मानव संचार विकास मंत्रालय ने मिशन दस्तावेजों के अनुसार आई सी टी का प्रयोग शिक्षा में एक उपकरण की भांति किया है।

जिसका उद्देश्य उच्च शिक्षा में वर्तमान नामांकन की दर जो 15 प्रतिशत है को 11वी योजना की समाप्ति तक बढ़ाकर 30 प्रतिशत करना है।

इंटरनेट एक बहुत अधिक शक्तिशाली संसाधन है। एक विद्यालय में इंटरनेट तक पहुँच होने से शिक्षकों और छात्रों को ऐसे उपकरणों के उपयोग से बहुत लाभ प्राप्त हो सकते हैं जो कि ऑफलाइन सामग्री की अपेक्षा ज्यादा विस्तृत एवं लाभदायक हो सकते हैं। वर्तमान समय में आई सी टी को पाठ्यक्रम में सम्मिलित करने के लाभ अनेक हैं।

शिक्षकों का आई सी टी ज्ञान और कौशल:- सन् 2013 में सेन्ट्रल इंस्टीट्यूट ऑफ एजुकेशनल टेक्नोलॉजी ने शिक्षकों के लिए आई सी टी पाठ्यक्रम और प्रशिक्षण कार्यक्रम विकसित किये। जिससे पहचाना गया कि शिक्षकों को निम्नलिखित कौशलों में सक्षम होना चाहिए।

आई सी टी टूल्स, सॉफ्टवेयर एप्लिकेशंस और डिजिटल संसाधनों का प्रभावी उपयोग करने में।
आई सी टी के शिक्षण, सीखने और मूल्यांकन को एकीकृत करने में।

डिजिटल संसाधन प्राप्त, व्यवस्थित और तैयार करने में, शिक्षकों के नेटवर्क में भागीदारी करने में।

आई सी टी के उपयोग के व्यवहारिक, सुरक्षित, भौतिक और कानूनी रास्तों को जानने में।
कक्षाओं को अधिक सम्मिलित बनाने के लिए आई सी टी का उपयोग करने में।

सीखने के समर्थन के लिए आई सी टी का प्रयोग:— आई सी टी का प्रयोग शिक्षकों व छात्रों के सीखने के समर्थन हेतु किया जा सकता है। आप शिक्षकों के साथ मिलकर उनकी कक्षाओं में प्रयोग किए जाने के लिए ओ ई आर को प्राप्त व अनुकूलित करने हेतु प्रोत्साहित कर सकते हैं। जिन शिक्षकों के विषय ज्ञान में कुछ रिक्तता है, वे इंटरनेट पर बहुत सारे सहायक संसाधन प्राप्त कर सकते हैं जिसमें प्रश्नोत्तरी अनुकरण तथा उत्तर समेत प्रतिदर्श परीक्षा शामिल है। इंटरनेट के द्वारा, नेटवर्क में दूसरे शिक्षकों के साथ, संचार करने तथा प्रकाश डाले गए कौशलों को विकसित करने का अवसर मिल सकता है।

सूचना एवं प्रौद्योगिकी समर्पित शिक्षण और अध्ययन परीक्षा गणना और सूचनाओं के विश्लेषण के औजारों को प्रेरित करती है जिससे छात्रों के पास सवाल उठाने को मंच मिलता है और वे सूचना का विश्लेषण कर सकते हैं और नई सूचनाएँ गढ़ सकते हैं।

प्रौद्योगिकी के विभिन्न क्षेत्रों के अध्ययन के लिए मौजूद चीजों पर एक नजर—

- ❖ निर्देशात्मक प्रणाली
- ❖ ऑडियो, विजुअल और डिजिटल उत्पाद
- ❖ सॉफ्टवेयर और कंटेंटवेयर
- ❖ संपर्क के माध्यम
- ❖ मीडिया
- ❖ शैक्षणिक वेबसाइट

“सूचना युग” के शैक्षिक उद्देश्यों को साकार करने के लिए शिक्षा में सूचना और संचार प्रौद्योगिकी के आधुनिक रूपों को शामिल करने की आवश्यकता है। इसे प्रभावी तौर पर करने के लिए शिक्षा योजनाकारों, प्रधानाध्यापकों, शिक्षकों और प्रौद्योगिकी विशेषज्ञों के प्रौद्योगिकी, प्रशिक्षण, वित्तीय, शैक्षणिक और बुनियादी ढाँचागत आवश्यकताओं के क्षेत्र में बहुत से निर्णय लेने की आवश्यकता होगी।

अतः आई सी टी के वर्तमान तथा भविष्य की सुविधाओं को ध्यान में रखते हुए इसका पाठ्यक्रम में एक अनिवार्य स्थान है। आई सी टी क्षेत्र के द्वारा छात्रों तथा शिक्षकों के भी कार्यों में सरलता होती है। यह सभी कार्यों को आसान व सुगम तरीके से पूर्ण करता है। इसलिए पाठ्यक्रम में आई सी टी का एक उच्च स्थान है।

सिनेमा और रंगमंच का जीवन पर प्रभाव



श्रीमती पार्वती विश्वकर्मा
सहायक प्राध्यापक
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

सिनेमा और थिएटर का बहुत ही गहरा नाता है और एक लंबी लिस्ट थिएटर से सिनेमा में या दोनों में काम करने वालों की बनती है। सिनेमा मुख्य रूप से दृश्यों का माध्यम माना जाता है इसलिए कोई भी कथा परदे यानि स्क्रीन पर दिखाये जाने के लिए विजुअल की मांग करती है। आज के आधुनिक जमाने में सिनेमा का हमारे जीवन पर बहुत प्रभाव बढ़ गया है। अब हर दिन नये- नये मल्टीप्लेक्स, मॉल्स खुल रहे हैं जिसमें हर हफ्ते नई- नई फिल्में दिखाई जाती हैं। इंटरनेट तकनीक सुलभ हो जाने से और नये- नये स्मार्टफोन आ जाने की वजह से आज हर बच्चा, बूढ़ा या जवान अपने मोबाइल फोन में ही सिनेमा देख सकता है आज हम अपने टीवी, कम्प्यूटर, लैपटॉप, फोन में सिनेमा देख सकते हैं।

सिनेमा का जीवन पर प्रभाव :-

भारत में सिनेमा की शुरुआत 1913 में हुई थी जब पहली बार राजा हरिश्चंद्र पर "हरिश्चंद्र" नामक मूक फिल्म बनाई गयी थी। पहली बोलती फिल्म "आलमआरा" का निर्माण 1931 में किया गया था।

सिनेमा से लाभ :-

1. इससे फटाफट मनोरंजन मिलता है। मनोरंजन के अन्य साधनों जैसे किताब पढ़ना, खेलना, घूमना आदि में सिनेमा देखना सबसे सरल साधन है। एक अच्छी फिल्म देखकर हम अपनी मानसिक थकावट को दूर कर सकते हैं।
2. भारतीय संस्कृति और परम्परा को सिनेमा के माध्यम से दर्शाया जाता है। जैसे हाल में ही बनी "पद्मावत" फिल्म। इस तरह से हमें अपने देश के महान लोगों और स्वतंत्रता सेनानियों के बारे में पता चलता है।
3. सिनेमा के द्वारा सामाजिक बुराईयां जैसे दहेज, रिश्वत, बाल- विवाह, सती- प्रथा, कुपोषण, भ्रष्टाचार किसानों की दुर्दशा, जातिवाद, छुआछूत, बालमजदूरी आदि पर फिल्म बनाकर जनमानस को जागरूक किया जा सकता है।
4. विभिन्न देशों की संस्कृतियों, धर्म और समाज के बारे में जानकारी मिलती है।

सिनेमा से होने वाली हानियाँ :-

1. कई बार सिनेमा में धूम्रपान, शराब पीने जैसे दृश्य दिखाये जाते हैं जो बच्चों और युवाओं के कोमल मन पर बुरा असर डालते हैं। बच्चा हो या युवा देखकर ही सीखते हैं। इसी तरह से वे कई बुरी बातों को सीख जाते हैं।
2. आजकल के विद्यार्थी अपनी पढ़ाई सही तरह से नहीं करते हैं। उनको सिनेमा देखने की बुरी लत लगी हुई है। कई विद्यार्थी स्कूल जाने का बहाना बनाकर सिनेमा देखने चले जाते हैं। इस तरह से उनकी पढ़ाई का बहुत नुकसान होता है।

किस तरह के सिनेमा का निर्माण होना चाहिये :-

1. जो बच्चों, युवाओं को अच्छी शिक्षा दें
2. समाजिक कुरीतियों व बुराइयों को दूर करें
3. शिक्षा का प्रसार करें
4. देश को अच्छी राह पर लेकर जायें

निष्कर्ष :-

किसी भी चीज के 2 पहलू होते हैं। अगर सिनेमा का अच्छा पहलू है तो बुरा पहलू भी है। इसलिए फिल्म निर्माताओं को चाहिए की अच्छे सिनेमा का निर्माण करें। ऐसी फिल्में न बनायें जिससे बच्चों, युवाओं का मानसिक, नैतिक और चारित्रिक पतन हो।

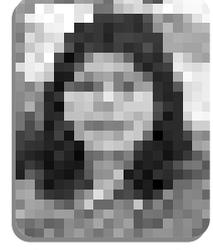
रंगमंच का जीवन पर प्रभाव :-

- ❖ रंगमंच की दुनिया भी कैसी होती है वहाँ लोग उसका अभिनय करते हैं जो वे वास्तविक जीवन में नहीं होते।
- ❖ उनका अभिनय यह बताता है कि एक मनुष्य कितने ही रूप धारण कर सकता है या कि एक मनुष्य में कितनी संभवनाएँ हो सकती हैं।
- ❖ नाटक एक कला है जो अन्य कलाओं कि तुलना में जीवन के ज्यादा करीब है।
- ❖ नाटक सबके लिए है नाटक एक खेल है पर फिर भी जीवन से जुड़ा हुआ है कुछ भी ना हो हमारे पास न मंच ना परदा न साज न सज्जा पर तब भी नाटक खेला जा सकता है।
- ❖ नाटक विशुद्ध रचनात्मक प्रक्रिया है नाटक विचार है परदे के उठने और गिरने के मध्य जो मंच पर घटता है वह यह झलक दिखाता है कि "जीवन में माया का बहुत बड़ा प्रभाव हो सकता है"

निष्कर्ष :-

इस प्रकार रंगमंच और सिनेमा समाज में मनोरंजन के दो प्रमुख साधन हैं जिनके द्वारा प्रत्येक व्यक्ति सामाजिक क्रियाकलापों, घटनाओं, अपने इतिहास, परंपराओं आदि को बहुत नजदीक से समझ पाता है और अपने खाली समय में अपना मनोरंजन भी कर पाता है।

आदतें, मानव व्यक्तित्व की आधारशिला



डॉ. श्रीमती अनुपमा पुरोहित
सहायक प्राध्यापक
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

व्यक्ति के चरित्र और व्यक्तित्व दोनों के निर्माण में अच्छी आदतें बहुत ही महत्वपूर्ण होती हैं। आदतों का निर्माण किसी भी व्यक्ति के जीवन में बचपन से आरंभ हो जाता है और यह आदतें जीवन के अन्त तक हमारे साथ रहती हैं। यदि व्यक्ति को अपने जीवन को बेहतर बनाना हो तो अच्छी आदतों का होना अत्यंत आवश्यक है। अच्छी आदतें किसी भी व्यक्ति को उसके जीवन में, उसकी पढ़ाई, कैरियर और निजी जीवन को निरंतर अच्छा बनाने में मदद करती हैं वहीं दूसरी तरफ कोई अन्य व्यक्ति बुरी आदतों के साथ चाहे वो कितना भी प्रभावी हो, एक दिन अपनी सफलताओं को खो देता है। मनोवैज्ञानिकों द्वारा आदत को परिभाषित करते हुए कहा गया है कि “आदत वह अर्जित अनुभव है जो व्यवहार परिवर्तन से आता है। आदत क्रियाओं का एक प्रतिरूप है जो व्यक्ति और उसकी दशाओं की निरन्तरता से प्रमुख एवं नियत रूप से होती है।” किसी भी आदत का निर्माण हो जाने के बाद किसी भी कार्य को करने में ज्यादा सोच-विचार की आवश्यकता नहीं पड़ती। बार-बार किया गया कार्य आदत बन जाता है विश्व का प्रत्येक कार्य व्यक्ति की आदतों द्वारा ही चलता है।

माता- पिता तथा अध्यापकों की यह इच्छा रहती है कि बालकों में अच्छी आदतों का निर्माण हो यह सत्य है कि आदत के निर्माण में घर का वातावरण अत्यधिक महत्वपूर्ण होता है। कुछ आदतों का निर्माण समुदाय तथा विद्यालयों में होता है। मनोवैज्ञानिकों का मत है कि आदतों का निर्माण पुनरावृत्ति से होता है जब भी हम किसी कार्य या व्यवहार को एक पेटर्न के रूप में करने लगते हैं तो उसे ही आदत कहा जाएगा।

यदि हम परिवार की बात करें तो शिशुओं में आदतों का निर्माण परिवार का दायित्व है किंतु विद्यालय में जाने पर बच्चों की आदतों का निर्माण अध्यापक के हाथ में होता है। जब कार्य का उद्देश्य स्पष्ट होता है तो आदत बनने में सरलता होती है इसलिए अध्यापकों को चाहिये कि वह छात्रों में उद्देश्य स्पष्ट करने की अभिप्रेरणा का विकास करें। आदतों के निर्माण में दृढ़ संकल्प की भी अपनी भूमिका होती है जैसे – किसी विद्यार्थी द्वारा यह संकल्प ले लिया जाए कि वह प्रातः उठ कर पढ़ाई करेगा या समय प्रबंधन का बहुत ध्यान रखेगा तो आगे जाकर यह दृढ़ संकल्प आदत बन जाती है अतः अध्यापकों को भी यह ध्यान रखना चाहिए कि वह छात्रों में जिस

भी नई आदत का निर्माण कराना चाहते हैं उसके लिए सर्वप्रथम छात्रों में दृढ़ संकल्प की भावना को उत्पन्न करें। यही संकल्प बच्चों के कार्य करने की इच्छाशक्ति को विकसित करता है जो बाद में जाकर आदत बन जाती है।

आदतों का निर्माण किसी एक दिन में संभव नहीं होता है, इसके लिए दृढ़ संकल्प और समय के साथ-साथ क्रियात्मकता भी योग देती है क्योंकि मात्र किसी भी कार्य का दृढ़ संकल्प कर लेना ही आदत का निर्माण नहीं करता बल्कि इसके साथ इस संकल्प को कार्य रूप में परिणित क्रियात्मकता के द्वारा ही किया जा सकता है।

अभ्यास और संलग्नता भी दो ऐसे कारक हैं जो आदतों के निर्माण में अपना सहयोग देते हैं। क्योंकि किसी भी चीज को सीखना हो तो अभ्यास और लगन दोनों ही पक्ष जरूरी हो जाते हैं।

सामान्यतया आदतों को दो भागों में बांटा जा सकता है। (1) अच्छी आदतें (2) बुरी आदतें

जिन आदतों को समाज की स्वीकृति मिल जाती है वे अच्छी आदतें कहलाती हैं और जिन्हें समाज अच्छी आदतें नहीं समझता और अस्वीकृत कर देता है वे बुरी आदतें समझी जाती हैं कुछ बुरी आदतें हैं जैसे— झूठ बोलना, चोरी करना, काम न करना, स्कूल से भागना, डींगे हांकना, देर से उठना, गाली देना, परनिन्दा, धूम्रपान, चुगली, सताना, आवारागर्दी, अकारण गुस्सा, यौन सम्बन्धी आदतें, दाँतों से नाखून चबाना, ईर्ष्या, दीवारों पर गन्दी बातें लिखना दूसरों पर अभद्र टिप्पणी करना, मादक द्रव्यों का सेवन, जिद करना आदि। ये सभी आदतें आजकल की पीढ़ी में ज्यादातर देखी जा रही हैं जो सही नहीं हैं। इन सभी बुरी आदतों का परित्याग कुछ उपायों के माध्यम से किया जा सकता है जैसे— स्थानापन्नता अर्थात् किसी बुरी आदत का स्थान किसी अन्य आदत को दे दिया जाय या फिर वातावरण में परिवर्तन, आत्म निर्देशन, क्रमिक त्याग विधि, अभावात्मक विधि, अप्रत्यक्ष उपचार या पुरस्कार और दण्ड आदि के द्वारा हम इन बुरी आदतों को दूर करवा सकते हैं हालांकि यह कार्य इतना आसान नहीं होता फिर भी एक शिक्षक या माता-पिता इन उपायों द्वारा किसी भी बच्चे की बुरी आदतों को खत्म करने में उसकी मदद जरूर कर सकते हैं।

अतः यह तो स्पष्ट है कि आदत मानव व्यवहार का दूसरा रूप है अच्छी आदतों का निर्माण बालक के व्यक्तित्व और चरित्र को अच्छा बनाने में मदद कर सकता है जहां तक शिक्षा और आदतों का प्रश्न है तो शिक्षा निश्चित रूप से आदतों के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है इसलिए अध्यापक तथा विद्यालय की भूमिका आदतों के निर्माण में सर्वोपरि है अध्यापक को चाहिए कि उसके शिक्षण तथा व्यवहार का प्रभाव बालकों में अच्छी आदतों का निर्माण करे। अच्छी आदतों द्वारा अधिगम के मार्ग में आने वाली अनेक कठिनाइयों को हल किया जा सकता है क्योंकि अच्छी आदतों के निर्माण से किसी कार्य को करने में समय तथा शक्ति की बचत होती है साथ ही समायोजन की शक्ति भी उत्पन्न की जा सकती है। बड़ों का सम्मान, सत्य बोलना,

समय पर कार्य, मृदुभाषण, कक्षा में ठीक ढंग से आना, साफ-सफाई आदि की आदतों का विकास समाज में समायोजन की क्षमता उत्पन्न करता है।

बच्चों की आदतों के संदर्भ में मेरे द्वारा किए गए एक सर्वे में मैंने पाया कि सभी अभिभावकों की यही शिकायत एवं परेशानी है कि जो आदतें उन्होंने बचपन से उन्हें सिखायी थी किशोरावस्था में आते ही बच्चे अपनी मनमानी करने लगते हैं और अपने हिसाब और मर्जी से कार्य करने लगते हैं। ऐसे अभिभावकों के लिए मैं यही कहना चाहूँगी कि हमने बच्चों को सही एवं गलत का ज्ञान करवा दिया है और उन्हें सही आदतें भी सिखा दी हैं पर मुझे ऐसा लगता है कि किशोरावस्था जब आती है तो वो अपने साथ कुछ परेशानियाँ और समस्याएँ भी लाती है और किशोर एक स्वतंत्र और स्वच्छंद जीवन चाहता है इसीलिए वह अपने अभिभावकों की बात नहीं मानता जैसे ही वे किशोरावस्था से थोड़ा आगे की अवस्था में जाएँगे और अपने जीवन एवं कैरियर में व्यवस्थित होंगे, जो आदतें बचपन में सिखायी गयी हैं जो उन्होंने आत्मसात की हैं निश्चित रूप में वे स्वतः उन्हें फिर से अपनाकर अपने आप को अपने जीवन में समायोजित कर लेंगे।

इस लेख के माध्यम से मैं सभी विद्यार्थियों, अभिभावकों से यह कहना चाहती हूँ कि चरित्र आदतों का ही पुंज माना जाता है जैसी आदतें बच्चों में डाली जाएंगी वैसा ही चरित्र का निर्माण होगा अतः सभी के प्रयासों से बच्चों में अच्छी आदतों का विकास किया जाना चाहिए बालक के मस्तिष्क को कोरी स्लेट (Tabula Rasa) माना गया है हम चाहें तो उस पर अच्छा लिख दें या बुरा इसलिए जन्म से ही बच्चों में अच्छी आदतें, संस्कार डालें जो उसके भविष्य को उज्ज्वल बनाने में उसकी मदद करेंगे।

नम्र बनो, कठोर नहीं

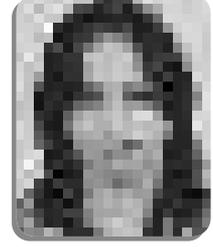
एक संत मृत्युशैया पर थे। उन्होंने अपने शिष्यों को अंतिम उपदेश के लिए अपने पास बुलाया। उन्होंने शिष्यों से कहा, “जरा मेरे मुँह में देखो कितने दांत शेष बचे हैं? शिष्यों ने बताया “महाराज आपके दांत तो कई वर्ष पहले ही टूट चुके हैं। अब तो एक भी नहीं बचे।

संत ने कहा, “अच्छा देखो जीभ है या वह भी नहीं है।” शिष्यों ने बताया कि जीभ तो है। तब उन्होंने शिष्यों से पूछा, “यह तो बड़े आश्चर्य का विषय है जीभ तो दांतों से पहले से ही मौजूद है। दांत तो बाद में आये थे। जो बाद में आये उनको बाद में जाना भी चाहिए था फिर ये पहले कैसे चले गए?”

शिष्यों के पास इसका कोई उत्तर नहीं था। तब संत बोले, “ऐसा इसलिए क्योंकि जीभ बहुत मुलायम अर्थात् विनम्र है, इसलिए अभी तक मौजूद है। जबकि दांत बहुत कठोर थे। इसलिए पहले चले गए।”

अगर इस संसार में अधिक समय तक रहना है तो नम्र बनो, कठोर नहीं।■

SMILE



Dr. Saba Akhlaq

Asst. Professor

Kamla Nehru Mahavidyalaya, BPL

We all know that Smile costs nothing. I would extend the sentence and say smile costs nothing but generates profit. People always under estimate the power of smile. Now a days people have become stingy in using this great wealth of smiles.

Smiling is a sharing of positive energy – a simple sharing of goodwill towards other and receiving their goodwill back to you. The sharing of smiles can take place even in the saddest period of time. I have learn never to underestimate the power of smile. I remember after my father's demise, I thought I would never smile again as I took years to forget my mother. Some how I just carry fake smile on my face but after five months I met with an accident. My life seems to be shattered. But when I joined my work place lots of love poured on me from my colleagues and I found myself smiling with appreciation for the compassion and loving support shared with me from people surrounded me.

It is easy to take smile for granted. Sometime we smile out of habit without any real feeling behind it. We have seen fake smile – the mouth may shaped like a smile but there is no light in the eyes. When a person slow down, they may find themselves smiling for no reason other than to be alive.

When I am talking of smile, the most beautiful and contagious is a baby smile. Parents are very excited by their baby's first smile and they shared with their relatives and friends. Smile brings joy and happiness. If you wish to bring more beauty into this world with your smiles, not only does it feel good, but it also develop closer connection to others and creates a sense of well – being and happiness. And I have found this to be a worthwhile practice on many occasions, especially when I am sad.

So, to inculcate the habit of smiling, start your day by looking in the mirror and smile at yourself. In addition, greet each person with a smile, from your eyes and heart as well. Always notice the smiles around you. The more smile you see, the more you will find yourself smiling. Smile at your humanness and on your willingness, to bring some happiness to your day. I conclude by saying use your smile to change the world. Don't let the world change your smile. Because smiling face is a beautiful face and a smiling heart is a happy heart.

डिजिटल क्रांति- वेब और स्क्रीन रीडिंग का वर्तमान प्रभाव



श्रीमती शालिनी गुप्ता
सहायक प्राध्यापक
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

वैज्ञानिक अविष्कारों ने मानव जीवन के प्रत्येक पक्ष को प्रभावित किया है। इससे हमारी शिक्षा भी अछूती नहीं रह सकी है। वर्तमान में हम जो पढ़ते हैं, उसका दायरा केवल छपी हुई किताबों तक सीमित नहीं है। हमारे पठन में बहुत बड़ा हिस्सा डिजिटल टेक्स्ट का भी है। शिक्षण एवं पठन की प्रक्रिया में शिक्षण मशीनों, रेडियो, टेलीविजन, टेपरिकार्डर, ग्रामोफोन, कम्प्यूटर, मोबाइल, स्मार्ट बोर्ड तथा भाषा प्रयोगशाला आदि का प्रयोग किया जाने लगा है। डिजिटल टेक्स्ट हमारी आदत में शामिल हो गया है। इसका मुख्य कारण है— इंटरनेट का व्यापक प्रसार और सोशल मीडिया की जनप्रियता। भारत में 4-जी की आमद के बाद से वेब-रीडिंग का जो विस्फोट हुआ है, उसे इस तरह समझा जाना चाहिए कि लोगों में पढ़ने-लिखने की भूख कितनी ज्यादा है।

पहले लोगों को डिजिटल पढ़ने की इच्छा तो थी लेकिन उनके पास कोई प्लेटफॉर्म उपलब्ध नहीं था। फेसबुक ने लोगों को यह प्लेटफॉर्म उपलब्ध कराया। इससे पहले ब्लॉग ने डिजिटली पढ़ने की अलख तो जगाई थी, लेकिन फेसबुक ने अपनी पोस्ट में असीमित शब्द-संख्या में लिखने की सुविधा प्रदान की, तो ब्लॉक पृष्ठभूमि में चले गये और एक बड़ा जन-समूह इस लोकप्रिय डिजिटल स्लेट पर अपने विचार प्रस्तुत करने लगा, इससे ई-बुक इंडस्ट्री में जान आ गई। हिन्दी भाषी क्षेत्र में भी लोग डिजिटल रीडिंग के लिए तैयार होने लगे, जिससे प्रकाशकों ने अपने वेबसाइट नए सिरे से अपडेट किए, प्रिंट के साथ पुस्तकों के ई-संस्करण को विक्रय के लिए प्रस्तुत किया और जिन किताबों को उन्होंने ई-बुक में लाया था, उनका जिक्र प्रकाशक अपने कैटलॉग में करने लगे। अनेक लेखक जिनकी किताबें कुछेक सौ प्रति छपकर बीती बात हो गई थीं, डिजिटल टेक्स्ट की आमद और वहाँ सक्रियता के बाद पुनः चर्चा में आने लगीं। डिजिटल टेक्स्ट के कारण उनकी किताबों और लेखन को एक नया जीवन मिल गया।

डिजिटल टेक्स्ट की जनप्रियता बढ़ने का एक सकारात्मक परिणाम यह भी आया कि पारम्परिक पढ़ने वालों को वे लेखक भी मिले, जिन्हें प्रिंट की दुनिया बरसों-बरस सही से पहचानने को भी तैयार नहीं थी। आज हिन्दी लेखक की प्रिंट और डिजिटल दोनों दुनियाओं में पूछ बढ़ रही है क्योंकि उसका रीडर-बेस बढ़ा है। यह इसलिए हो रहा है, क्योंकि उसके टेक्स्ट को पढ़ने वाले लोग बदल रहे हैं। ये नए माध्यमों से जुड़े हुए पाठक हैं। आजकल के युवा अपनी सहूलियत के अनुसार पढ़ते हैं। अब इनके पास किताबें कैरी करने के लिए कई एप उपलब्ध हैं। पारम्परिक

पाठकों के लिए छपी हुई किताब को पढ़ना सुख है, तो नए दौर के पाठकों के लिए डिजिटल टेक्स्ट पढ़ना, उसे मार्क और शेयर करना एक कूल आइडिया है।

डिजिटल टेक्स्ट उपलब्ध कराने वाले संस्थानों को ऐसे उपक्रम शुरू करने चाहिए, जिससे लेखक और पाठक में परस्पर संवाद बढ़े। इस दिशा में पहला कदम यह हो सकता है कि लेखकों को सही मानदेय देकर डिजिटल टेक्स्ट का मौलिक प्रकाशन किया जाय। दूसरा और सबसे जरूरी कदम है—उस टेक्स्ट को पाठकों के लिए कम खर्च पर या मुफ्त में उपलब्ध कराना। वास्तव में लेखकों के डिजिटल कॉपीराइट को लेकर हिन्दी प्रकाशन जगत में अभी भी स्पष्टता नहीं है। अब वह जमाना गया, जब प्रिंट के प्रकाशक 'सर्वाधिकार सुरक्षित' के नाम पर टेक्स्ट गिरवी रख लेते थे। आज का लेखक डिजिटल रीडिंग के महत्व से परिचित हो रहा है। वह अपने अधिकारों के प्रति भी सजग है। उसके लिए लेख का छप जाना ही सबसे बड़ी उपलब्धि नहीं है। आज उसके लेखन के लिए ऑडियो, रेडियो, वेब सीरीज, फिल्म ही नहीं, अनुवाद आदि की भी विपुल संभावनाएँ हैं। ऐसे में वह अपने तमाम कॉपीराइट एक जगह पर रखना नहीं चाहेगा। इस अभिलाषा को समझकर डिजिटल टेक्स्ट की पाठकों तक पहुँच और उससे होने वाली लेखक, प्रकाशक की आमदनी की वर्तमान तस्वीर को बदला जा सकता है।

मन की शांति

सेठ अमीरचंद के पास अपार धन दौलत थी। उसे हर तरह का आराम था लेकिन उसके मन को शांति नहीं मिल पाती थी। हर पल उसे कोई न कोई चिंता परेशान किये रहती थी। एक दिन वह कहीं जा रहा था तो रास्ते में उसकी नजर एक आश्रम पर पड़ी। वहाँ उसे किसी साधु के प्रवचनों की आवाज सुनाई दी। उस आवाज से प्रभावित होकर अमीरचंद आश्रम के अन्दर गया और बैठ गया।

प्रवचन समाप्त होने पर सभी व्यक्ति अपने-अपने घर चले गये। लेकिन सेठ वहीं बैठा रहा। उसे देखकर संत बोले, "कहो, तुम्हारे मन में क्या जिज्ञासा है, जो तुम्हें परेशान कर रही है।" इस पर अमीरचंद बोला "बाबा, मेरे जीवन में शांति नहीं है।" यह सुनकर संत बोले "घबराओ नहीं तुम्हारे मन की सारी अशांति अभी दूर हो जायेगी।" तुम आंखे बन्द करके ध्यान मुद्रा में बैठो। सेठ जैसे ही ध्यान मुद्रा में बैठा त्यों ही उसके मन में इधर-उधर की बातें घूमने लगीं और उसका ध्यान उचट गया। यह देखकर संत बोले 'चलो, जरा आश्रम का एक चक्कर लगाते हैं।'

इसके बाद वे आश्रम में घूमने लगे। अमीरचंद ने एक सुंदर वृक्ष देखा तथा उसे हाथ से छुआ। हाथ लगाते ही उसके हाथ में एक कांटा चुभ गया और सेठ वहाँ बुरी तरह चिल्लाने लगा यह देखकर संत वापस अपनी कुटिया में आए एवं उनके कटे हुए हिस्से पर लेप लगाया। कुछ देर बाद वह सेठ से बोले, 'तुम्हारे हाथ में जरा—सा कांटा चुभा तो तुम बेहाल हो गए।' सोचो कि जब तुम्हारे अन्दर, ईर्ष्या, क्रोध व लोभ जैसे बड़े-बड़े कांटे छिपे हैं, तो तुम्हारा मन भला शांत कैसे हो सकता है? संत की बात से सेठ अमीरचंद को अपनी गलती का अहसास हो गया। वह संतुष्ट होकर वहाँ से चला गया। उसके बाद सेठ अमीरचंद ने कभी भी ईर्ष्या नहीं की, क्रोध का भी त्याग कर दिया।

ईर्ष्या, घृणा, द्वेष ये सभी बुराईयां मनुष्य को नरकगामी बनाती हैं। इनसे हमेशा दूर रहें। ■

युवाशक्ति एवं आत्मनिर्भर भारत



डॉ. श्रीमती अनीता विश्वकर्मा
सहायक प्राध्यापक
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

“उठो, जागो और तब तक नहीं रुको जब तक लक्ष्य ना प्राप्त हो जाये।”

(स्वामी विवेकानंद)

आँखों में वैभव के सपने, मन में तूफानों सी गति हो। ऐसे ही हृदय से उठते हुए ज्वार, परिवर्तन की ललक, अदम्य साहस, स्पष्ट संकल्प लेने की चाहत का नाम है युवावस्था। दुनिया की कोई भी विचारधारा युवा शक्ति के बिना सशक्त नहीं बन सकती।

विश्व में भारत सबसे ज्यादा युवा आबादी वाला देश है भारत में कामकाजी व्यक्तियों की संख्या सबसे अधिक है इस प्रकार विशाल भारत के समग्र समावेशी विकास के लिए कामकाजी व्यक्तियों की विशाल जनसंख्या की आवश्यकता होगी।

अतः भारत को एक युवा राष्ट्र कहा जा सकता है। युवा आज आर्थिक विकास और राष्ट्रीय अर्थव्यवस्था के लिए मेरुदण्ड सिद्ध हो रहे हैं और अतीत में भी भारत विश्वगुरु की उपाधि से विभूषित रहा है। स्वामी विवेकानन्द ने कहा था कि व्यक्ति जो बाल्यकाल में सीखता है उसका कुछ न कुछ प्रभाव जीवन पर्यन्त उसके मस्तिष्क में अवश्य रहता है जो कि उसके आचरण में परिलक्षित होता है एक सफल व्यक्ति अपने कौशल को बढ़ाने में कोई भी मौका जाने नहीं देता है।

आत्मनिर्भर भारत का अर्थ है कि देश में आयात की निर्भरता कम होना और देश में जिन वस्तुओं का उत्पादन व मात्रा अधिक है उनका एक बड़ा निर्यातक देश बनना। विभिन्न समाज-शास्त्रियों के मतानुसार भारत आज आर्थिक व सामाजिक रूप से महाशक्ति बनता जा रहा है।

विश्वस्तर पर श्रेष्ठ प्रदर्शन करके भारत को आत्मनिर्भर बनाने के लिए अपने स्थानीय उत्पादों को बढ़ावा देना व स्वदेशी सामानों को खरीदने पर जोर देना होगा जिससे हम अपने देश के

अन्दर रोजगार बढ़ाने और विदेशी निर्यात को बढ़ाने में भी देश का सहयोग कर सकें। प्रधानमंत्री ने भी देश को आत्मनिर्भर बनाने के लिए पांच स्तंभों इकोनामी, इंफ्रास्ट्रक्चर, सिस्टम, डेमोग्राफी, डिमोड पर जोर दिया है इन पांच स्तम्भों पर आत्मनिर्भर भारत का गौरवशाली ढांचा खड़ा होगा जिसमें देश की युवाशक्ति की अहम् भूमिका होगी।

आज का युवा कल के राष्ट्र की स्थिति को आकार देता है इसलिए युवाओं को पर्याप्त अवसर देकर उनकी शक्ति और क्षमता का पूरा उपयोग किया जाना चाहिए। हमारे देश का प्रत्येक युवा हमारे देश का भविष्य है जो कि अपने देश की प्रगति और विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं।

आज के नौजवानों से हमारा यह आवाहन है कि आप कोई भी कार्य करें चाहे शिक्षा के क्षेत्र में हो, खेल के क्षेत्र में हो या कला एवं मनोरंजन के क्षेत्र में हो आपको निष्ठावान एवं चरित्रवान बनना पड़ेगा और किसी भी महान कार्य को करने के लिए कठिन परिश्रम, समय एवं निरन्तर प्रयास की आवश्यकता होती है ईमानदारी, सच्चाई, सफाई और पवित्रता एक युवाशक्ति की पहचान होती है जिसमें परिवार के प्रति उत्तरदायित्व अपने धर्म व संस्कृति की रक्षा करना व समाज की मर्यादा, संस्कार आदि का ज्ञान प्राप्त होना शामिल है जिससे समाज व परिवार के प्रति जिम्मेदारी की भावना का संचार होता है। युवाओं का कर्तव्य है कि अपने से बड़ों का सम्मान करें, अपने साथ के भाई-बहनों से सामंजस्य व सहयोगपूर्ण व्यवहार हो तथा अपने से छोटे भाई-बहनों का मार्गदर्शन व प्यार की भावना हो।

वर्तमान समय बहुत ही कठिनाई वाला है इसमें पश्चिमोत्तर देशों का प्रभाव बहुतायत से फैल रहा है जिसमें स्वार्थ, आगे बढ़ने की होड़ तथा अपने से बड़े लोगों की इज्जत में कमी होती जा रही है और छोटे भाई- बहनों से परस्पर सहयोग का अभाव होता जा रहा है, मानवता का स्तर गिरता जा रहा है जिसकी समय के साथ भरपाई जरूरी है और यह कार्य बेहतर तरीके से बड़े लोगों के द्वारा समझाइश द्वारा संभव है तथा इसमें युवा पीढ़ी का योगदान भी आवश्यक है तभी देश का विकास संभव है।

“आज्ञा पालन करो। सत्य, मनुष्य, जाति और अपने देश के पक्ष पर सदा के लिए अटल रहो और तुम संसार को हिला दोगे। याद रखो व्यक्ति और उसका जीवन ही शक्ति का स्रोत है, इसके सिवाय अन्य कुछ भी नहीं।”

(स्वामी विवेकानंद)

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा शिक्षक-शिक्षा 2009

National Curriculum Frame Work Teacher Education- NCFTE 2009



डॉ. श्रीमती रेखा पिसाल
सहायक प्राध्यापक
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा-शिक्षक शिक्षा को समझने से पहले हमें राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा NCF को समझना जरूरी है। शिक्षा- बिना बोझ के 1993, राष्ट्रीय शिक्षा नीति 1986-92 को NCF का आधार माना जाता है।

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (NCF) 1975, 1988, 2000 के संशोधित रूप 2005 के दस्तावेज का आरंभ श्री रवीन्द्रनाथ के निबन्ध-“सभ्यता और प्रगति” के एक उद्धरण से होता है जिसमें कविगुरु हमें याद दिलाते हैं कि सृजनात्मकता और उदार आनंद बचपन की कुंजी है और नासमझ वयस्क संसार की विकृति के लिए खतरा है।

आज हमारे देश में तकरीबन 10 लाख स्कूलों में 2025 लाख बच्चों को पढ़ाने का काम लगभग 55 लाख शिक्षक कर रहे हैं। और इन्हीं शिक्षकों के हाथ में हमारे देश का भविष्य है अतः शिक्षक शिक्षा की पाठ्यचर्या की रूपरेखा को सुनिश्चित करना अतिआवश्यक हो जाता है।

NCF के मुख्य मुद्दे/कथन जैसे :- हमारे बच्चों को क्या पढ़ाया जाए और कैसे पढ़ाया जाए की ओर जनता का ध्यान ले जाना,

विशिष्टताओं से फर्क पड़ता है। विविधता की प्रशंसा की गई है।

मातृभाषा को अभिव्यक्ति का महत्वपूर्ण माध्यम माना है त्रि-भाषा फॉर्मूला पर जोर दिया गया है।

शिक्षा-शिक्षक केन्द्रित न होकर बाल केन्द्रित होने पर जोर दिया गया है।

बच्चों पर पाठ्यचर्या के बोझ को कम करने के लिए -योजना-शिक्षा बिना बोझ के -1993 को लाना।

हमें हमारे बच्चों में समझ का चस्का लगा देना चाहिए। जिससे प्राप्त ज्ञान का स्वाद हमारे बच्चों के वर्तमान को पूर्णतः सृजनात्मक और आनंदप्रद बना सके।

पाठ्यचर्या के निर्माण के मुख्य प्रस्ताव जैसे:- ज्ञान को स्कूल के बाहरी जीवन से जोड़ना, पढ़ाई रटन्त प्रणाली से मुक्त करना। छात्र के सार्वभौमिक विकास का लक्ष्य। परीक्षा को अपेक्षाकृत अधिक लचीला बनाना और कक्षा गतिविधियों से जोड़ना।

(CCF) - एक ऐसी कक्षा व्यवस्था का विकास हो जिसमें प्रजातान्त्रिक व्यवस्था और राष्ट्रीय

हितों की चिन्ताएँ समाहित हों।

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा शिक्षक शिक्षा 2009

National Curriculum Framework Teacher Education (NCFTE-2009)

निःशुल्क एवं अनिवार्य बाल शिक्षा अधिकार 2009 लागू होने के बाद शिक्षा व्यवस्था में परिवर्तन देखने को मिला। इस अधिनियम के लागू होने के बाद देश में प्राथमिक विद्यालयों में प्रशिक्षित शिक्षकों की मांग अत्यधिक बढ़ गई। अतः प्रशिक्षित शिक्षकों की माँग पूरा करने के लिए भारत सरकार ने शिक्षक शिक्षा हेतु राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2009 प्रस्तुत की।

अध्यापक शिक्षा का अर्थ:- अध्यापक शिक्षा से अभिप्राय उन सभी औपचारिक क्रियाओं तथा अनुभवों का ज्ञान प्रदान करने से है जो किसी व्यक्ति को अध्यापक के उत्तरदायित्वों को प्रभावशाली ढंग से निर्वाह करने में समर्थ बनाती है। अध्यापक शिक्षा से अभिप्राय भावी व वर्तमान अध्यापकों के सर्वांगीण विकास से है। अध्यापक शिक्षा का कार्यक्रम अध्यापकों तथा सेवारत अध्यापकों के व्यक्तिगत, सामाजिक, नैतिक, व्यवसायिक तथा सांस्कृतिक विकास करके उन्हें अध्यापक के विभिन्न उत्तरदायित्वों को सफलतापूर्वक व प्रभावी ढंग से पूरा करने के योग्य बनाता है।

- 1 प्रो. मोहम्मद अख्तर सिद्धिकी की अध्यक्षता में राष्ट्रीय अध्यापक शिक्षा परिषद नई दिल्ली द्वारा NCFTE 2009 तैयार किया गया।
- 2 NCF 2005 तथा शिक्षा अधिकार अधिनियम के बाद इनके उद्देश्यों को प्रभावी ढंग से प्राप्त करने हेतु NCFTE निर्माण किया गया।
- 3 अभिभावक एवं समाज के दृष्टिकोण से शिक्षक का कार्य बालक की शिक्षा ही नहीं बल्कि उसकी उपलब्धि के द्वारा अभिभावक एवं समाज को सन्तुष्ट करना भी है इन सभी स्थितियों में शिक्षक को अपने कार्य को प्रभावपूर्ण बनाने एवं कर्तव्यों के निर्वाह हेतु एक पाठ्यचर्या की आवश्यकता का अनुभव किया गया जो समयानुकूल शिक्षा के उद्देश्यों को नवीन विचारों के साथ शिक्षक शिक्षा को गुणवत्तापूर्ण बना सके।

नवाचार एवं नवीन विचारों के प्रयोग हेतु शिक्षक शिक्षा पाठ्यचर्या 2009 की रूपरेखा तैयार की गई।

उद्देश्य:- राष्ट्र की प्रगति हेतु प्रतिभाशाली शिक्षकों का निर्माण करना।

NCFTE-2009 में दो प्रकार के उद्देश्यों का निर्धारण किया—

प्रत्यक्ष उद्देश्य :- इसके सम्बन्ध शिक्षक के प्रत्यक्ष व्यवहार से हैं जिसके द्वारा छात्रों का सर्वांगीण विकास हो।

अप्रत्यक्ष उद्देश्य :- इसका सम्बन्ध शिक्षक द्वारा किये गए कार्यों के परिणाम से है जो छात्रों की

छिपी हुयी प्रतिभा को निखारते तथा सफल बनाते हैं।

NCFTE 2009 में शिक्षक शिक्षा हेतु प्रमुख सुझाव:-

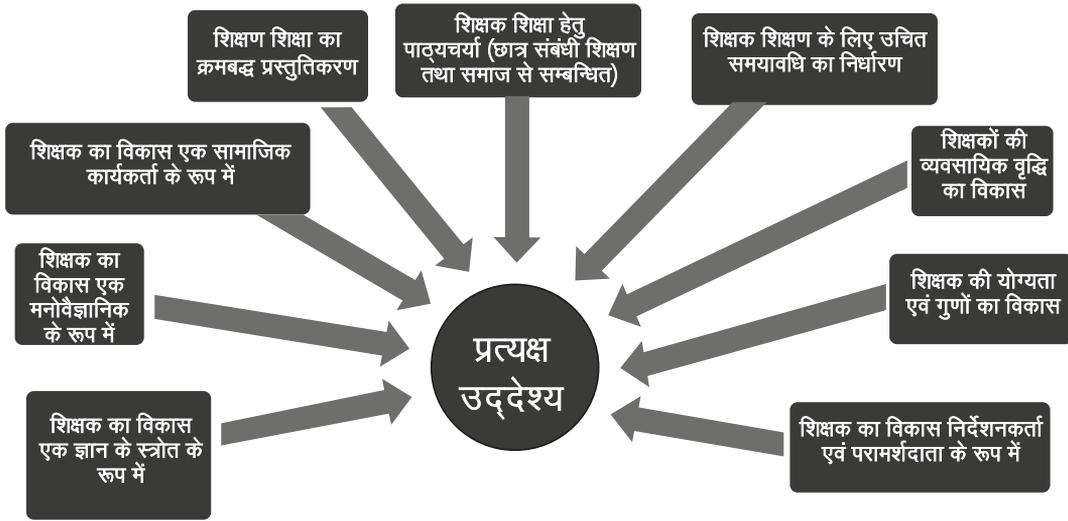
1. शिक्षक प्रशिक्षण के दौरान मूल्यों के विकास पर जोर दिया जाए, मूल्यों के विकास में प्रयोगात्मक और क्रियात्मक तकनीकी को समाहित करने की आवश्यकता है।
2. शिक्षक शिक्षा के दौरान सूचना एवं संप्रेषण तकनीकी की सैद्धान्तिक और प्रयोगात्मक जानकारी दी जानी चाहिए।
3. प्रशिक्षण अवधि में प्रशिक्षुओं को यह बताना चाहिए कि शिक्षण सामग्री को audio vedio रूप में कैसे परिवर्तित किया जाए। किस प्रकार अध्ययन अध्यापन रुचिकर बनाया जाए।
4. प्रशिक्षण के दौरान बच्चों के प्रति समझ, शिक्षकों के प्रति समझ, पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक के प्रति समझ, मूल्यांकन, विद्यालय के प्रति समझ को प्रशिक्षण सामग्री में समाहित किया जाना चाहिए।
5. प्रशिक्षण पाठ्यक्रम में गणित, विज्ञान, सामाजिक विषय, भाषा के पाठ्यक्रम भी शामिल किए जाएँ।
6. प्रश्नपत्र निर्माण, पाठ्यपुस्तक विश्लेषण, मूल्यांकन प्रक्रिया के सन्दर्भ में क्रियात्मक/ प्रायोगिक कार्य पर विशेष जोर देना।
7. प्रशिक्षण के दौरान इण्टर्नशिप से सम्बन्धित क्रियाकलापों को प्रायोगिक रूप से किया जाना चाहिए।
8. विकलांग बच्चों को सामान्य बच्चों के साथ समेकित रूप से शिक्षा हेतु प्रशिक्षण दिया जाना।
9. पूर्व बाल्यावस्था शिक्षण की तकनीकी पर प्रशिक्षण

NCFTE 2009 की आवश्यकता एवं महत्व :-

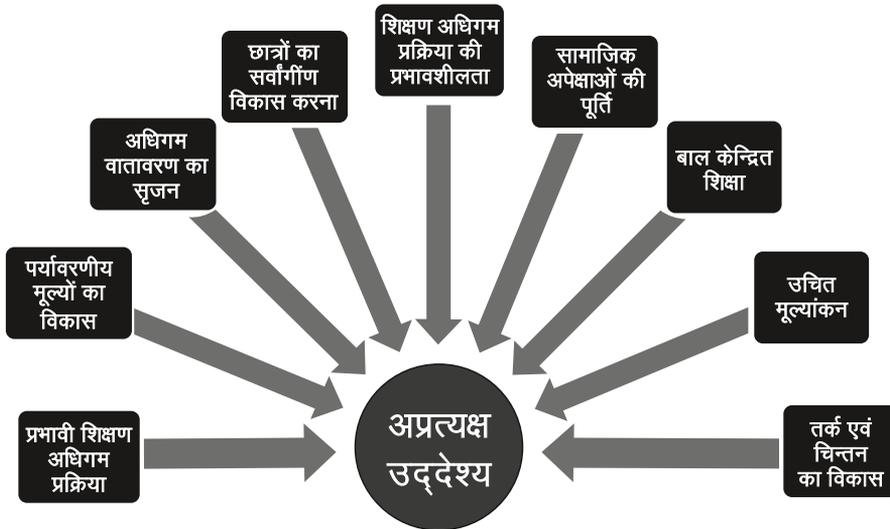
1. शिक्षा के सार्वभौमीकरण के लिए:- शिक्षा के सार्वभौमीकरण के उद्देश्य को पूरा करने हेतु शिक्षक के अन्दर सभी कौशलों एवं योग्यताओं को विकसित करना। उदाहरण- छात्रों से अच्छा व्यवहार, शिक्षण एवं अधिगम को रुचिकर बनाना आदि।
2. निःशुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा के लिए:- सरकार ने 6-14 वर्ष के बालकों को निःशुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा प्रदान करने की व्यवस्था की है। छात्रों के साथ कुशल व्यवहार हेतु शिक्षकों को अनेक कौशल सिखाए जा रहे हैं जिससे स्कूलों में नामांकन में वृद्धि हो।
3. परिवर्तित समाज के लिए:- बदलते सामाजिक परिवेश द्वारा पाठ्यचर्या की संरचना में बदलाव की आवश्यकता का अनुभव भी किया गया।
4. शैक्षिक असमानता को कम करने के लिए।

5. नवीन चुनौतियों के समाधान के लिए ।
6. शिक्षण अधिगम प्रक्रिया की प्रभावशीलता के लिए ।
7. छात्रों की अर्न्तनिहित क्षमताओं के विकास के लिए ।
8. जीवन कौशलों के विकास के लिए ।
9. अन्तर्राष्ट्रीय सद्भाव के लिए ।
10. समाज की आवश्यकता पूर्ति के लिए

प्रत्यक्ष उद्देश्य (Direct objectives of NCFTE 2009)



अप्रत्यक्ष उद्देश्य (Indirect objectives of NCFTE 2009)



अतः राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा—शिक्षक शिक्षा के अनुसार प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष उद्देश्यों की पूर्ति के लिए शिक्षकों को एक मनोवैज्ञानिक, सामाजिक कार्यकर्ता के रूप में, छात्रों का निर्देशनकर्ता एवं परामर्शदाता बनकर पथ प्रदर्शन करना होगा। छात्रों के सर्वांगीण विकास के लिए बालकेन्द्रित प्रभावशील सृजनात्मक अधिगम की व्यवस्था करनी होगी ताकि एक ऐसी शिक्षा व्यवस्था का विकास हो जिसमें प्रजातान्त्रिक व्यवस्था और राष्ट्रीय हितों की चिन्ताएँ समाहित हों।



किसान की घड़ी

एक दिन की बात है, एक किसान अपने खेत के पास स्थित अनाज की कोठी में काम कर रहा था। काम के दौरान उसकी घड़ी कहीं खो गई। वह घड़ी उसके पिता द्वारा उसे उपहार में दी गई थी। इस कारण उससे उसका भावनात्मक लगाव था।

उसने वह घड़ी ढूँढने की बहुत कोशिश की, कोठी का हर कोना छान मारा लेकिन घड़ी नहीं मिली। हताश होकर वह कोठी से बाहर आ गया। वहाँ उसने देखा कि कुछ बच्चे खेल रहे हैं।

उसने बच्चों को पास बुलाकर उन्हें अपने पिता की घड़ी खोजने का काम सौंपा। घड़ी ढूँढ निकालने वाले को ईनाम देने की घोषणा भी की। ईनाम के लालच में बच्चे तुरंत मान गए।

कोठी के अंदर जाकर बच्चे घड़ी की खोज में लग गए, इधर—उधर, यहाँ—वहाँ, हर जगह खोजने पर भी घड़ी नहीं मिल पाई। बच्चे थक गए और उन्होंने हार मान ली।

किसान ने अब घड़ी मिलने की आस खो दी। बच्चों के जाने के बाद वह कोठी में उदास बैठा था, तभी एक बच्चा वापस आया और किसान से बोला कि वह एक बार फिर से घड़ी ढूँढने की कोशिश करना चाहता है। किसान ने हामी भर दी।

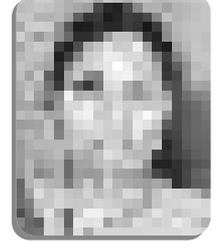
बच्चा कोठी के भीतर गया और कुछ ही देर में बाहर आ गया। उसके हाथ में किसान की घड़ी थी। जब किसान ने वह घड़ी देखी, तो बहुत खुश हुआ। उसे आश्चर्य हुआ कि जिस घड़ी को ढूँढने में सब नाकामयाब रहे, उसे उस बच्चे ने कैसे ढूँढ निकाला ?

पूछने पर बच्चे ने बताया कि कोठी के भीतर जाकर वह चुपचाप एक जगह खड़ा हो गया और सुनने लगा, शांति से उसे घड़ी की टिक—टिक की आवाज़ सुनाई पड़ी और उस आवाज़ की दिशा में खोजने पर उसे वह घड़ी मिल गई।

किसान ने बच्चे को शाबासी दी और ईनाम देकर विदा किया।

शांति हमारे मन और मस्तिष्क को एकाग्र करती है और यह एकाग्र मनः स्थिति जीवन की दिशा निर्धारित करने में सहायक है इसलिए दिनभर में कुछ समय हमें अवश्य निकालना चाहिए, जब हम शांति से बैठकर मनन कर सकें। ■

जीवन में किताबें महत्वपूर्ण क्यों हैं ?



श्रीमती पवित्रा सिंह
सहायक लाइब्रेरियन
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

“जब भी आप एक अच्छी किताब पढ़ते हैं, तो कहीं न कहीं दुनिया में आपके लिए रोशनी का एक नया दरवाजा खुलता है।”

पुस्तक एक ऐसा यंत्र है जो एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी के बीच पुल का कार्य करती है। पुस्तक द्वारा बिना कुछ कहे अपनी बात अगले आदमी को बतायी जा सकती है उसे जीता जा सकता है। पुस्तकों में ऐसा खजाना छिपा होता है जिसे कोई लुटेरा लूट नहीं सकता। जिन लोगों को पुस्तकें पढ़ने में आनंद आता है वह संसार के सभी सुखों को भुलाकर इसका आनंद लेते हैं। अच्छी पुस्तकें एक महान पुरुष की आत्मा होती है जिसे हम कुछ क्षणों में पढ़कर उसके सारे जीवन को जान जाते हैं।

पुस्तकें हमेशा जीवन जीने का, धन कमाने का, शरीर को स्वस्थ रखने का ज्ञान कराती हैं जो परिणाम स्वरूप हमारे जीवन को आसान बनाती हैं। पुस्तकें गुरु तुल्य होती हैं जो इंसान की सोच और समझ के ढंग को बदल सकती हैं।

पुस्तकें पढ़ने वाला व्यक्ति पूरे समाज को राह दिखा सकता है और खुशियां बांट सकता है। पुस्तकें पढ़ने की लत इंसान की सबसे सकारात्मक ताकत होती है। खुशहाली के लिए किताबों से प्यार अति आवश्यक है।

जीवन को आसान और खुशनुमा बनाने के लिए किताबों से दोस्ती अति आवश्यक है। किताबें पढ़ना, हमें अकेले में विचार करने की आदत और सच्ची खुशी देता है।

बुद्धिमान पुरुष हमेशा पुस्तक से प्रेम करते हैं। क्योंकि यह साहस, आशा पूर्ति का संचार और शानदार जीवन जीने में मददगार होती है। हर मनुष्य के जीवन में कुछ किताबों का होना अत्यन्त आवश्यक है। जीवन में कुछ उद्देश्य बनाने तथा सोच को विकसित करने में भी पुस्तकें विशेष योगदान रखती हैं। जीवन में पुस्तकें हमारी सोच को विकसित करती हैं।

किताबें हमारी शांत और स्थिर सलाहकार होती हैं। किताबों से अच्छा तोहफा अन्य कोई नहीं हो सकता क्योंकि यह दर्पण की तरह होती है। किताबें बुद्धिमान पुरुष का अनुभव हैं जो हमारे

जीवन को खुशियों से भरती हैं। हमें निर्णय लेने की क्षमता प्रदान करती हैं कुल मिलाकर पुस्तकें इंसान को इंसान बनना सिखाती हैं। इसलिए हर इंसान को अच्छी पुस्तकों का संग्रह करना चाहिए तथा इसको रोज पढ़ने की आदत डालना चाहिए जो उसके जीवन को खुशियों से भर देता है। किताबों को पढ़ने से एकाग्रता बढ़ती है और यह कल्पना शक्ति का विस्तार करती हैं।

रात के समय अच्छी नींद लेनी हो तो व्यक्ति कुछ समय पुस्तक पढ़ कर सोने से पूर्व समय बिता सकता है जो हमारे मन—मस्तिष्क को आराम देता है।

इस भाग—दौड़ भरी जिदंगी में पुस्तक पढ़ना तनाव को दूर कर खुशियां लाता है किताबें पढ़ने से मनुष्य को नई—नई योजना तथा तरीकों को सीखने का ज्ञान मिलता है जो उसके जीवन में नई ऊर्जा का प्रवाह करता है।

“पुस्तकों में निवेश यानी जीवन में निवेश ऐसे भी कई सफल पुरुष जैसे रतन टाटा, बिल गेट्स मानते हैं।”

गुरु का सम्मान

श्रीराम कथा को काव्य शैली में रचने वाले पंडित राधेश्याम कथावाचक संत—महात्माओं के सत्संग के लिए लालायित रहा करते थे। संत उड़िया बाबा, श्री हरिबाबा, आनंदमयी माँ तथा संत प्रभुदत्त ब्रह्मचारी के प्रति वे अनन्य श्रद्धा भाव रखते थे।

प्रभुदत्त ब्रह्मचारीजी की प्रेरणा से उन्होंने महामता पंडित मदनमोहन मालवीय को अपना गुरु बनाया था। पंडित राधेश्यामजी मालवीयजी के श्रीमुख से भागवत कथा सुनकर भाव विभोर हो उठते थे।

मालवीयजी को भी राधेश्यामजी की लिखी रामायण का गायन सुनकर अनूठी तृप्ति मिलती थी। वे समय—समय पर उन्हें बरेली से काशी आमंत्रित कर उनकी कथा का आयोजन कराते थे।

एक बार गुरु पूर्णिमा के अवसर पर पंडित राधेश्यामजी ने संत प्रभुदत्त ब्रह्मचारी के साथ काशी पहुँचकर अपने गुरु मालवीयजी को एक कीमती शॉल व मिठाइयाँ भेंट कीं।

मालवीयजी को आग्रहपूर्वक शॉल ओढ़ाया गया। यह शॉल उन्होंने विशेष रूप से गुरु दक्षिणा के लिए तैयार कराया था। कुछ समय बाद अचानक हिन्दु विश्वविद्यालय के दक्षिण भारतीय संस्कृत शिक्षक मालवीयजी के दर्शन के लिए आ पहुँचे।

मालवीयजी उनके विरक्त व तपस्वी जीवन से बहुत प्रभावित थे। उन्होंने शिक्षक की ओर संकेत कर राधेश्याम कथावाचक से कहा, ‘उन्होंने कठोर साधना कर असंख्य छात्रों को देववाणी और धर्मशास्त्रों का अध्ययन कराया है ऐसे तपस्वी शिक्षक हमारे आदर्श हैं।’

कहते—कहते उन्होंने वह शॉल उन्हें ओढ़ा दिया। राधेश्यामजी उनकी विरक्ति भावना और आदर्श शिक्षक के प्रति श्रद्धा देख दंग रह गए।■

देश में 5G नेटवर्क



श्री कमल महावर

ऑफिस असिस्टेंट एवं कम्प्यूटर ऑपरेटर
कमला नेहरू महाविद्यालय, भोपाल

आज के समय में भारत देश में इंटरनेट का इस्तेमाल कई गुना बढ़ गया है और आगे भी दिन प्रतिदिन इसमें इजाफा होता जा रहा है आज के समय में देश का हर व्यक्ति किसी न किसी रूप में इंटरनेट से जुड़ा हुआ है। हमारे देश में पहले के मुकाबले अब गाँव में रहने वाले लोग भी इंटरनेट का इस्तेमाल करने लगे हैं। इंटरनेट की इस दुनिया में समय-समय पर परिवर्तन होते रहते हैं एवं कई प्रकार की तकनीक का इस्तेमाल किया जाता है। जिसमें इंटरनेट की तीव्र गति तथा सुविधाओं पर ज़ोर दिया जाता है। आज के दौर में हम 4g तकनीक का इस्तेमाल इंटरनेट के लिये कर रहे हैं तथा धीरे-धीरे 5g तकनीक की ओर बढ़ रहे हैं।

5g क्या है – हमारे देश में भी नई-नई तकनीकों का निर्माण किया जा रहा है। अभी तक 1g से लेकर 5g टेक्नोलॉजी दुनिया में आ चुकी है। लोग सोचते होंगे कि 1g से 5g में g का मतलब क्या है तो g से तात्पर्य दुनिया में Generation से है। Generation यानी पीढ़ी, हम जिस पीढ़ी की टेक्नोलॉजी इस्तेमाल कर रहे होते हैं उसके बाद g लग जाता है और यही नई पीढ़ी के रूप में दर्शाने का कार्य करता है।

5g नेटवर्क – जितनी भी टेक्नोलॉजी दूरसंचार के क्षेत्र में आ चुकी है उनके मुकाबले में यह तकनीक नई और स्पीड से कार्य करने वाली तकनीक है। 5g की तकनीक 4g तकनीक के मुकाबले काफी तीव्र गति से कार्य करने वाली तकनीक है और यह अब तक आ चुकी सभी तकनीक से ज्यादा आधुनिक मानी जा रही है।

5g स्पीड – 5g नेटवर्क दुनिया में सन् 2000 में लॉन्च हुआ तथा भारत में ये सन् 2021 में आया जिसमें 20जीबी प्रति सेकेण्ड की स्पीड मिल सकती है तथा 1जीबी फाइल डाउनलोड प्रति सेकेण्ड की जा सकती है।

5g टेक्नोलॉजी के फायदे –

- 5g तकनीक सुपर हाई स्पीड इंटरनेट की कनेक्टिविटी प्रदान करने के साथ-साथ कई महत्वपूर्ण स्थानों में उपयोग में लायी जायेगी।
- इस टेक्नोलॉजी के आ जाने से कनेक्टिविटी में और भी ज्यादा विकास एवं शुद्धता प्राप्त होगी।
- इस टेक्नोलॉजी की वजह से दुनियाभर में करीब 22.8 मिलियन के नये जॉब अवसर विकसित हो रहे हैं।

5g नेटवर्क के नुकसान

- एक शोध में पाया गया कि 5g तकनीक की तरंगें दीवारों को भेदने में पूरी तरीके से असक्षम होती हैं। इसी कारण इसका घनत्व बहुत दूर तक नहीं जा सकता है और इसी के परिणाम स्वरूप इसके नेटवर्क में कमजोरी पाई गई।
- 5g तकनीक को लॉन्च करने के बाद हमें इसके नेटवर्क में काफी समस्या देखने को मिल सकती है।

कई लोगों का मानना है कि 5g तकनीक में जिन किरणों का उपयोग किया जा रहा है, उनका परिणाम काफी घातक सिद्ध हो रहा है और हमारा देश आज के समय में घातक बीमारियों का सामना कर रहा है। कई लोगों का मानना है कि कोविड-19 जैसे वायरस भी इस तकनीक से निकलने वाली तरंगों का ही परिणाम हैं परन्तु इसका कोई प्रमाण नहीं है।

अतः हम कह सकते हैं कि तकनीकी बदलाव के साथ-साथ इस टेक्नोलॉजी से मानव जीवन में फायदे तथा नुकसान दोनों ही देखने को मिलते हैं।



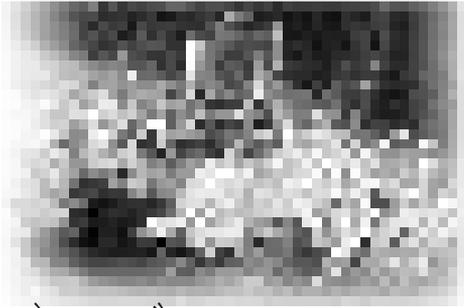
**ARTICLES,
POETRIES,
JOKES
& SLOGANS**

**B.Ed. STUDENTS
2020-22**

“नशा और युवा वर्ग”

“नशा एक अभिशाप है सबको ये समझाएं,
देश का भविष्य हैं युवा, जीवन इनका बचाएं”

किसी भी देश के युवा उस देश के विकास का प्रमुख आधार होते हैं। देश का भविष्य कैसा होगा यह देश के युवाओं पर ही निर्भर होता है। युवा अगर चाहें तो अपनी कड़ी मेहनत और लगन से खुद के साथ-साथ देश को भी बुलन्दियों तक पहुँचा सकते हैं। परंतु अगर यही युवा नशे की लत का शिकार बन जाएं तो अपने साथ-साथ घर परिवार के विनाश का कारण बन जाते हैं। ऐसी स्थिति में देश का विकास भला किस प्रकार सम्भव हो सकता है।



जब युवा वर्ग किसी नशीले पदार्थ का नियमित सेवन करता है तो उसे नशे की लत लग जाती है और नशे के बिना वह बिल्कुल भी रह नहीं पाता इसीलिए नशे की लत को एक सामाजिक अभिशाप माना जाता है। आज देश में अमीर-गरीब, युवा-वृद्ध, स्त्री-पुरुष, शिक्षित-अशिक्षित सभी इस बुरी लत का शिकार हैं। यहाँ तक कि बहुत से बच्चे जो किशोरावस्था में हैं वे भी नशे के आदि हो चुके हैं।

युवाओं में नशाखोरी के कारण:- युवाओं में नशाखोरी के बहुत से कारण हैं। गलत संगत में पड़कर नशा करना और फिर नशे का आदि हो जाना इसका सबसे प्रमुख कारण है। इसके अलावा घर का तनावपूर्ण माहौल भी बच्चे को नशे की तरफ धकेलता है। घर में स्नेह ना मिल पाना, बेरोजगारी, बार-बार कार्यों में विफलता, काम-धंधा सही प्रकार से ना चल पाना, भविष्य की चिंता, सम्बन्धों में धोखा मिलना आदि कुछ ऐसे कारण हैं जिनके कारण मानसिक तनाव हो जाने से नशे में पड़ना आजकल आम बात हो गयी है।

भारत में नशा और युवा वर्ग:- वर्तमान समय में भारत सम्पूर्ण विश्व में सबसे अधिक युवा आबादी वाला देश है लेकिन देश के युवा वर्ग ने नशे को एक फैशन के तौर पर अपना लिया है। नशा अब मौजमस्ती का नहीं अपितु आज की युवा पीढ़ी के लिए आवश्यकता बन गया है। सरकारी आकड़ों के हिसाब से देश की 70 से 75 प्रतिशत आबादी किसी न किसी प्रकार का नशा करती है। जिसमें सिगरेट, शराब व गुटखा की ओर युवा सबसे ज्यादा आकर्षित हो रहे हैं और तीन में से एक युवा किसी न किसी प्रकार के नशे का आदी है। एक सर्वेक्षण के मुताबिक देश में हर रोज लगभग 5500 युवा तम्बाकू उत्पादों के सेवन वालों की श्रेणी में जुड़ रहे हैं। भारत में 12 करोड़ लोग धूम्रपान करते हैं, जिसमें 20 प्रतिशत महिलाएं धूम्रपान करती हैं। एक रिसर्च के मुताबिक महिला स्मोर्कर्स के मामले में भारत दुनिया में दूसरे नंबर पर है। यह एक फैशन के रूप में आरंभ होता है और फिर धीरे-धीरे आदत में शुमार होता चला जाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन की रिपोर्ट के मुताबिक लगभग 30 प्रतिशत भारतीय शराब का सेवन करते हैं जिनमें से लगभग 13 प्रतिशत

प्रतिदिन शराब पीने वाले हैं और इनमें से 50 प्रतिशत बुरी तरह शराबखोरी की लत के शिकार हैं। युवाओं में नशा सिर्फ सिगरेट व शराब तक सीमित नहीं रहा बल्कि वर्तमान में कोकीन, हेरोइन, गांजा, चरस, नशीली दवाइयों आदि का नशा, युवाओं को तेजी से अपनी गिरफ्त में ले रहा है। भांग का नशा करने वालों की संख्या भी भारत में बहुत अधिक है, देश में लगभग 90 से 95 लाख लोग भांग का रोज सेवन करते हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक देश के 70 फीसदी युवा नशे के आदी हैं।

नशा एक ऐसी बुराई है जो हमारे समूल जीवन को नष्ट कर देती है। नशे की लत से पीड़ित व्यक्ति परिवार के साथ समाज पर बोझ बन जाता है। नशा स्वास्थ्य के साथ सामाजिक और आर्थिक दोनों लिहाज से ठीक नहीं है। समाज में ऐसे व्यक्ति को सम्मान की दृष्टि से नहीं देखा जाता और उसकी सामाजिक क्रियाशीलता शून्य हो जाती है। नशे के सेवन से जन और धन दोनों की हानि होती है।

आजकल शराब पीकर गाड़ी चलाते हुए एकसीडेंट करना आम बात हो गयी है। पत्नी के साथ घरेलू हिंसा, महिलाओं के साथ यौन हिंसा, चोरी, आत्महत्या आदि अनेक अपराधों के पीछे नशा एक बहुत बड़ी वजह है।

**नशा जो करता है इंसान, बन जाता है वो हैवान।
न रहती इज्जत उसकी, ना रहता धर्म ईमान।।**

नशे से बचाव के लिए सबसे जरूरी है कि युवा अपने आपको तनाव से दूर रखें और शरीर की ऊर्जा को सकारात्मक कार्यों में इस्तेमाल करें।

खेल, शिक्षा इसका बेहतर ऑप्शन है। माता— पिता इस बात का विशेष ध्यान रखें कि घर का माहौल और बच्चे की संगत अच्छी हो। अच्छी संगत और अच्छे संस्कारों के साथ जो जीवन जीता है, नशा उसे छू भी नहीं सकता। माता—पिता को बच्चों के साथ खुल कर बात करनी चाहिए और उसे तनाव से दूर रखने का प्रयास करना चाहिए। बच्चों को अच्छे और बुरे का सही आंकलन करना सिखाना चाहिए। सरकार की ओर से चलाए जा रहे नशा मुक्ति अभियान भी युवाओं को नशे से दूर रखने में सहायक हैं।

निष्कर्ष :- जहाँ एक ओर नशा दीमक की तरह युवाओं की जवानी को चाट जाता है, वहीं दूसरी ओर विकास के लिए भी बहुत बड़ा खतरा है। नशा कई तरह से देश को नुकसान पहुंचा रहा है

अतः सरकार को अपने राजस्व के लालच को छोड़कर नशे के खिलाफ गंभीर कदम उठाने चाहिए।

“सब मिलकर समाज में इतनी जन—जागरूकता फैलाएं कि नशे के कारण फिर किसी घर का चिराग ना बुझने पाए”।■

—गौसिया मन्सूरी



वर्तमान समय एवं बालिका शिक्षा

“देश का करना हो सम्पूर्ण विकास
तो बालिका शिक्षा ना करें नजर अंदाज।।”

महिलाओं की शिक्षा के बिना किसी भी देश के विकास की कल्पना करना नामुमकिन है। देश के विकास में महिलाओं का काफी योगदान है। एक पुरुष को शिक्षित करने से घर का सिर्फ एक सदस्य शिक्षित होता है परन्तु एक महिला के शिक्षित होने से पूरा परिवार शिक्षित होता है। किसी भी देश के विकास में महिलाओं और पुरुषों की शिक्षा के अवसर समान रूप से मिलने चाहिए।

एक सभ्य समाज का विकास उस देश की नारियों से ही सम्भव है। परिवार की छोटी-छोटी इकाई मिलकर एक परिवार का निर्माण करती हैं और उस परिवार का मुख्य बिन्दु महिला होती है।

महिला और पुरुष एक सिक्के के दो पहलू हैं जो देश के विकास में काफी मददगार रहते हैं तो उन्हें विकास के अवसर भी समान रूप से दिये जाने चाहिए जिसमें शिक्षा एक महत्वपूर्ण कारक है। आज के समय में देखा जाये तो लड़कियां भी लड़कों की तरह हर क्षेत्र में अपना नाम कमा रही हैं। बालिका शिक्षा को बढ़ावा देने वाली सावित्री बाई फुले से प्रेरणा लेकर हमें बालिका शिक्षा को महत्व देना चाहिए।

आज कई शिक्षित लड़कियां देश में Doctor, IAS, इंजीनियर कई महत्वपूर्ण पदों पर अपनी सेवाएं दे रही हैं। महिलाओं को अगर बेहतर शिक्षा दी जाती है तो महिलाएं देश में अपना महत्वपूर्ण योगदान दे सकेंगी। किसी भी देश के विकास में महिलाएँ और पुरुषों को शिक्षा के अवसर समान रूप से मिलना चाहिए।

लड़कियों की उपस्थिति के बिना कोई भी समाज या संस्कृति आगे नहीं बढ़ सकती। कुछ साल पहले तक, भारत और कई अन्य अविकसित और विकासशील देशों में लोग सोचते थे कि लड़कियों को घर पर रहकर घर के काम करने चाहिए। लेकिन अब मानसिकता बदल गई है।

आज लड़कियां शिक्षा, खेल, राजनीति जैसे हर क्षेत्र में अच्छा प्रदर्शन कर रही हैं। यह केवल लड़कियों की शिक्षा को प्रोत्साहित करने के माध्यम से संभव हो सका है। शिक्षा ही एकमात्र हथियार है जो लड़कियों को सशक्त बना सकता है और परिणामस्वरूप समाज को मजबूत कर सकता है।



महत्व:- लड़कियों की शिक्षा में बहुत सारे फायदे शामिल हैं। एक पढ़ी-लिखी लड़की बड़ी होकर देश के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है। एक शिक्षित लड़की पुरुषों के भार और बोझ को विभिन्न क्षेत्रों में साझा कर सकती है। आर्थिक संकट के इस युग में लड़कियों की शिक्षा एक वरदान है। शादी के बाद एक शिक्षित लड़की काम कर सकती है और घर के खर्चों में अपने पति की मदद कर सकती है। शिक्षा महिलाओं के विचारों को भी व्यापक बनाती है, इस प्रकार यह उनके बच्चों की अच्छी परवरिश में भी मदद करती है। शिक्षा एक लड़की को आर्थिक रूप से स्वतंत्र बनाने में मदद करती है।

उद्देश्य:- एक देश के विकास के लिए नारी शिक्षा को बढ़ावा दिया जाना बेहद जरूरी होता है। आज के समय में लगभग बड़े पदों पर नारियां अपनी सेवाएँ दे रही हैं। नारी शिक्षा के उद्देश्य में कुछ मुख्य बिन्दु निम्नानुसार हैं—

- बालिकाओं को जीवन में बेहतर ढंग से जीने के लिए मजबूत करना।
- महिलाओं के कार्यक्षेत्र को बढ़ाना।
- महिलाओं की साक्षरता दर को बढ़ाना।
- नारी सशक्तिकरण को बढ़ावा देना।

महिलाएँ देश के बेहतर भविष्य की एक महत्वपूर्ण नींव हैं शिक्षित महिलाओं की वजह से देश में कन्या भ्रूण हत्या व बालिका अपराध जैसी घटनाओं में कमी आ रही है। शिक्षित महिलाओं की वजह से महिलाओं में एच.आई. वी/एड्स जैसी बीमारियों में कमी आ रही है। शिक्षित महिलाएँ घर के आय- व्यय को एक बेहतर ढंग से सम्भाल रही हैं।

लाभ:- शिक्षित महिलाएँ अपने बच्चों के टीकाकरण का ध्यान भी रखती हैं जिससे बच्चों में होने वाली बीमारियों से उन्हें बचाया जा सकता है। शिक्षित महिला अपनी नॉलेज से अपने घर की कमाई में भी योगदान दे सकती हैं।

एक पुरुष को शिक्षित करके देश के एक हिस्से को बेशक मजबूत किया जा सकता है परंतु एक महिला को शिक्षित करके पूरे देश को एक मजबूत स्थिति में लाया जा सकता है।



सरकारी योजनाएँ :-

- 1 इंदिरा महिला योजना
- 2 सर्व-शिक्षा अभियान
- 3 बालिका समृद्धि योजना
- 4 राष्ट्रीय महिला कोष
- 5 महिला समृद्धि योजना
- 6 महिलाओं तथा लड़कियों की प्रगति के लिए विभिन्न कार्यक्रम ■

—कैलाश सिंह राठोरिया

कम्प्यूटर शिक्षा कितनी जरूरी

वर्तमान समय में कम्प्यूटर की जरूरत जैसे-जैसे बढ़ती जा रही है, वैसे ही कम्प्यूटर शिक्षा हमारे लिए बहुत आवश्यक हो गयी है। क्योंकि आज के समय में हर कोई व्यक्ति टेक्नोलॉजी के साथ कदम से कदम मिलाकर चलना चाहता है। आजकल जो भी गैजट आदि उपलब्ध हैं, वह पूरी तरह से अत्याधुनिक तकनीकों से युक्त हैं अतः इन सब मशीनी उपकरणों को समझने के लिए हमारे पास कम्प्यूटर की जानकारी होना अति आवश्यक है।

कम्प्यूटर की आवश्यकता हर दिन बढ़ती जा रही है। कम्प्यूटर के माध्यम से हमारी शिक्षा का स्तर काफी बदल चुका है, हमारे लिए किसी भी कार्य को करना बहुत आसान हो गया है। कुछ महत्वपूर्ण बिंदुओं के द्वारा इसे आसानी से समझा जा सकता है—



- 1 शिक्षण संस्थानों में कम्प्यूटर का अधिक से अधिक उपयोग होना।
- 2 लगभग सभी परीक्षाओं को ऑनलाइन कराया जाना।
- 3 किसी विशेष परिस्थितियों में (जैसे— कोरोना काल आदि) घरों से ऑनलाइन शिक्षा को बढ़ावा देना।
- 4 ऑनलाइन सर्विसेज औद्योगिक क्षेत्र, चिकित्सा क्षेत्र तथा रिसर्च संस्थानों आदि में कम्प्यूटर का उपयोग किया जाना।

इन्हीं सब जरूरतों को ध्यान में रखते हुए हमारे जीवन में कम्प्यूटर शिक्षा को बढ़ावा मिला है। वर्तमान समय में हमें ज्यादातर कार्यों के लिए कम्प्यूटर और इन्टरनेट आदि के बारे में पता करना चाहिए। अतः कम्प्यूटर हमारी शिक्षा का काफी अच्छा स्रोत बन चुका है।■

—स्वयंप्रभा वसावे

नारी शिक्षा आज की आवश्यकता

प्रस्तावना:- शिक्षा हर किसी के जीवन का अभिन्न अंग है। बिना शिक्षा के किसी के भी जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती। शिक्षण जीवन के हर पहलू पर असर करता है। इस तरह शिक्षण पर स्त्री—पुरुष दोनों का समान हक है। मगर भारत जैसे विकसित देश में स्त्रियों को शिक्षित बनाने के लिए कोई महत्व नहीं दिया गया है।

इस निबंध के माध्यम से शिक्षा का नारी जीवन में क्या महत्व है ये उजागर करने का प्रयास किया गया है। अन्य देशों की तरह भारत भी एक विकसित देश है। जिसमें पुराने समय में नारी का कर्तव्य घर के काम करना, घर संभालना, बच्चे संभालना आदि कामों को ही महत्व दिया जाता था। नारी की पढ़ाई को लेकर कोई ज्यादा व्यवस्था और उनका कोई ज्यादा महत्व नहीं था। मगर बदलते समय के साथ इसमें भी परिवर्तन आया है। नारी की शिक्षा के साथ इसमें भी परिवर्तन आया है।

नारी की शिक्षा को लेकर आजकल कई योजनायें आई हैं, और नारी को हर क्षेत्र में आगे बढ़ाने का मौका दिया जा रहा है। आज के समय में नारी शिक्षित हो यह बहुत ही आवश्यक हो गया है। नारी अगर पढ़ी लिखी होगी तो आने वाली पीढ़ी का भी निर्माण अच्छा होगा। नारी घर में आर्थिक रूप से भी सहायता कर सकती है। अगर कोई लड़का पढ़ता है तो सिर्फ अपने परिवार को ही आगे लाता है। मगर जब कोई नारी पढ़ती है तो वह अपने साथ—साथ दोनों परिवारों को आगे ला सकती है।

इसलिए नारी का पढ़ा—लिखा होना बहुत ही आवश्यक है। शिक्षित नारी जीवन में आने वाली हर समस्याओं से शिक्षा के माध्यम से अपनी सूझ—बूझ से बाहर निकल सकती है।

अगर उस पर कभी घरेलू हिंसा हो तो कानूनी नियमों को जानकर अन्याय न सहकर न्याय के लिए आगे बढ़ सकती है। बच्चों का पालन—पोषण भी शिक्षित होने से अच्छे से कर सकती है। शिक्षित नारी बहुत ही आत्म विश्वासी होती है। शिक्षित होने से धन कमाकर अपने और अपने परिवार की आर्थिक रूप से मदद भी कर सकती है। इसलिए सरकार ने भी हर नारी को शिक्षा मिले इसलिए फ्री में शिक्षण की व्यवस्था की है। तदुपरांत नारी को शिक्षा में बढ़ावा देने के लिए सरकार की तरफ से हर नारी को मुफ्त शिक्षा, पाठ्यपुस्तक, यूनिफार्म,



स्कूल जाने के लिए साइकिल जैसी कई चीजें स्कूल की तरफ से प्रदान की जाती हैं।

देश में महिलाओं की उपलब्धियाँ:- देश के विकास में महिलाओं की बहुत ही महत्वपूर्ण भूमिका रही है। आज महिलाएँ देश में बड़े-बड़े पदों पर सुनिश्चित होकर देश की सेवा करने में किसी से पीछे नहीं हैं। खेल, कूद, राजनीति जैसे विभिन्न पदों में बढ़-चढ़कर हिस्सा लेकर देश के विकास में महत्वपूर्ण योगदान दे रही हैं।

भारत के विकास में महिलाओं का योगदान:- जब भारतीय ऋषियों ने अथर्ववेद में माता भूमि पुत्रो अहं पृथिव्याः (अर्थात् भूमि मेरी माता है और हम इस धरा के पुत्र हैं) की प्रतिष्ठा की तभी सम्पूर्ण विश्व में नारी महिमा का उद्घोष हो गया था। नेपोलियन बोनापार्ट ने नारी की महत्ता को बताते हुए कहा था कि—मुझे एक योग्य माता दे दो मैं तुमको एक योग्य राष्ट्र दूंगा।

भारतीय जन—जीवन की मूल धुरी नारी (माता) है यदि यह कहा जाए कि संस्कृति, परंपरा या धरोहर नारी के कारण ही पीढ़ी दर पीढ़ी हस्तान्तरित होती है तो यह अतिशयोक्ति नहीं होगी। जब—जब समाज में जड़ता आती है, नारी शक्ति ने ही उसे जगाने के लिए, उससे जूझने के लिए एवं अपनी संस्कृति को तैयार करने के लिए आगे बढ़ने का संकल्प लिया है।

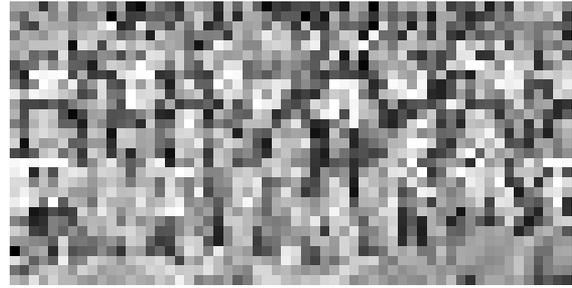
कौन भूल सकता है माता जीजाबाई को जिसकी शिक्षा—दीक्षा ने शिवाजी को महान देशभक्त और कुशल योद्धा बनाया। कौन भूल सकता है पन्ना धाय के बलिदान को, पन्नाधाय का उत्कृष्ट त्याग एवं आदर्श इतिहास के स्वर्ण अक्षरों में अंकित है उनमें उच्च कोटि की कर्तव्य परायणता थी जिन्होंने अपने बच्चे का बलिदान देकर राजकुमार का जीवन बचाया। हाणी रानी के त्याग एक बलिदान की कहानी तो भारत के घर—घर में गायी जाती है। रानी लक्ष्मीबाई, रजिया सुल्तान, और पद्मावती ने शौर्य एवं जौहर से मध्यकाल की विकट परिस्थितियों में भी अपनी सुकीर्ति का झण्डा फहराया। कैसे कोई स्मरण न करे उस विद्यावती का, जिसका पुत्र फांसी के तख्ते पर खड़ा था और माँ की आंखों में आंसू देखकर फकीरों ने पूछा एक शहीद की मां होकर आप रो रही हैं तो विद्यावती का उत्तर था कि मैं अपने पुत्र की बहादुरी पर नहीं रो रही कदाचित अपनी कोख पर रो रही हूँ कि काश मेरी उस कोख ने एक और भगत सिंह पैदा किया होता तो, मैं उसे भी देश की स्वतंत्रता के लिए समर्पित कर देती। ऐसा था भारतीय माताओं का आदर्श, ऐसी थी उनकी राष्ट्र के प्रति निष्ठा।

परिवार के केन्द्र में नारी है। परिवार के सारे घटक उसी के चारों ओर घूमते हैं वहीं पोषण पाते हैं और विश्राम भी। नारी सबको एक माला में पिरोये



रखने का प्रयास करती है। किसी भी समाज का स्वरूप वहां की नारी की स्थिति पर निर्भर करता है। यदि उसकी स्थिति सुदृढ़ एवं मजबूत होगी तो राष्ट्र भी मजबूत होगा। भारतीय महिला सृष्टि के आरंभ से अनंत गुणों की आगार रही है। पृथ्वी की सी सहनशीलता, सूर्य जैसा तेज, समुद्र की गम्भीरता, पुष्पों जैसा मोहक सौन्दर्य, कोमलता और चन्द्रमा जैसी शीतलता महिला में विद्यमान है। वह दया, करुणा, ममता, सहिष्णुता और प्रेम की पवित्र मूर्ति है। नारी का त्याग और बलिदान भारतीय संस्कृति की अमूल्य निधि है। बाल्यावस्था से लेकर मृत्युपर्यन्त वह हमारी संरक्षिका बनी रहती है। सीता, सावित्री, गार्गी, मैत्रीय जैसी महान नारियों ने इस देश को अलंकृत किया है। निश्चित ही महिला इस सृष्टि की सबसे सुन्दर कृति तो है ही, साथ ही एक समर्थ अस्तित्व भी है।

शिक्षा का प्रचार:- आज हमारे भारत देश में शिक्षा का काफी प्रचार हो गया है। नवीनतम आंकड़ों के अनुसार भारत की सम्पूर्ण जनसंख्या का करीब 73 प्रतिशत भाग शिक्षित है। भारत के संविधान के अनुच्छेद 45 में ये प्रावधान है कि 14 वर्ष तक की आयु के बच्चों को मुफ्त शिक्षा देना राज्य का कर्तव्य है। भारत में महिलाओं का 64.4 प्रतिशत भाग शिक्षित है। इस प्रतिशत में, शहरी महिलाओं की संख्या अधिक है। स्वतंत्रता के उपरांत हमारे देश में शिक्षा का व्यापक प्रचार हुआ है।



नारियों में शिक्षा की कमी के अनेक कारण रहे हैं। सबसे बड़ा कारण तो हमारी सदियों की गुलामी थी जिसकी वजह से लड़कियों को अंग्रेजों के डर के कारण घर से बाहर नहीं निकलने दिया जाता था और उनके जिम्मे चूल्हा, चौका, घर का इंतजाम और बच्चों को जन्म देना तथा उनका पालन – पोषण था। समय बदला और आज महिलाएं हर दिशा में आगे आ रही हैं।

प्राचीन भारत में महिलाओं का स्थान :- प्राचीन भारत में महिलाओं का स्थान समाज में काफी महत्वपूर्ण था। महिलाएं भी पुरुषों के साथ यज्ञों में भाग लेती थीं। धीरे-धीरे महिलाओं का स्थान पुरुषों के बाद निर्धारित किया जाने लगा तथा पुरुषों ने महिलाओं के लिए मनमाने नियम बनाये और उनको अपना जीवन बिताने के लिए पिता, पति तथा पुत्र का सहारा लेने के लिए मजबूर किया। आज से शताब्दियों पूर्व स्त्रियों को अपना पति चुनने की स्वतंत्रता थी। पिता स्वयंवर सभाओं का आयोजन करते थे जिससे लड़की अपनी इच्छा से अपने पति का वरण करती थी। इस प्रकार की सुविधाएं इसलिए दी गई थीं कि वे शिक्षित थीं और अपना अच्छा तथा बुरा सही ढंग से सोचने में सक्षम थीं। मुगलों के शासनकाल में स्त्रियों की स्थिति अत्यंत दयनीय हो गई थी और तभी से स्त्रियों के लिए पर्दा प्रथा का चलन शुरू हुआ।

उपसंहार :- आज किसी भी प्रगतिशील देश के लिए नारियों का शिक्षित होना आवश्यक है और आज की नारी शिक्षा के दम पर आगे बढ़ चुकी है। आज कोई भी क्षेत्र ऐसा नहीं है जहाँ नारी ने अपने कदम न बढ़ाए हों यही देश का सच्चा विकास और प्रगति कहा जा सकता है। ■

—आनंद मिश्रा

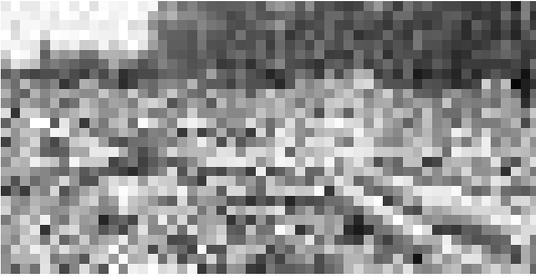
बढ़ती सभ्यता और सिकुड़ते वन

आज जिस गति से हमारे विश्व की जनसंख्या बढ़ रही है उसी अनुपात से हमारे जंगल कट रहे हैं और सब जंगल सूख रहे हैं। छोटे – छोटे वन विलुप्त होते जा रहे हैं और इसका कारण है बढ़ती जनसंख्या।

आज बढ़ती हुई जनसंख्या के कारण धरती पर रहने की जगह कम होती जा रही है, जिसके कारण पेड़ काटे जा रहे हैं। वनों को साफ किया जा रहा है। जिसके कारण नदियां सूख रही हैं, तालाबों को सुखा कर बड़ी- बड़ी इमारतें बनाई जा रही हैं। यही सब कारण हैं कि आज जंगल सूख रहे हैं और जंगल के जानवर मर रहे हैं।

प्रकृति ने पानी और जंगल के रूप में मनुष्य को दो अद्वितीय पुरस्कार प्रदान किये हैं, जिसके कारण दुनिया में कई सभ्यताओं का विकास हुआ है लेकिन उद्यमिता के कारण इन दोनों उपहारों को तेजी से नष्ट किया जा रहा है।

सिकुड़ते वनों के कारण हमें शुद्ध वायु, जल अब बहुत मुश्किल से प्राप्त होते हैं जो हमारे स्वास्थ्य के लिए कष्टदायक और अवरोध मात्र बन रहे हैं।



वनों के अभाव के कारण विभिन्न प्रकार के जंगली जीवों की भारी कमी हो रही है। इससे प्रकृति का संतुलन भी बिगड़ रहा है। सिकुड़ते वनों के कारण हम प्रकृति के उन्मुक्त स्वरूप को नहीं देख पा रहे हैं और कृत्रिमता के आँचल से ढकते जा रहे हैं।

राष्ट्र में आधुनिक सभ्यता की पताका तो फहर रही है लेकिन दूसरी ओर अशिष्टता निरंकुशता, परंपराओं तथा मान्यताओं का विकृत और विकर्षण स्वरूप सिर उठा रहा है, जो हमारे जीवन की परम आधार हमारी जननी के लहराते बाग-बगीचों, वन रूपी आँचल को बार-बार खींचता हुआ हमारी जीवन रेखा को मिटा देना चाहता है अतः हमें सावधान होकर वनों की रक्षा करनी चाहिए।

वन के आंकड़े :- विशेषज्ञों का कहना है कि दुनियाभर में जंगल अब बहुत तेजी से कम होते जा रहे हैं।

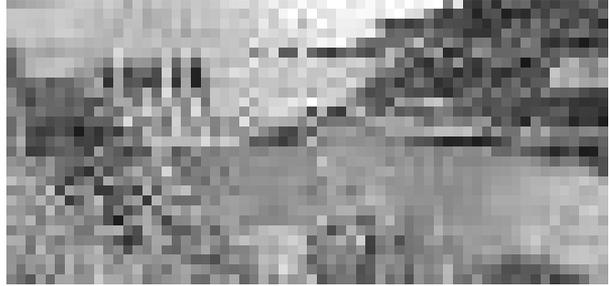
दुनियाँ का दसवाँ हिस्सा केवल पिछले बीस वर्षों में समाप्त हो गया है। यह गिरावट बढ़ रही है जंगलों को कृषि और बागवानी के लिए नहीं बल्कि नए शहरों के निर्माण के लिए काटा जा रहे हैं।

अगर इसी तरह से जंगल कटते रहेंगे तो वायुमंडल में ग्रीन हाउस गैस की बढ़ोत्तरी होगी जिसका खतरनाक परिणाम ग्लोबल वार्मिंग है। विश्व में केवल 301 मिलियन वर्ग किलोमीटर भूमि शेष है जहाँ केवल जंगल हैं।

पृथ्वी पर वन का हिस्सा :- विश्व की अपेक्षा, हमारे देश में भी तेजी से वनों का सफाया किया जा रहा है। विश्व की कुल 40 प्रतिशत भूमि पर वनों का विस्तार है। देश में 7.83 मिलियन हेक्टेयर हिस्सा जंगलों और पेड़ों से ढका है। एक समय भारत में 50 प्रतिशत से अधिक जंगल थे, जो

धीरे-धीरे घट कर 24 प्रतिशत के आसपास हो गये हैं। वास्तविकता में औद्योगिकीकरण और विकास के नाम पर जंगलों को नष्ट किया जा रहा है।

बड़े-बड़े बांध, आवासीय क्षेत्रों का विस्तार और अन्य औद्योगिक परियोजनाओं के कारण जंगलों को नष्ट कर दिया है। जंगल और खनन माफियाओं की गतिविधियों ने भी जंगलों को नष्ट करने का काम किया है। किसानों और आदिवासी जो जंगलों को बचाने और खेती का कार्य करते हैं उन्हें अपनी भूमि को विस्थापित करके शहर में जाने के लिए मजबूर किया जा रहा है अतः हमें जंगल और उसके जानवरों को बचाने का कार्य करना चाहिए क्योंकि जंगल है तो हम हैं।■



—अर्चना कुमारी

नेत्रदान- किसी के जीवन का उजाला

आँखें ना सिर्फ हमें रोशनी दे सकती हैं बल्कि हमारे बाद वह किसी और की जिंदगी में उजाला भी भर सकती हैं। यही नेत्रदान उन्हें एक नयी जिंदगी दे सकता है लेकिन कुछ लोग अंधविश्वास के कारण नेत्रदान नहीं करते, उनका मानना है कि अगले जन्म में वे नेत्रहीन ना पैदा हो जाएं।

ये दुनिया बहुत खूबसूरत है हमारे आसपास की हर वस्तु में एक अलग ही सुंदरता छिपी होती है, जिसे देखने के लिए एक अलग नज़र की जरूरत होती है, दुनिया की हर चीज का नज़ारा लेने के लिए हमारे पास आँखों का ही सहारा होता है लेकिन क्या कभी आपने यह सोचा है कि बिना आँखों के दुनियाँ कैसी होगी? चारों तरफ अंधेरा ही अंधेरा मालूम होगा, दुनिया की सारी खूबसूरती आँखों के बिना कुछ नहीं है आँखें ना होने का दुख नहीं समझा जा सकता है जिसके पास आँखें नहीं होती हैं वही इस दर्द को समझ सकता है।

थोड़ी देर के लिए अपनी आँखों पर पट्टी बाँधकर देखें दुनिया कैसी लगती है, लगता है ना डर, आँखों के बिना तो सही से चला भी नहीं जा सकता और यही वजह है कि इंसान सबसे ज्यादा रक्षा अपनी आँखों की ही करता है लेकिन कुछ अभागों की दुनिया में परमात्मा ने ही अंधेरा लिखा होता है जिन्हें आँखें नसीब नहीं होती हैं, कई बच्चे इस दुनिया में बिना आँखों के ही आते हैं तो कुछ हादसों में आँखें गवा बैठते हैं, दुनिया भर में नेत्रहीनों की संख्या काफी अधिक है जिनमें से कई तो जन्मजात ही नेत्रहीन होते हैं।

आँखों का महत्व तो हम सब समझते हैं और इसीलिए इसकी सुरक्षा भी हम बड़े पैमाने पर करते हैं लेकिन हममें से बहुत कम होते हैं जो अपने साथ दूसरों के बारे में भी सोचते हैं आँखें ना सिर्फ हमें रोशनी दे सकती हैं बल्कि हमारे मरने के बाद वह किसी और की जिंदगी से भी अधंकार को हटा सकती हैं, लेकिन जब बात नेत्रदान की होती है तो काफी लोग इस अंधविश्वास में पीछे हट जाते हैं कि कहीं हम भी फिर अंधे ही न जन्में।

आँखों की महत्ता को समझते हुए ही 10 जून को हर वर्ष अंतर्राष्ट्रीय दृष्टिहीन दिवस के रूप में मनाया जाता है। इसके जरिए लोगों में नेत्रदान करने की जागरूकता फैलाई जाती है, हमारे द्वारा उठाए गए एक कदम से किसी की ज़िंदगी आबाद हो सकती है।

नेत्रों की मदद से बाहरी दुनियां से हमारा सम्पर्क सम्भव है, अतः नेत्रों की उपयोगिता हमारे दैनिक जीवन के लिए सबसे अधिक है। नेत्रों की महत्ता का पता हमें तब चलता है जब हम किसी नेत्रहीन व्यक्ति की क्रियाओं को देखते हैं। मार्ग पर चलना तो दूर घर पर चलने-फिरने में भी असुविधा होती है। नेत्रहीन व्यक्ति को हर समय किसी न किसी के सहारे की आवश्यकता होती है, उसका दैनिक जीवन भी मुश्किलों से भर जाता है।

प्राप्त आँकड़ों के अनुसार भारत में लगभग 1.25 करोड़ लोग दृष्टिहीन हैं, जिसमें करीब 30 लाख व्यक्ति नेत्र प्रत्यारोपण के माध्यम से नवदृष्टि प्राप्त कर सकते हैं। जितने लोग हमारे देश में एक साल में मरते हैं, अगर वे मरने के बाद अपनी आँखें दान कर जाएँ तो देश के सभी नेत्रहीन लोगों को एक ही साल में आँखें मिल जाएंगी।

अतः नेत्रहीनों के दुखों को समझते हुए हम सब को मिलकर नेत्रदान के लिए लोगों को सजग करना चाहिए एवं नेत्रदान के महत्व को भी समझना चाहिए।■

—विनोद

नेत्रदान जीवन में रोशनी की किरण

नेत्रहीन होना अपने आप में पीड़ा वही महसूस करता है यह बात नहीं कि आँखों में नेत्रहीनों के मन में कोई हीन आँखों से न दिखना यह अपने बार विश्व — नेत्रदान दिवस पर हर कोई कुछ क्षण के लिए अपनी आँखों को बंद रख इस पीड़ा को महसूस करेगा। इस दृष्टि से नेत्रदान संस्था की ओर से एक उचित कदम उठाया जा रहा है, नेत्रहीनों की पीड़ा को समाज ने पहले से ही गंभीरता से लिया है, यही कारण है कि देशभर में नेत्रदान अभियान जारी है। कोरोना संक्रमण से पूर्व नेत्रदान संकल्प— पत्र देने का कार्य चरम पर था संक्रमण के कारण भले ही नेत्रदान की प्रक्रिया उतने प्रभावी रूप से कार्य नहीं कर पा रही है किन्तु नेत्रदान हेतु प्रयास जारी हैं। बीते अनेक वर्षों से नेत्रदान समिति द्वारा इस अभियान को गतिशील बनाने के लिए हर वर्ष 10 जून को विश्व नेत्रदान दिवस मनाया जाता है। नेत्रदान संस्थाएँ नेत्रहीनों के अंधकार भरे जीवन में रोशनी की किरण साबित हुई है। इस कार्य में जन सामान्य एवं प्रशासन को भी अपना योगदान देना चाहिए तब हम नेत्रदान— दिवस की सार्थकता को कायम रख सकते हैं, अतः नेत्रदान —दिवस के अवसर पर हर किसी को नेत्रहीनों की पीड़ा को कम करने के लिए कार्य करना चाहिए।■



एक भीषण त्रासदी है, इसकी जिनकी आँखों में रोशनी ना हो। रोशनी न रहने के कारण भावना प्रभावी रहती है, लेकिन आप में एक दुःखद स्थिति है, इस

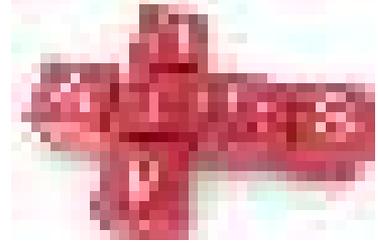
—अतुल कुमार सेन

“एड्स एक कलंक”

प्रस्तावना :- एक्वायर्ड इम्यून डेफिशिएंसी सिंड्रोम या एड्स एक व्यापक बीमारी है जो

एचआईवी या ह्यूमन इम्यूनोडेफिशियेंसी वायरस के कारण मानव शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली पर हमला करता है। इसका कोई ज्ञात इलाज नहीं है, हालांकि वायरस को पूरी तरह से फैलने से रोकने या कम करने के लिए दवाएं हैं। वायरस के स्थानांतरण के मुख्य माध्यम में से एक है असुरक्षित यौन संबंध, एड्स एक तरह का कलंक भी है इस वजह से इसकी खुले तौर पर समाज में लंबे समय से चर्चा नहीं की जाती है दुर्भाग्यवश, बीमारी फैलने के बारे में पर्याप्त जानकारी साझा नहीं की गई है क्योंकि अधिकांश लोग इसके बारे में बात करने से हिचकिचाते थे। इसकी जानकारी की कमी के कारण एवं इलाज की कमी होने की वजह से यह एक महामारी बन गई जिसके परिणाम स्वरूप 28.9 मिलियन लोग इससे प्रभावित हुए।

एड्स एक सार्वजनिक स्वास्थ्य मुद्दा है, शायद इतिहास में दर्ज सबसे महत्वपूर्ण मुद्दा है। एड्स महामारी 2005 में अपने चरम पर पहुँच गई थी तब के मुकाबले आज के समय में गिरावट आयी है, फिर भी दुनिया भर में 37 मिलियन लोग ऐसे हैं जो एचआईवी पॉजीटिव हैं। इसके अलावा 2017 तक, दुनिया भर में एक बीमारी के रूप में लोगों की मौत के लिए एड्स जिम्मेदार है। 1 दिसंबर विश्व एड्स दिवस के रूप में मनाया जाता है एक अन्तर्राष्ट्रीय दिन जिसका मतलब एड्स के बारे में जागरूकता फैलाना है।



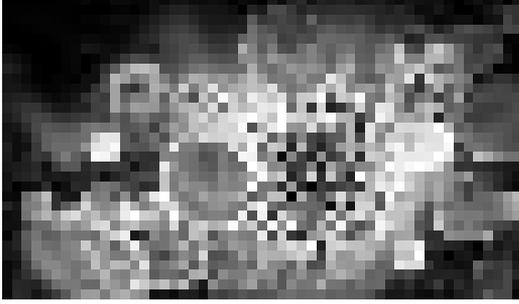
एड्स/एचआईवी के लक्षण-

शुरुआती लक्षण :- इन लक्षणों में आम तौर पर ठंड, बुखार मांसपेशियों में दर्द, जोड़ों में दर्द, रात को पसीना आना, गले में खराश, लाल धब्बे, बढ़ी हुई ग्रंथियाँ, कमजोरी, थकान और वजन घटना शामिल है। हालांकि ये लक्षण तब भी दिखाई देते हैं जब शरीर अन्य वायरल संक्रमणों से लड़ रहा होता है, इसलिए जो लोग हाल ही में एचआईवी रोग के खतरे में हैं, उन्हें जल्द ही परीक्षण कराना चाहिए। एक बार रोग की प्रगति उस चरण तक पहुँच जाए जहाँ एड्स की ज्यादा होने की संभावना होती है तो एक रोगी अन्य बीमारियों के लिए अतिसंवेदनशील हो जाता है।

रोकथाम के तरीके:-

अपने साथी की स्वास्थ्य स्थिति जानें :- आप और आपके साथी दोनों को एचआईवी के लिए नियमित रूप से परीक्षण कराना चाहिए। विभिन्न देशों में कई स्वास्थ्य केन्द्र परीक्षण किट प्रदान करते हैं। यदि आप किसी डॉक्टर से मिलने में संकोच करते हैं, तो आप इन किटों को प्राप्त कर सकते हैं।

सुरक्षित यौन संबंध:- वायरस के बड़े पैमाने पर फैलने के प्रमुख कारणों में से एक असुरक्षित यौन संबंध है इसलिए यह बिल्कुल जरूरी है कि आप सुरक्षित यौन संबंध का अभ्यास करें इसके अलावा, आपके साथ यौन संबंध रखने वालों की संख्या को प्रतिबंधित करना सबसे अच्छा है आपके द्वारा यौन संबंध अधिक लोगों से रखने की वजह से एचआईवी होने की अधिक सम्भावना रहती है।



नियमित रूप से परीक्षण करवाएं:- आप और आपके साथी को नियमित चैकअप कराने के लिए आना चाहिए, न केवल एड्स के लिए बल्कि अन्य एसटीडी के लिए भी। एसटीडी होने से एड्स के संपर्क में आने की संभावना आप में बढ़ जाती है।

दवाओं का दुरुपयोग न करें :- दवाओं का दुरुपयोग न करें। हालांकि, यदि आप दवा

लेते हैं, तो सुनिश्चित करें कि आपके द्वारा उपयोग की जाने वाली सुईयों को कीटाणुरहित कर दिया गया है और उन्हें किसी और के साथ साझा नहीं किया गया है।

प्री-एक्सपोजर प्रोफेलेक्सिस- प्री-एक्सपोजर प्रोफेलेक्सिस के बारे में किसी डॉक्टर या स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें इससे शुरुआती चरणों में एचआईवी संक्रमण की संभावना कम हो जाती है। इसे एचआईवी के संपर्क में आने के तीन दिनों के भीतर लिया जाना चाहिए।

एड्स/एचआईवी के कारण:- एड्स एचआईवी ह्यूमन इम्यूनोडेफिशियेंसी वायरस के कारण होता है। यह एक रेट्रोवायरस है जिसका अर्थ है कि यह अपने जीनोम की डीएनए कॉपी को मेजबान कोशिकाओं में डालकर प्रतिकृति करता है मेजबान कोशिकाएं सफेद रक्त कोशिकाएँ होती हैं जिन्हें टी हेल्पर कोशिकाएँ या सीडी 4 कोशिकाएँ कहा जाता है जो प्रतिरक्षा प्रणाली का हिस्सा है। एचआईवी इन कोशिकाओं को नष्ट कर देता है और स्वयं की प्रतियाँ बनाता है जिससे मानव प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हो जाती है। व्यवहारिक रूप से यह समय के साथ बीमारियों से लड़ने की क्षमता को कम करता है।

एचआईवी को तीन तरीकों से स्थानांतरित किया जा सकता है:-

रक्त :-रक्त संक्रमण के माध्यम से एचआईवी फैल सकता है अधिकांश विकसित देशों में रक्त देने या लेने की प्रक्रिया से पहले रक्त की सख्त जाँच होती है ऐसा कई बार सुईयों को साझा करने से भी होता है यदि इन सुईयों को किसी ऐसे व्यक्ति द्वारा साझा किया गया है जो एचआईवी पॉजिटिव है, तो वायरस उस व्यक्ति में स्थानांतरित हो जाता है जिसके साथ वो साझा कर रहे हैं।

प्रसवकाल :- अगर एक गर्भवती माँ एचआईवी पॉजिटिव है तो उनके बच्चों को वायरस से गुजरना पड़ सकता है। यह गर्भावस्था के दौरान, प्रसव के दौरान या बाद में स्तनपान के दौरान हो सकता है।

यौन संचरण :- एचआईवी, यौन संबंध के दौरान शारीरिक तरल पदार्थ के साझाकरण के माध्यम से स्थानांतरित किया जा सकता है। इन तरल पदार्थ में जेनिटल, रेक्टल और तरल पदार्थ शामिल हैं।

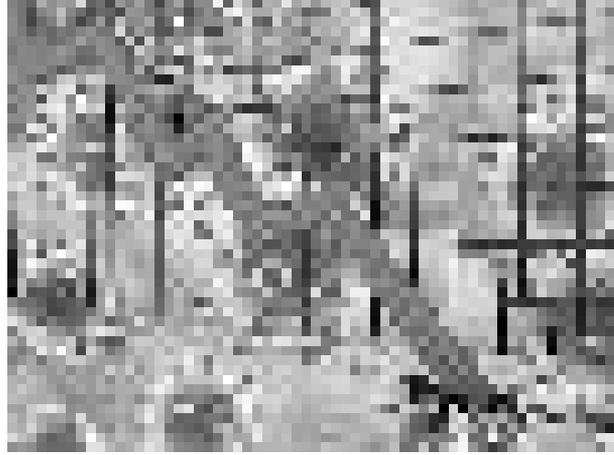
निष्कर्ष :- मरीज को ये पता लगने पर कि वह एचआईवी पॉजिटिव है, उसे खुद को संभालना मुश्किल हो जाता है। हालांकि, बीमारी को फैलने से रोकने के लिए अब उपचार उपलब्ध हैं उसके साथ-साथ एचआईवी से पीड़ित मरीज स्वस्थ और उत्पादक जीवन का नेतृत्व कर सकते हैं।■

—बबीता पाल

अर्थव्यवस्था की स्थिति: एक वृहद दृष्टिकोण

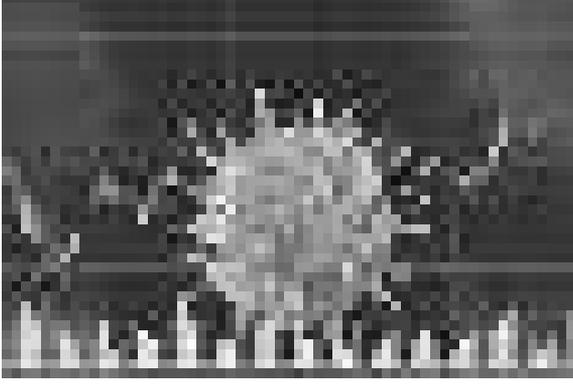
“सही समय पर सही काम करना ऐसी आदत है जिससे जीवित व्यक्ति जीवन में असीमित सफलता प्राप्त कर सकता है।”

नोवल कोविड-19 वायरस ने वर्ष 2020 में दुनिया को अव्यवस्था में डालकर सभी के लिए भय का माहौल सृजित करके उनके आवागमन, सुरक्षा और सामान्य जीवन को प्रभावित किया, इसने भारत और दुनिया के लिए एक सदी में सबसे विकट आर्थिक चुनौती पेश की। इलाज या वैक्सीन के बिना, सार्वजनिक स्वास्थ्य नीति इस व्यापक संकट से निपटने के लिए केन्द्रीय बन गई। रोग के वक्र को समतल करने की अनिवार्यता को आसन्न मंदी की आजीविका लागत के साथ जोड़ा गया था, जो महामारी को रोकने के लिए आवश्यक लॉकडाउन से आर्थिक गतिविधियों में प्रतिबंधों से निकली थी इस अर्तनिहित व्यापार-बंद ने 'जीवन बनाम आजीविका की नीति' दुविधा को जन्म दिया।



दुनिया भर की सरकारों और केन्द्रीय बैंकों ने अपनी अर्थव्यवस्थाओं को समर्थन देने के लिए नीतिगत उपकरणों की एक श्रृंखला तैनात की जैसे कि— प्रमुख नीतिगत दरों को कम करना, ऋण की गारंटी, नकद हस्तांतरण और राजकोषकीय प्रोत्साहन के उपाय। महामारी के संभावित प्रसार के बारे में भारी अनिश्चितता का सामना करना पड़ता है इसलिए नीति ने Hasen और Sargent (2001) के नोबेल पुरस्कार विजेता अनुसंधान को लागू किया। जो सबसे खराब स्थिति में नुकसान को कम करने पर केंद्रित नीति की सिफारिश करता है। एक अभूतपूर्व महामारी के साथ सामना, सैकड़ों मानव जीवन की हानि ने इस सबसे खराब स्थिति को पकड़ लिया। इसके अलावा महामारी विज्ञान अनुसंधान ने एक ऐसे देश में विशेष रूप से एक प्रारंभिक कड़े लॉकडाउन के महत्व पर प्रकाश डाला, जहाँ उच्च जनसंख्या घनत्व ने सामाजिक दूरी के संबंध में कठिनाइयों का सामना किया, वहीं भारत की नीति मानवीय प्रतिक्रिया जिसने मानव जीवन को बचाने पर ध्यान केंद्रित किया। प्रारंभिक कड़े लॉकडाउन की अल्पकालिक कठिनाई ने जीवन रक्षा में और आर्थिक सुधार की गति में दीर्घकालिक लाभ दिया। सैकड़ों लोगों की जान बचाई जा चुकी है और वी-आकार की आर्थिक रिकवरी देखी जा रही है—जो प्रारंभिक लॉकडाउन के प्रभाव के कारण दीर्घकालिक लाभ के लिए अल्पकालिक कठिनाई लेने में भारत के साहस की गवाही है।

भारत ने माना कि महामारी अर्थव्यवस्था में आपूर्ति और माँग दोनों को प्रभावित करती है। सुधारों का मोड़—सभी प्रमुख अर्थव्यवस्थाओं के बीच फिर से अद्वितीय है यह सुनिश्चित करने के लिए लागू किया गया था कि लॉकडाउन के दौरान आपूर्ति—संबंधी व्यवधान, जो अपरिहार्य में मध्यम से दीर्घावधि में कम से कम हो माँग पक्ष की नीति ने इस समझ को प्रतिबिंबित किया कि समग्र माँग विशेष रूप से गैर आवश्यक वस्तुओं के लिए, बचत करने के लिए निवारक उद्देश्यों को दर्शाती है जो समग्र अनिश्चितता अधिक होने पर अनिवार्य रूप से उच्च रहता है इसलिए महामारी के शुरूआती महीनों के दौरान जब अनिश्चितता अधिक थी और लॉकडाउन ने



आर्थिक प्रतिबंध लगा दिए तब भारत ने विवेकाधीन खपत को बढ़ाने की कोशिश में कीमती वित्तीय संसाधनों को बर्बाद नहीं किया। सभी आवश्यकताओं का ध्यान रखा गया है।

अनलॉक चरण के दौरान, जब अनिश्चितता में गिरावट आई और एक तरफ सब्सिडी बचत करने के लिए एहतियाती मकसद था तो एक ओर आर्थिक गतिशीलता में वृद्धि हुई, दूसरी ओर भारत ने अपने राजकोषीय खर्च में वृद्धि की। एक अनुकूल मौद्रिक नीति ने मौद्रिक नीति संचरण को करते हुए अस्थायी नैतिकता के माध्यम से देनदारों को प्रचुर मात्रा में तरलता और तत्काल राहत सुनिश्चित की।

इस प्रकार भारत की माँग पक्ष नीति इस विचार को रेखांकित करती है कि त्वरक पर दबाव डालते समय ब्रेक को दबाया जाता है जिसमें केवल अपशिष्ट ईंधन होता है।■

—माहेश्वरी मालवीय

मानव अधिकार

मानव अधिकारों से तात्पर्य उन सभी अधिकारों से है जो व्यक्ति के जीवन, स्वतंत्रता, समानता एवं प्रतिष्ठा से जुड़े हुए हैं। यह अधिकार भारतीय संविधान के भाग तीन में मूलभूत अधिकारों के नाम से वर्णित किए गए हैं और न्यायालयों द्वारा प्रवर्तनीय हैं। इसके अलावा ऐसे अधिकार जो अन्तर्राष्ट्रीय समझौते के फलस्वरूप संयुक्त राष्ट्र की महानसभा द्वारा स्वीकार किए गए हैं और देश के न्यायालयों द्वारा प्रवर्तनीय हैं, को मानव अधिकार माना जाता है।

मानव अधिकार का अर्थ:- मानव अधिकार शब्द हिन्दी युग्म शब्द है जो दो शब्दों मानव + अधिकार से मिलकर बना है। मानव अधिकारों से आशय मानव के अधिकारों से है। मानव अधिकार शब्द को पूर्णतः समझने के पूर्व हमें अधिकार शब्द को समझना होगा।

हैराल्ड लास्की के अनुसार :- “अधिकार सामाजिक जीवन की वे परिस्थितियाँ हैं जिसके बिना

आमतौर पर कोई व्यक्ति पूर्ण आत्म-विकास की आशा नहीं कर सकता।”

वाइल्ड के अनुसार:- “कुछ विशेष कार्यों के करने की स्वतंत्रता की विवेकपूर्ण माँग को अधिकार कहा जाता है।”

मानव अधिकार की परिभाषा:-

“मानव अधिकार वे अधिकार हैं जो प्रत्येक व्यक्ति को मानव होने के कारण प्राप्त हैं। इन अधिकारों का आधार मानव स्वभाव में निहित है।”

डेविड सेलवाई का विचार है कि:- मानव अधिकार संसार के समस्त व्यक्तियों को प्राप्त हैं, क्योंकि ये स्वयं में मानवीय हैं वे पैदा नहीं किये जा सकते, खरीद या संविदावादी प्रक्रियाओं से मुक्त होते हैं।”

डी.डी.बसु का मत है कि:- “मानव अधिकार वे अधिकार हैं जिन्हें प्रत्येक व्यक्ति को बिना किसी भेदभाव के मानव परिवार का सदस्य होने के कारण राज्य तथा अन्य लोक सेवक के विरुद्ध प्राप्त होने चाहिए।

मानव अधिकार के प्रकार :- साधारणतः अधिकारों को दो मुख्य भागों में विभाजित किया जाता है— (अ) नैतिक अधिकार, (ब) कानूनी अधिकार।

आधुनिक समय में अलग-अलग राजनीतिक व्यवस्थाओं को भिन्न-भिन्न प्रकार के अधिकार प्राप्त होते हैं। उदारवादी लोकतांत्रिक व्यवस्था में नागरिक एवं राजनीतिक अधिकारों को विशिष्ट महत्व प्रदान किया जाता है। मानव अधिकारों को निम्नांकित श्रेणियों में विभक्त अथवा वर्गीकृत किया जाता है—

- 1 प्राकृतिक अधिकार
- 2 नैतिक अधिकार
- 3 कानूनी अधिकार
- 4 नागरिक अधिकार
- 5 मौलिक अधिकार
- 6 आर्थिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक अधिकार

इस प्रकार मानव अधिकार व्यक्ति के उन सभी अधिकारों की विवेचना करते हैं जो उन्हें जीवन जीने के लिए, स्वतंत्रता के लिए, समाज में प्रतिष्ठा के लिए जरूरी हैं और इन अधिकारों का उपयोग करना हर एक व्यक्ति का आवश्यक कर्तव्य है। ■

—रिकला खुटिया



आत्मविश्वास जीवन की सफलता

जीवन—समर जीतने, उपयोगी और महान् कार्य करने के लिए अपने आत्मविश्वास को प्रज्वलित रखना बहुत आवश्यक है। क्योंकि किसी भी महान् ध्येय की पूर्ति तभी होती है, जब मनुष्य के सारे गुण और सारी शक्तियाँ नियंत्रित और नियोजित होकर कार्य में संलग्न होती हैं। शक्तियों का नियोजन तथा केन्द्रीयकरण का कार्य आत्मविश्वास के उठते ही प्रारंभ होता है जिसमें सारी शक्तियाँ स्वतः उठ खड़ी होती हैं और स्वतः ही पंक्तिबद्ध होकर कार्य सम्पादन करने के लिए तत्पर हो जाती हैं।

मनुष्य प्रेरणा का केन्द्र है, प्रकाश है, ज्योति है और अमर साक्षात् प्रकाश में यह सब है तो किन्तु इसका अनुभव वह तब ही कर सकता है, जब ज्वलन्त आत्मविश्वास से ओत-प्रोत हो अन्यथा वह माँस का एक पिण्ड और मिट्टी की एक मूर्ति मात्र ही है। अदम्य आत्मविश्वास ही मनुष्य को साधारण जीव से असाधारण देवपुरुष बनाता है। स्वामी विवेकानन्द ने ठीक ही कहा है विश्वास ! विश्वास! अपने में विश्वास, ईश्वर में विश्वास अपने आत्मदेव की शक्तियों में विश्वास ही मानव जीवन की सफलता और महानता का रहस्य है।" आत्मविश्वास का वास्तविक अर्थ है अपनी आत्म—सत्ता में विश्वास करना, अपने को मांस पिण्ड रूपी शरीर न मानकर आत्म विश्वास करना और यह विश्वास रखा जाना चाहिए कि संसार के प्रत्येक मनुष्य के भीतर कोई न कोई महान पुरुष सोया पड़ा रहता है। हमारे अन्दर भी है। यदि ऐसा न होता तो एक साधारण दीन—हीन मजदूर का पुत्र अब्राहम लिंकन संसार का महान व्यक्ति न हो पाता।

शक्तियों का उपयोग शक्तियों को बढ़ाता है और बढ़ी हुई शक्तियाँ मनुष्य को उत्तरोत्तर उन्नति की ओर अग्रसर करती रहती हैं।

मनुष्य जब अपने को कर्तव्य एवं कर्मों के पथ पर आगे बढ़ाता है, आत्मबल का उपार्जन कर स्वयं को परिश्रम एवं पुरुषार्थ की आग में तपाता है तो उसके भीतर सोया पड़ा नेता, समाज सुधारक, धर्म प्रचारक, वैज्ञानिक, कलाकार, संत अथवा उद्योगपति जागकर ऊपर उभर आता है इस प्रकार आत्मविश्वास ही सबकी सफलता का एवं जीवन संग्राम में जीतने का एक मात्र आधार है।

—सोनम स्नेही

आत्मबल जीवन की सफलता

प्रस्तावना:- आत्मबल मानव जीवन की अमूल संपत्ति है इससे बड़े से बड़े कार्य सहजता से सरल किये जा सकते हैं। विश्व की संपूर्ण शक्ति मानव मात्र में निहित है जिससे संपूर्ण विश्व को बदला जा सकता है। आत्मबल से ही हम आज चाँद तक पहुँचे हैं। आत्मबल एक ऐसी चीज है जो हमें आत्मविश्वास की भावना प्रदान करता है और परिणामस्वरूप जिससे आपका मन मजबूत और खुश रहता है। आत्मविश्वास के साथ, कोई भी जीवन में कुछ भी हासिल कर सकता है, यह आपकी शक्ति और उन चीजों को करने की क्षमता को बढ़ाता है जो आपको भयभीत कर सकते हैं और आपको निराश कर सकते हैं।

आत्मबल एक प्रतिबिम्ब :- आत्मबल एक ऐसा गुण है। जो आपके भीतर से आता है यह आपकी आंतरिक आवाज और आपके अपने बारे में आपके विचार का प्रतिबिम्ब है। आजकल समाज में ऐसे लोगों के लिए कोई जगह नहीं है जो खुद को व्यक्त करने के लिए पर्याप्त आश्वस्त नहीं हैं कई लोगों में आत्मबल अधिक होता है इस विशेषता के कारण वे प्रत्येक क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर पाते हैं, जबकि आत्मबल की कमी वाले लोग हमेशा समाज में मान्यता प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत करते हैं परन्तु उन्हें सफलता नहीं मिल पाती।

सफलता की कुंजी :- आत्मबल सफलता की कुंजी है जो व्यक्ति के जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। छात्रों को अपने करियर में उत्कृष्टता प्राप्त करने और जीवन में सफल होने के लिए आत्मबल प्राप्त करने का प्रयास करना चाहिए यदि आप आत्मविश्वासी हैं तो आपके जीवन में सफलता की संभावनाएँ अधिक हैं।



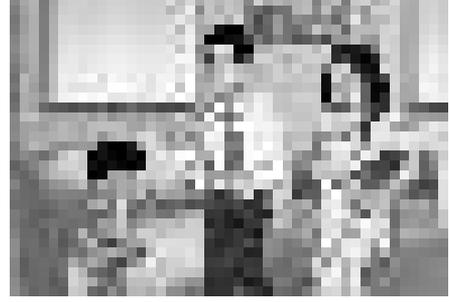
ध्यान केन्द्रित करने में मदद:- एक व्यक्ति जो आश्वस्त है वह जीवन के विभिन्न पलों का आनंद लेने में सक्षम है, वह कार्यस्थल पर और साथ ही घर पर किसी भी प्रकार की चुनौतियों का सामना करने में सक्षम है, वह असफलताओं से डरता नहीं है भले ही वह असफल हो जाये उसके पास खड़े रहने और जो वह चाहता है उसके लिए मेहनत करने का साहस होता है। आत्मबल आपको उन चीजों पर ध्यान केन्द्रित करने में मदद करेगा जो आपको मजबूत बनाती हैं।

आत्मबल की कमी :- यदि आपके पास आत्मबल की कमी है तो संभावना है कि आप आसपास के लोगों पर हावी होंगे और फिर से उठने में सक्षम नहीं होंगे अतः आत्मबल की कमी आपको अवसाद में खो देती है और आपके जीवन को दुखी करती है। यहाँ तक कि चीजों का सरलतम रूप भी बहुत बड़ा एवं कठिन प्रतीत होगा और आप धीरे- धीरे आत्मविश्वास खोते रहेंगे इसलिए जीवन में खुश रहने और सफलता पाने के लिए आत्मबल जरूरी है।■

—सोनम बघेल

आधुनिकता और बिखरते संस्कार

प्राचीनता से चली आ रही समृद्ध भारतीय संस्कृति व पुरातन परम्परा पर आधुनिक व पश्चिमी संस्कृति के प्रभाव को नकारा नहीं जा सकता है। भारतीय धार्मिक मान्यताओं में प्रकृति को वंदनीय माना गया है मगर आधुनिक विकास व अनियंत्रित निर्माण कार्यों की जद्दोज़हद में पर्यावरण संरक्षण की धज्जियाँ उड़ रही हैं। आज के इस आधुनिक युग में संस्कृति सभ्यता व संस्कारों को दर किनार नहीं करना चाहिए नैतिकता, शिष्टाचार हमारे जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका रखते हैं। नैतिक मूल्यों से भरा व्यक्ति शिष्टाचार का महत्व भूलता जा रहा है। पुराने समय में नैतिक मूल्यों व शिष्टाचार के लिये कोई विशेष विषय प्रबंध नहीं था किन्तु यह सब तो बच्चे अपने पारिवारिक माहौल से ही सीख जाते थे।



आज से दो दशक पहले तक टी.वी. मोबाइल का चलन ज्यादा नहीं था तो बच्चों का समय ज्यादातर दादा-दादी या नाना- नानी से कहानी सुनने में व्यतीत होता था। वह कहानियाँ बच्चों के लिये शिष्टाचार व नैतिक संस्कारों का बीजारोपण भी करती थीं। बचपन से सुनी गई उन कहानियों से हमको विभिन्न तरह की अच्छाइयों व बुराइयों का अनोखा ज्ञान प्राप्त होता था साथ ही साथ संस्कारी व्यक्तित्व अपनाने की प्रेरणा भी मिलती थी। बच्चों के संस्कार की जिम्मेदारी उनके अभिभावकों का प्रथम कर्तव्य है। बच्चों में संस्कारों की नींव न डालने से बच्चों का भविष्य गलत दिशा में आगे बढ़ सकता है बल्कि वे आगे चलकर परिवार व समाज के लिये कष्टकारी होते हैं।

विद्यालयों में शिक्षकों को चाहिए कि नैतिक शिक्षा बच्चों के लिये विषय बनकर ना रहे ज्यादातर बच्चों के लिये नैतिक शिक्षा विषय एक मनोरंजन तक सीमित है। शिक्षक व अभिभावकों को संयुक्त रूप से बच्चों के किताबी ज्ञान के साथ-साथ उनके अंदर नैतिक मूल्यों के प्रति जागरूकता उत्पन्न करने का प्रयास करना चाहिए जिससे बच्चे संस्कारों के रूप में उन मूल्यों का जीवन में पालन कर पायें। हम बच्चों और युवाओं के संस्कारविहीन होने की जिम्मेदारी उन पर नहीं डाल सकते। उनके अंदर नैतिकता व शिष्टाचार का बीज हमें बाल्यावस्था से ही डालना पड़ेगा।

आज इंटरनेट मोबाइल की पीढ़ी का युग है। बच्चों को हम आज पुरानी विचारधारा से बांधकर नहीं रख सकते हैं। शिष्टाचार व नैतिकता के संस्कारों के बिना हम एक खुशहाल समाज का निर्माण नहीं कर सकते हैं। हमारे संस्कार हमारे पूर्वजों की पहचान हैं। संस्कारों के नाम पर प्राचीन रूढ़िवादी विचारों को आधुनिक समय में लागू नहीं कर सकते हैं। लेकिन नैतिक मूल्यों व शिष्टाचार के संस्कारों को भी नहीं भुलाया जा सकता। आधुनिक युग में हमें विचारों से आधुनिक बनने की आवश्यकता है, संस्कारों से नहीं। अगर हम अपने संस्कारों, संस्कृति व सभ्यता को भुला देंगे तो बच्चे अंग्रेजी नववर्ष तो मनाते रहेंगे लेकिन हिन्दी नव-वर्ष की ओर कभी भी ध्यान नहीं जाएगा और ना ही वे कभी इसमें फर्क समझ पाएंगे अगर आधुनिक समय में इन मूल्यों का बीजारोपण बच्चों में न किया गया तो देश की प्रगति, संस्कृति व सभ्यता का विनाश तय है। ■

—गोपीचन्द जुप्ते

व्यावसायिक शिक्षा का नवीन आंकलन

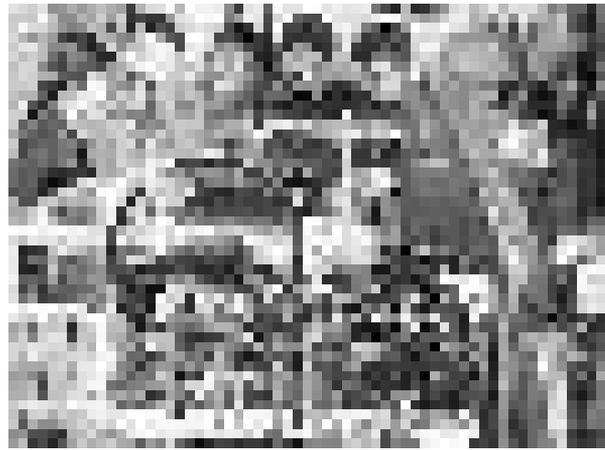
प्रावधान :- पेशेवरों को तैयार करने से जुड़ी शिक्षा के लिए यह अनिवार्य है कि पाठ्यक्रम में नैतिकता और सार्वजनिक उद्देश्य के महत्व का समावेश हो और इसके साथ ही साथ उस विषय विशेष की शिक्षा और व्यावहारिक अभ्यास की शिक्षा को भी शामिल किया जाए।

अन्य समस्त उच्चतर शिक्षा से जुड़े विषयों की तरह ही इसके केंद्र में तार्किक और अतः विषयों, सोच, विमर्श, चर्चा, अनुसंधान और नवाचार को शामिल किया जाना चाहिए। इस उद्देश्य को प्राप्त करने के लिए यह आवश्यक है कि व्यावसायिक विकास से जुड़े बाकी विषयों से यह कटी या अलग न रहे।

व्याख्या और विवेचना :- पेशेवरों (प्रोफेशनल्स) को प्रशिक्षित करने हेतु पाठ्यक्रम में नैतिकता और सार्वजनिक उद्देश्य का समावेश हो और उस विषय (व्यवसाय) की सैद्धांतिक और व्यावसायिक व्यावहारिक अभ्यास (प्रेक्टिस) की शिक्षा को भी शामिल किया जाए। उच्चतर शिक्षा के अन्य विषयों की तरह इस (व्यावसायिक) शिक्षा में भी तार्किक (लॉजिकल) और अंतः विषयी सोच, विमर्श, चर्चा, अनुसंधान और नवाचार को सम्मिलित किया जाना चाहिए। इस उद्देश्य हेतु व्यावसायिक विकास का अन्य विषयों से पार्थक्य न होकर समावेशन होना चाहिए।

प्रावधान :- 12 वीं पंचवर्षीय योजना (2012–2017) के अनुमान के अनुसार 19–24 आयुवर्ग में आने वाले भारतीय कार्यबल के अत्यंत ही कम प्रतिशत (5 प्रतिशत से कम) लोगों ने औपचारिक व्यावसायिक शिक्षा प्राप्त की, जबकि संयुक्त राज्य अमेरिका में 52 प्रतिशत, जर्मनी से 75 प्रतिशत और दक्षिण कोरिया में अत्यंत अधिक 96 प्रतिशत पर यह संख्या काफी अधिक है। ये संख्या भारत में व्यावसायिक शिक्षा के प्रसार में तेजी लाने की आवश्यकता को पूरी स्पष्टता से रेखांकित करती है।

व्याख्या और विवेचना :- 12 वीं पंचवर्षीय योजना (जो 2012 से 2017 थी) के अनुमान के अनुसार आयु वर्ग 19 से 24 (युवा वर्ग) के भारतीय विद्यार्थियों का प्रतिशत केवल 5 प्रतिशत से कम था जिन्होंने औपचारिक व्यावसायिक शिक्षा प्राप्त की जबकि यही संयुक्त राज्य अमेरिका में 52 प्रतिशत जर्मनी में 75 प्रतिशत और दक्षिण कोरिया में 96 प्रतिशत अर्थात् बहुत अधिक था। यह आंकड़े भारत में व्यावसायिक शिक्षा के प्रसार में तीव्रता लाने की आवश्यकता को स्पष्ट करते हैं।



अध्यापक शिक्षा :- अगली पीढ़ी को आकार देने में शिक्षकों की एक टीम के निर्माण में अध्यापक शिक्षा की भूमिका महत्वपूर्ण है। शिक्षकों को तैयार करना एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके लिए बहुविषयक दृष्टिकोण और ज्ञान की आवश्यकता के साथ ही साथ उनके अभ्यास की भी आवश्यकता होती है। यह सुनिश्चित किया जाना चाहिए कि अध्यापक शिक्षा और शिक्षण प्रक्रियाओं से संबंधित अद्यतन प्रगति के साथ ही साथ भारतीय मूल्यों, भाषाओं, भाषा ज्ञान, लोकाचार और परंपराओं, जनजातीय परम्पराओं के प्रति भी जागरूक रहें।



व्याख्या और विवेचना :- भावी पीढ़ी बनाने वाले शिक्षकों की टीम के निर्माण में 'अध्यापक शिक्षा' की भूमिका महत्वपूर्ण है। शिक्षकों को बनाने में बहुविषयक दृष्टिकोण और ज्ञान के साथ उत्कृष्ट प्रशिक्षकों के निर्देशन में मान्यताओं व मूल्यों का निर्माण व अभ्यास आवश्यक होता है यह भी सुनिश्चित किया जाना चाहिए कि शिक्षकों के निर्माण में अध्यापक शिक्षा और शिक्षण प्रक्रियाओं की अद्यतन स्थिति सहित भारतीय मूल्यों, भाषाओं, परम्पराओं, जनजातीय परम्पराओं के प्रति जागरूकता शामिल हो।

ड्रॉपआउट बच्चों की संख्या कम करना :-

प्रावधान:- स्कूली शिक्षा प्रणाली के प्राथमिक लक्ष्यों में हमें यह सुनिश्चित करना है कि बच्चों का स्कूल में नामांकन हो और उन्हें नियमित रूप से विद्यालय भेजा जाए। सर्वशिक्षा अभियान और शिक्षा का अधिकार अधिनियम जैसी पहल के माध्यम से भारत ने हाल के वर्षों में प्राथमिक शिक्षा में लगभग सभी बच्चों का नामांकन प्राप्त करने में उल्लेखनीय प्रगति की है हालांकि, बाद के आंकड़े बच्चों के स्कूली व्यवस्था में ठहराव संबंधी कुछ गंभीर मुद्दों की ओर इशारा करते हैं। कक्षा छठी से आठवीं का GER 90.9 प्रतिशत है, जबकि कक्षा 9-10 और 11-12 के लिए क्रमशः केवल 79.3 प्रतिशत और 56.5 प्रतिशत है। यह आंकड़े दर्शाते हैं कि किस तरह से कक्षा 5 और विशेष रूप से कक्षा 8 के बाद नामांकित छात्रों का एक महत्वपूर्ण अनुपात शिक्षा प्रणाली के बाहर हो जाता है।

व्याख्या और विवेचना:- राष्ट्रीय शिक्षा नीति की इस कंडिका में उल्लेख है कि प्राथमिक शिक्षा में लगभग सभी बच्चों का नामांकन हुआ है परंतु उनका ठहराव नहीं हुआ यानी शिक्षा ले रहे बच्चों ने शाला त्याग दी। GER (सफल नामांकन अनुपात) माध्यमिक व उच्चतर माध्यमिक स्तर पर कम है इस प्रकार नामांकित छात्रों का एक महत्वपूर्ण अनुपात शिक्षा प्रणाली के बाहर है। ■

—छाया सक्सेना

“रोगोपचार में योग का महत्व”

शरीर में रोग होने की स्थिति में मनुष्य का आर्थिक स्तर प्रभावित होता है। रोगोपचार में होने वाला व्यय व इसके दुष्प्रभाव शारीरिक व मानसिक रूप से भी प्रभावित करते हैं। योगाभ्यास के सतत् अभ्यास से मानसिक एकाग्रता तथा प्रतिरोधी क्षमता में वृद्धि होती है।



मानवीय जीवन में योग का महत्व :-

1 **योग का शारीरिक महत्व :-** योग साधना की शारीरिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण भूमिका है योग के 8 अंगों में तीसरा, चौथा अंग आसन व प्राणायाम से शारीरिक स्वास्थ्य प्राप्त होता है। योगासनों से शारीरिक शक्तियों को विकसित किया जाता है। योग एक स्वस्थ जीवन जीने की कला है।

2 **योग का मानसिक महत्व :-** मानसिक रोग एक भयावहता का रूप लेते जा रहे हैं। जिनका निराकरण करने में आधुनिक विज्ञान असमर्थ है। इन तनाव जन्य परिस्थितियों और रोगों से निपटने के लिए योगाभ्यास एक सफल व कारगर चिकित्सा पद्धति है। योग द्वारा चित्त की वृत्तियों पर अकुंश लगाया जाता है। मन की चंचलता को कम कर मानसिक एकाग्रता प्राप्त की जा सकती है।

3 **योग का आध्यात्मिक महत्व :-** जीवन का मुख्य उद्देश्य है मोक्ष की प्राप्ति। इस महान लक्ष्य की प्राप्ति का माध्यम हमारा मन है। जैसा कि शास्त्रों में वर्णित है मन एव मनुष्याणां कारणं बन्ध मोक्षयोः। अर्थात् मन ही बन्धन और मोक्ष का कारण है।

4 **योग का सामाजिक महत्व :-** किसी भी समाज के उत्थान में स्वस्थ व सुसंस्कारिक परिवार की अहम भूमिका होती है। योग के अन्तर्गत प्राणायाम का व आसनों का अभ्यास करने वाला व्यक्ति शारीरिक व मानसिक रोगों का निवारण कर ऊँची सोच वाला हो जाता है।

रोगोपचार के क्षेत्र में :- निःसंदेह आज के इस प्रतिस्पर्धा विलासिता के युग में अनेक रोगों का जन्म हुआ है जिन पर योगाभ्यास से विशेष लाभ देखने को मिला है। संभवतः रोगों पर योग के इस सकारात्मक प्रभाव के कारण ही योग को पुनः प्रचार-प्रसार मिला।

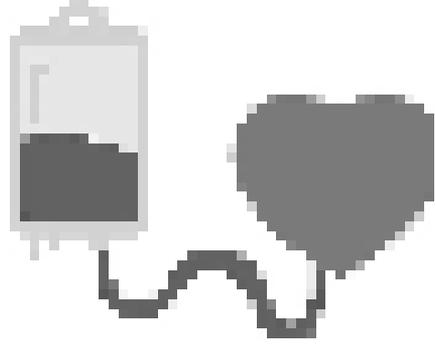
आज देश ही नहीं बल्कि विदेशों में अनेकों स्वास्थ्य से सम्बन्धित संस्थाएं योग चिकित्सा पर तरह-तरह के शोध कार्य कर रही हैं। आज योग द्वारा दमा (अस्थमा) उच्च व निम्न रक्त चाप, हृदय रोग, मधुमेह, मोटापा, चिंता, अवसाद आदि रोगों का प्रभावी रूप से उपचार किया जा रहा है।

इस प्रकार हम देखते हैं कि योग के द्वारा व्यक्ति का समग्र विकास होता है और जीवन के विविध क्षेत्रों में योग का महत्वपूर्ण स्थान है। ■

—किरण सिंह

रक्तदान महादान

किसी व्यक्ति की रक्त की आवश्यकता के लिए कुछ अलग उद्देश्य हो सकते हैं। एक बीमारी या एक दुर्घटना के कारण रक्त की आवश्यकता उभर सकती है। रक्त हमारे शरीर में आवश्यक तरल पदार्थों में से एक है, जो शरीर को सुचारु रूप से कार्य करने में मदद करता है। रक्तदान जरूरतमंद लोगों को स्वस्थ रक्तदान करने का कार्य है। अत्यधिक रक्त की हानि के कारण व्यक्ति की मृत्यु भी हो सकती है अतः रक्तदान को महादान भी कहा जाता है क्योंकि यह जीवन बचाने का कार्य करता है। रक्तदान वह प्रक्रिया है जिससे हम दूसरे की जान बचाने में खुद का योगदान देते हैं।



रक्तदान कौन कर सकता है:- रक्तदान महिला या पुरुष दोनों कर सकते हैं लेकिन कुछ बातें हैं जो रक्तदान करने वालों को और डॉक्टरों को पता होना चाहिए क्योंकि तब ही रक्तदान किया जा सकता है। रक्तदान करने वाले व्यक्ति की उम्र कम से कम 18 साल से ऊपर होना चाहिए। रक्तदान करें क्योंकि रक्तदान करके लोगों को इन बीमारियों, ऐमिलॉइडोसिस, रक्ताल्पता, हीमोफीलिया, ल्यूकेमिया से बचाया जा सकता है। इसलिए एक स्वस्थ व्यक्ति को रक्तदान जरूर करना चाहिए।

दूसरा यह है कि जो व्यक्ति रक्तदान करने वाला है उसे किसी भी तरह की बीमारी नहीं होना चाहिए और अगर कोई बड़ी बीमारी जैसे कि शुगर, कैंसर, टी.वी. आदि है तो वह बिल्कुल भी रक्तदान नहीं कर सकता। रक्तदान केवल स्वस्थ व्यक्ति को ही करना चाहिए।

कुछ महिलाएं जो बच्चों को दुग्धपान करवाती हैं और कुछ माहवारी से हैं तो वह रक्तदान नहीं कर सकती हैं, अगर आप शराब के आदि हैं या आपने 2 या 3 दिन पहले ही शराब पी हुई है तो भी आपको रक्तदान नहीं करना चाहिए। खून में अगर किसी भी तरह का संक्रमण हो तो हमें रक्तदान करने से बचना चाहिए अगर कोई व्यक्ति कमजोर है तो भी उसको रक्तदान नहीं करना चाहिए। रक्तदान, शरीर से स्वस्थ व्यक्ति को ही करना चाहिए।

रक्तदान का महत्व या फायदे:- रक्तदान सबसे बड़ा दान माना जा सकता है। जब हम रक्तदान करते हैं तो हमारा रक्त उस व्यक्ति को चढ़ाया जाता है जो या तो किसी बीमारी से पीड़ित होता है जिसे खून की जरूरत होती है या फिर जिसके साथ कोई दुर्घटना होती है और उसे खून की जरूरत होती है उसी को हमारे द्वारा दिया गया रक्त चढ़ाया जाता है। जिससे सामने वाले व्यक्ति की जान बचती है वह अपने जीवन को बचा पाता है और उसके परिवार वाले भी आपको धन्यवाद कहते हैं।

रक्तदान कहाँ से करें:- रक्तदान करने के लिए समय-समय पर कई तरह के शिविर लगाए जाते हैं जिसमें जाकर कोई भी स्वस्थ महिला या पुरुष रक्तदान कर सकते हैं। रक्त जो शरीर में बहकर हमें जीवित रखता है। रक्तदान करके हम किसी की जिन्दगी बचा सकते हैं और किसी को नया जीवन दे सकते हैं। हमारे द्वारा किया गया रक्तदान कई मासूम लोगों की जान बचाता है।

रक्तदान हेतु लालच ना करें:- रक्तदान किसी के बहकावे या लालच में आकर नहीं करना चाहिए। रक्तदान वास्तव में एक महादान है इसे आप तभी दान करें जब आप पूर्ण रूप से स्वस्थ हों आप किसी के दबाव में आकर कभी भी रक्तदान ना करें। कुछ लोग पैसों के लालच में आकर रक्तदान करते हैं आप रक्तदान केवल अपनी स्वेच्छा से ही करें।

निष्कर्ष:- इसी तरह हम रक्तदान करने से किसी जरूरतमंद व्यक्ति की मदद कर सकते हैं। जिससे वह जूझ रही बीमारी से ठीक हो सकता है। रक्तदान करने वाले व्यक्ति की आयु कम से कम 18 वर्ष और अधिक से अधिक 60 वर्ष होनी चाहिए। “आपका रक्त दूसरों का जीवन”। “रक्तदान महादान इससे बड़ा न कोई दान”। ■

—संगीता अखाड़िया

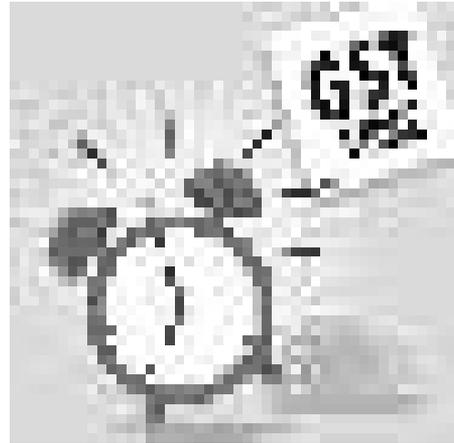
एक राष्ट्र एक कर जी.एस.टी.

प्रस्तावना:- भारत में टैक्स व्यवस्था की जड़ें काफी पुरानी हैं। टैक्स अथवा कर का उल्लेख प्राचीन ग्रन्थ मनुस्मृति और चाणक्य रचित ‘अर्थशास्त्र’ में भी मिलता है। विभिन्न ग्रन्थों में उल्लेख है कि कर प्रणाली का अन्तिम उद्देश्य अधिक से अधिक सामाजिक कल्याण होना चाहिए। राज्य कर ग्रहण करके लोक कल्याणकारी नीतियाँ बनाते हैं।

इस उद्देश्य की परिपूर्ति के लिए माल एवं सेवा कर (Good and service tax =GST) जो भारत सरकार की नई अप्रत्यक्ष कर व्यवस्था है। GST को 01 जुलाई 2017 से सम्पूर्ण देश के भू-भाग पर लागू कर दिया गया। 1920 के दशक में जर्मनी के एक व्यवसायी विल्हेम वॉन सीमेंस ने जीएसटी का विचार दिया था। आज विश्व के 160 से अधिक देशों में जीएसटी कर प्रणाली को अपना लिया है।

सबसे बड़ा कर सुधार:- स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात् भारत का सबसे बड़ा कर सुधार माल एवं सेवा कर (जीएसटी) का 30 जून 2017 की मध्यरात्रि को संसद के केन्द्रीय कक्ष में आयोजित समारोह में शुभारम्भ किया गया। इसमें राष्ट्रपति प्रणव मुखर्जी व प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी सहित अधिकांश गणमान्य लोग उपस्थित थे। राष्ट्रपति प्रणव मुखर्जी ने कहा कि यह ऐतिहासिक क्षण दिसम्बर 2002 में शुरू हुई लम्बी यात्रा की सुखद परिणति है।

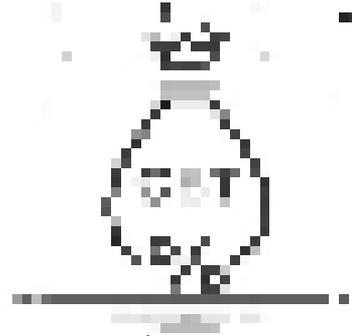
जी.एस.टी. की विशेषताएँ:- प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी ने जी.एस.टी. को अच्छा व सरल टैक्स बताया। उन्होंने कहा कि देश की आजादी के समय सरदार पटेल ने 500 से अधिक रियासतों को मिलाकर राष्ट्र का एकीकरण किया



था, उसी प्रकार जी.एस.टी. के द्वारा देश का आर्थिक एकीकरण हो रहा है। अब गंगानगर (राजस्थान) से ईटानगर (अरुणाचल प्रदेश) तक श्रीनगर (J & K) से कन्याकुमारी (तमिलनाडु) तक एक टैक्स—एक देश का नारा गूँजेगा।

देश की स्वतंत्रता के 70 वर्ष बाद 14 टैक्सों को समाप्त कर एक टैक्स जी.एस.टी. लागू होने से अब किसी भी सामान की देशभर में समान कीमत होगी क्योंकि इस पर पूरे देश में एक समान कर लग रहा है। इससे उद्योग, सरकार व ग्राहक सभी को लाभ होगा। इससे 'मेक इन इण्डिया' कार्यक्रम को भी तीव्रता प्राप्त होगी। इसकी प्रमुख विशेषताएँ हैं—

- ❖ आसान कर का अनुपालन
- ❖ घर परिवार के लिए वरदान
- ❖ एक सशक्त आर्थिक भारत का निर्माण
- ❖ सरल कर व्यवस्था
- ❖ अर्थव्यवस्था के लिए लाभदायक
- ❖ व्यापार और उद्योग में सहजता



Cascading effect (दोहरी व बारंबार करार्जन) का उन्मूलन

जी.एस.टी. की श्रेणियाँ:- जी.एस.टी. को वस्तुवार चार श्रेणियों में रखा गया है।

- 5% G.S.T. Slab (चीनी, चायपत्ती, खाद्य तेल, घरेलू एलपीजी आदि)
- 12% GST Slab (मक्खन, घी, सब्जी, फलों से निर्मित पदार्थ मोबाइल आदि)
- 18% “ Slab (केश तेल, टूथपेस्ट, साबुन, आइसक्रीम, कम्प्यूटर, प्रिन्टर आदि)
- 28% “ Slab (विलासिता वाली कुछ वस्तुओं के साथ अन्य वस्तुएँ)

आम उपभोग की अधिकांश वस्तुओं की कीमतों में इस एकल व्यवस्था से कमी आएगी। निम्न और मध्यम वर्ग के इस्तेमाल की अधिकांश वस्तुओं पर जी.एस.टी. की दर शून्य रखी गयी है। कुछ वस्तुओं और सेवाओं को जी.एस.टी. के दायरे से बाहर रखा गया है। जैसे खुला खाद्य, अनाज, ताजी सब्जियाँ, आटा, दूध, अण्डा, नमक, फूल की झाड़ू, शिक्षा सेवाएँ, स्वास्थ्य सेवाएँ आदि को कर मुक्त किया गया है।

उपर्युक्त 4 श्रेणियों की वस्तुओं पर 5 वर्षों तक उपकर भी लागू रहेगा ताकि जी.एस.टी. को लागू करने से राज्यों को होनेवाले किसी भी तरह के राजस्व नुकसान की भरपाई की जा सके। लगभग 81 प्रतिशत वस्तुओं पर जी.एस.टी. की दर 18 प्रतिशत या इससे कम है।

- ❖ केन्द्र सरकार द्वारा केन्द्रीय G.S.T (CGST) लागू किया गया है।
- ❖ राज्यों द्वारा राज्य G.S.T (SGST) लागू किया गया है।
- ❖ विधायिका वाले केन्द्रशासित प्रदेशों में राज्य जी.एस.टी. लागू किया गया है।
- ❖ बिना विधायिका वाले केन्द्रशासित प्रदेश में (UGST) लागू किया गया है।
- ❖ अन्तर्राज्य आपूर्ति पर एकीकृत जी.एस.टी. (I.G.S.T) लगाया गया है।

जी.एस.टी. में शामिल केन्द्रीय कर हैं:-

- ❖ केन्द्रीय उत्पाद शुल्क
- ❖ सीमा शुल्क

- ❖ सेवा कर
- ❖ उपकर और अधिभार ।

जी.एस.टी. में शामिल राज्य कर हैं :-

- * राज्य वैट *मनोरंजन कर *बिक्री कर
- * विज्ञापन/लॉटरियों/सट्टे व जुए पर कर *विलासिता कर *चुंगी

जी.एस.टी. की इस एकल प्रणाली के बहुआयामी लाभ हैं :-

- ❖ कानूनी प्रक्रियाओं और कर दरों में एकरूपता आएगी ।
- ❖ IGST और SGST की दरें समान होने के कारण अन्तर्राज्य कर चोरी की घटनाएँ समाप्त प्राय हो जाएंगी ।
- कम्पनियों का औसत कर भाग घटेगा तो वस्तुओं की कीमत भी घटेगी और उपभोग बढ़ेगा । इससे भारत एक 'औद्योगिक केन्द्र' के रूप में उभरकर सामने आएगा ।
- देश के उत्पाद अन्तर्राष्ट्रीय बाजार में अधिक प्रतिस्पर्धा कर सकेंगे ।
- इससे रोजगार के अधिक अवसर उपलब्ध हो सकेंगे । जिससे जी डी पी में वृद्धि होगी ।
- इससे आम जनता पर करों का बोझ कम होगा ।
- इस प्रणाली के लागू होने पर एकीकृत सामान राष्ट्रीय बाजार का सृजन हो सकेगा ।

G.S.T के एकल प्रणाली के सामने चुनौतियाँ एवं कमियाँ :-

- लागत में वृद्धि:- नए बिलिंग सॉफ्टवेयर के कुशल उपयोग के लिए सॉफ्टवेयर खरीददारी और कर्मचारियों का प्रशिक्षण लागत में वृद्धि का कारण बनते हैं ।
- परिचालन में वृद्धि:- चूँकि विशेषज्ञों की भर्ती में अतिरिक्त लागत लगेगी, इस कारण छोटे व्यवसायों के लिए लागत में वृद्धि होगी ।
- ऑनलाइन आवेदन में दिक्कत :-चूँकि वस्तु एवं सेवा कर एक ऑनलाइन कराधान प्रणाली है तो कुछ व्यवसाय के लिए आवेदन का विवरण दाखिल करना मुश्किल हो सकता है ।
- वस्तु एवं सेवा कर अनुपालन :- छोटे और मध्यम आकार के उद्योगों को वस्तु एवं सेवा कर व्यवस्था की बारिकियों को समझना होगा ।
- डिजिटल रिकार्ड का रखरखाव अनुरूप होना चाहिए ।

निष्कर्ष:- बदलाव कभी भी आसान नहीं होता है और ना ही रातों रात कोई बदलाव आता है । सरकार जी.एस.टी. को सुगम बनाने की कोशिश कर रही है । शुरुआत में इसे लागू करने के दौरान कुछ चुनौतियाँ आई हैं परन्तु जी.एस.टी. का दूरगामी परिणाम प्रगतिगामी है । विश्व व्यापार संगठन के नियमों के अन्तर्गत सम्बन्धित देश जी.एस.टी. का लाभ उठा सकते हैं । वे अपने यहाँ से निर्यात होनेवाली वस्तुओं को अप्रत्यक्ष करों में रियायत देकर उन्हें आयात से सम्बद्ध कर सकते हैं ।

इस प्रकार यह अपेक्षा की जानी चाहिए कि जी.एस.टी. हर परिवार व्यवसाय, राज्य के लिए सौगात लेकर आएगा और राष्ट्र आर्थिक रूप से अधिक सबल व प्रगतिगामी होकर उभरेगा ।■

—बलराम कुमार सत्यार्थी

मानव विकास

प्रस्तावना:— मानव विकास क्रम को प्रभावित करने वाले अनेक तत्व होते हैं। विकास आन्तरिक तथा जीवनपर्यन्त चलता रहता है। मानव विकास विभिन्न स्तरों पर होता है जैसे—शारीरिक विकास इसमें बालक चलता है, बैठता है, साथ ही साथ आकार एवं भार, दाँतों में विकास एवं हड्डियों तथा माँस पेशियों का विकास होता है। इसी तरह बौद्धिक या मानसिक विकास में भाषा का विकास, स्मरण शक्ति, कल्पना, तर्कशक्ति, रुचियाँ, आदि पक्ष सम्मिलित होते हैं।

शारीरिक तथा बौद्धिक विकास के साथ—साथ सामाजिक विकास भी होता है जैसे बालकों में स्पर्धा की भावना, मैत्री और सहयोग की भावना का विकास होता है।

इसके अलावा बालक में भय, क्रोध, ईर्ष्या, जिज्ञासा, स्नेह और प्रसन्नता दिखाई देती है।

नवीन कन्या शासकीय उच्चतर विद्यालय में प्रशिक्षण के दौरान अवलोकन करने पर पाया गया कि छात्रों को शारीरिक रूप से स्वस्थ रखने के लिए छात्रों को विभिन्न प्रकार के खेल खिलाये जाते हैं एवं मानसिक रूप से विकास करने के लिए विभिन्न प्रकार की प्रतियोगिता कराई जाती हैं जैसे वाद—विवाद प्रतियोगिता, भाषण प्रतियोगिता, चित्रकला, प्रश्न मंच आदि।

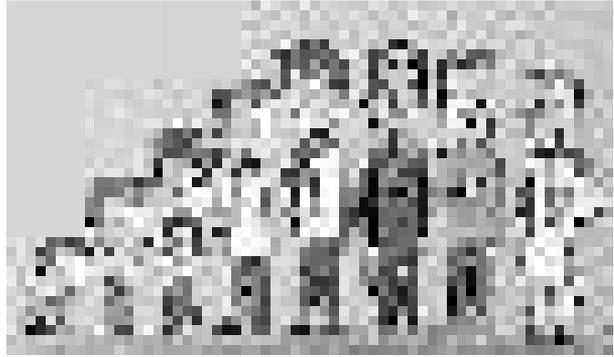
संवेगात्मक विकास से तात्पर्य ऐसे विकास से है जिसमें बालकों के क्रोध—घृणा, रोना, हंसना, प्रेम, स्नेह सहानुभूति, सहयोग आदि का विकास होता है। संवेग की अवस्था में व्यक्ति सामान्य नहीं रहता उत्तेजित होता है। संवेग जन्म से ही विद्यमान नहीं रहते हैं। व्यक्ति के किसी अंग के समान ही उनका भी विकास होता है। संवेगात्मक विकास में क्रमशः परिवर्तन होता चला जाता है साथ ही साथ उसमें स्पष्टता भी आती जाती है।

छात्रों को संवेगात्मक रूप से विकसित करने के लिए विभिन्न प्रकार के क्रियाकलाप कराए जाते हैं जैसे— नाटक, संगीत, नृत्य आदि।

सामाजिक विकास से तात्पर्य ऐसे विकास से है जिसमें बालक तथा बालिकाएँ अपने—अपने समूहों का निर्माण करते हैं और कुछ बालक ऐसे भी होते हैं जो अपने समूहों के साथ समायोजित नहीं होते हैं।

सामाजिक विकास हेतु कई क्रियाकलाप कराये जा सकते हैं जैसे समूह निर्माण, पिकनिक, पर्यटन आदि इन सभी से बच्चों में नेतृत्व, उत्साह, सहानुभूति, सद्भावना आदि सामाजिक गुणों का विकास होता है।

भाषा से तात्पर्य ऐसे विकास से है जिसमें व्यक्ति सम्प्रेषण के माध्यम से अपने विचारों का



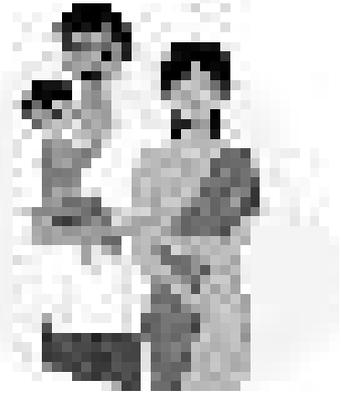
आदान—प्रदान करते हैं। भाषा का विकास करने के लिए शिक्षक उनसे कक्षा में पुस्तक पढ़वाते हैं साथ ही साथ भाषा संबंधी प्रतियोगिता, गतिविधियाँ कराई जाती हैं जैसे—भाषण, वाद—विवाद, कहानी आदि जिनके द्वारा भाषा विकास कराया जा सकता है।

सुझाव:- छात्र/छात्राओं के शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक, भाषागत, चारित्रिक, सामाजिक आदि पक्षों का विकास करने के लिए विभिन्न प्रकार की गतिविधियाँ कराई जानी चाहिए जिससे छात्रों का सर्वांगीण विकास हो सके। ■

—सिम्मी कुमारी

परिवार हमारी पहली पाठशाला

परिवार को बच्चे की प्रथम पाठशाला माना जाता है और बच्चे का प्रथम गुरु भी उसकी माता को माना जाता है। बच्चे परिवार में जो देखते हैं जो सुनते हैं उससे ही उनका संस्कार बनता है। देखा गया है कि संस्कारी परिवार के बच्चे संस्कारी ही होते हैं। बच्चे कुम्हार की उस गीली मिट्टी की तरह होते हैं, जैसे कुम्हार गीली मिट्टी को सांचे में डालकर जैसा रूप देना चाहता है वैसा रूप दे देता है, उसी तरह माता—पिता भी बच्चे को जिस तरह के सांचे (वातावरण) में ढालेंगे वैसा ही बच्चे का व्यक्तित्व होगा।



परिवार में बच्चे माहौल देखकर ही सीखते हैं अगर परिवार में माता—पिता आपस में झगड़ा या अपशब्दों का प्रयोग करते हैं तो बच्चों में माता या पिता के प्रति नफरत की भावना पैदा होने लगती है। इसलिए घर परिवार का जो वातावरण होगा वही बच्चे सीखेंगे। बच्चों में अच्छे संस्कार देने के लिए माता—पिता को पहले स्वयं को संस्कारित करना जरूरी है। बचपन में जो संस्कार दिये जाते हैं वही संस्कार जीवन भर साथ रहते हैं।

वर्तमान समय में माता—पिता नौकरी के चक्कर में बच्चों पर ध्यान नहीं दे रहे हैं जिसकी वजह से बच्चों में अकेलापन, मानसिक विकृतियाँ आदि को देखा जा रहा है। माता—पिता का बच्चों पर ध्यान देना उनको प्यार देना बहुत जरूरी है।

“ज्ञान भले ही पुस्तकों से प्राप्त किया जा सकता है, लेकिन अच्छे संस्कार केवल परिवार ही दे सकता है।”

माता—पिता बच्चों को पाठशाला भेजने का सपना देखते हैं, परन्तु यह नहीं समझ पाते कि पाठशाला भेजने से पहले भी बालक को कुछ पढ़ाया, सिखाया जाता है। बच्चों को सिखाने की सम्पूर्ण जिम्मेदारी गुरुजनों की नहीं होती है।

वह सिर्फ किताबी ज्ञान देते हैं, परन्तु अच्छे संस्कारों का श्रेष्ठ ज्ञान देने वाले उनके प्रथम गुरु माता—पिता ही होते हैं।

बच्चे की प्रथम पाठशाला उसका घर और प्रथम गुरुजन माता—पिता हैं। ■

—ज्योति महोबिया

“भ्रष्टाचार-आज के परिपेक्ष्य में”

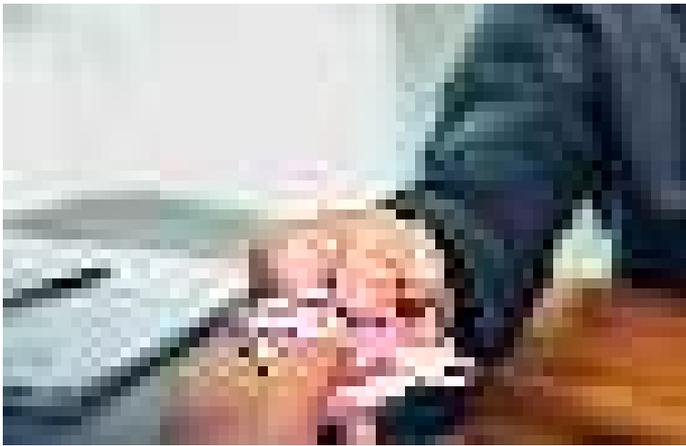
भ्रष्टाचार का शाब्दिक अर्थ है भ्रष्ट आचरण। ऐसा कार्य जो अपने स्वार्थ सिद्धि की कामना के लिए समाज के नैतिक मूल्यों को ताक पर रख कर किया जाता है, भ्रष्टाचार कहलाता है। भ्रष्टाचार भारत समेत अन्य विकासशील देश में तेजी से फैलता जा रहा है। भ्रष्टाचार के लिए ज्यादातर हम देश के राजनेताओं को जिम्मेदार मानते हैं पर सच यह है कि देश का आम नागरिक भी भ्रष्टाचार के विभिन्न स्वरूप में भागीदार है। वर्तमान में कोई भी क्षेत्र भ्रष्टाचार से अछूता नहीं है। अपना कार्य ईमानदारी से न करना भ्रष्टाचार है अतः ऐसा व्यक्ति भ्रष्टाचारी है। समाज में आये दिन इसके विभिन्न स्वरूप देखने को मिलते हैं। भ्रष्टाचार के संदर्भ में यह कहना मुझे अनुचित नहीं लगता, वही व्यक्ति भ्रष्ट नहीं है जिन्हें भ्रष्टाचार करने का अवसर नहीं मिला।

भ्रष्टाचार के विभिन्न प्रकार देखे गए हैं। सरकारी काम करने के लिए कार्यालय में चपरासी (प्यून) से लेकर उच्च अधिकारी तक आपसे पैसे लेते हैं। इस काम के लिए उन्हें सरकार से वेतन प्राप्त होता है वह वहां हमारी मदद के लिए हैं। इसके साथ ही देश के नागरिक भी अपना काम जल्दी कराने के लिए उन्हें पैसे देते हैं अतः यह भ्रष्टाचार है।

देश के राजनेताओं द्वारा चुनाव में सरेआम लोगों को पैसे, जमीन, अनेक उपहार तथा मादक पदार्थ बांटे जाते हैं। यह चुनावी धांधली असल में भ्रष्टाचार है।

अपने पद और शक्ति का गलत उपयोग कर लोग भाई-भतीजावाद को बढ़ावा देते हैं। वह अपने किसी प्रिय जन को उस पद का कार्यभार दे देते हैं जिसके वह लायक नहीं है। ऐसे में योग्य व्यक्ति का हक उससे छिन जाता है।

नागरिकों द्वारा टैक्स भुगतान करने हेतु प्रत्येक देश में एक निर्धारित पैमाना तय किया गया है। पर कुछ व्यक्ति सरकार को अपनी आय का सही विवरण नहीं देते और टैक्स की चोरी करते हैं। यह भ्रष्टाचार की श्रेणी में अंकित है।



शिक्षा तथा खेल के क्षेत्र में घूस लेकर लोग मेधावी व योग्य उम्मीदवार को सीटें नहीं देते बल्कि जो उन्हें घूस दे, उन्हें दे देते हैं।

इस प्रकार समाज के अन्य छोटे से बड़े क्षेत्र में भ्रष्टाचार देखा जा सकता है। जैसे राशन में मिलावट, अवैध मकान निर्माण अस्पताल तथा स्कूल में अत्यधिक फीस आदि।

समाज में व्याप्त भ्रष्टाचार देश

की उन्नति में सबसे बड़ा बाधक तत्व है। इसकी वजह से गरीब और गरीब होता जा रहा है। देश में बेरोजगारी, घूसखोरी, अपराध की मात्रा में दिन-प्रतिदिन वृद्धि होती जा रही है भ्रष्टाचार के कारणवश परिणाम यह है कि विश्व स्तर पर देश की कानून व्यवस्था पर सवाल उठाए जाते हैं।

हमारे संविधान के लचीलेपन की वजह से अपराधी में दण्ड का बहुत अधिक भय नहीं रह गया है अतः भ्रष्टाचार के खिलाफ सख्त कानून बनाने की आवश्यकता है।

कानूनी प्रक्रिया में बहुत अधिक समय नष्ट नहीं किया जाना चाहिए। इससे भ्रष्टाचारी को बल मिलता है लोकपाल भ्रष्टाचार से जुड़ी शिकायतों को सुनने का कार्य करता है अतः देश में फैले भ्रष्टाचार को दूर करने हेतु लोकपाल कानून बनाना आवश्यक है। इसके अतिरिक्त लोगों में जागरूकता फैला कर प्रशासनिक कार्यों में पारदर्शिता बनाकर और लोगों का सरकार तथा न्याय व्यवस्था के प्रति मानसिकता में परिवर्तन कर व सही उम्मीदवार को चुनाव जिता कर भ्रष्टाचार रोका जा सकता है।

इस प्रकार के भ्रष्टाचार से समाज को बहुत अधिक क्षति पहुँचती है। हम सभी को समाज का जिम्मेदार नागरिक होने के नाते यह प्रण लेना चाहिए। न भ्रष्टाचार करें न करने दें।■

—नेहा कुशवाहा

मतदान एक उचित निर्णय

हमारा देश भारत विश्व का सबसे बड़ा लोकतांत्रिक देश है और लोकतंत्र की सबसे बड़ी ताकत भारत की जनता है। लोगों का मतदान भारत का भविष्य तय करता है इसलिए जब देश का प्रत्येक व्यक्ति मतदान करने जाये तब वो सतर्क रहे एवं जागरूक रहकर देश के लिए अपने अमूल्य मतदान का उचित निर्णय करे जब प्रत्येक व्यक्ति मतदान में बढ़-चढ़ कर हिस्सा लेगा तो लोकतन्त्र को ताकत मिलेगी एवं एक सशक्त एवं भावी नेता चुना जाएगा वरना हमारे देश में कभी 60 प्रतिशत तो कभी 50 प्रतिशत ही मतदान होता है जिससे देश का नेतृत्व आधी जनता की सहमति से तय होता है जो लोकतन्त्र के लिये खतरा है।



आज देश के भीतर ऐसे बहुत सारे लोग हैं जो मतदान को लेकर रूचि नहीं रखते हैं जिसमें शिक्षित एवं अशिक्षित दोनों शामिल हैं उन लोगों में मतदान की जागरूकता व उचित निर्णय का

अभाव होता है उनको लगता है हमारे एक मत से कौन सा फर्क पड़ता है।

जो लोग 18 वर्ष की आयु के हो चुके हैं वे मतदान में नाम अवश्य जुड़वाएँ।

मत अपनी इच्छानुसार दें न कि पैसों के लोभ में किसी भ्रष्टाचारी को।

मतदान को लेकर अभियान चलाना चाहिए जिससे लोग मतदान करने में रूचि ले सकें साथ ही मतदान करने का उचित निर्णय भी ले सकें।

“एक मत देश का भविष्य बदल सकता है यह मत सोचो कि क्या फर्क पड़ता है।

भारत एक लोकतान्त्रिक देश है लोकतंत्र अथवा जनतंत्र एक प्रकार की सुव्यवस्था है जिसके अनुसार वह अपना प्रतिनिधि चुने। वह प्रतिनिधि जनता और देश हित, देश उन्नति के लिये कार्य करता है, वह चुना हुआ प्रतिनिधि समग्र संचालन व्यवस्था का नेतृत्व करता है यदि किसी कारणवश जनता द्वारा चुनी गई सरकार देश और देशवासी के हित में कार्य नहीं कर पाती तब जनता के पास विकल्प होता है वह पाँच सालों में फिर से सरकार बदल सके जनशक्ति से बड़ी कोई शक्ति नहीं होती है।

लोकतंत्र में चुनाव की अहम भूमिका होती है अट्ठारह साल या ऊपर के लोग लोकतंत्र का बड़ा हिस्सा हैं और प्रतिनिधि चुनने के लिये मतदान करते हैं भारत के प्रत्येक नागरिक को वोट देने का अधिकार है हर एक व्यक्ति का वोट मायने रखता है। लोकतंत्र में मतदान देने का जन्मसिद्ध अधिकार देश के प्रत्येक नागरिक को है आजकल चतुर और कपटी राजनेता जनता से कई प्रकार के अवसरों और उन्नति के वादे करते हैं ताकि जनता उन्हें वोट दे। कुछ लोग अक्सर उनकी बातों में आकर गलत फैसला कर लेते हैं। ज्यादातर नागरिक अब सतर्क और सजग हो गए हैं, वह आसानी से किसी भी तथाकथित नेता के झांसे में नहीं आते हैं देशवासी आमतौर पर तथ्यों पर ध्यान देते हैं और सोच समझकर वोट देते हैं।

भारत जैसे बड़े लोकतंत्र में चुनावी मतदान का बहुत ज्यादा महत्व है हमारा मतदान यह तय करता है कि हम अपने देश का कैसा भविष्य तय करते हैं? हमारा मतदान यह तय करता है कि हम अपने देश में किस तरह की सरकार को चाहते हैं मगर ! अगर हम अपने दायित्व का पालन न करते हुए मतदान में हिस्सा नहीं लेते हैं तो इसमें देश का बड़ा नुकसान होता है देश के हर एक नागरिक का कर्तव्य है कि वह चुनाव प्रक्रिया में अपना मतदान दे और देश में एक ईमानदार और सक्षम सरकार की स्थापना करे और यह एक उचित निर्णय पर निर्भर करता है।

निष्कर्ष:- प्रत्येक नागरिक का मत देश के भविष्य को निर्धारित करता है। देश की बागडोर किस सरकार के हाथ में जाएगी वह चुनाव द्वारा तय होता है सभी नागरिकों का यह परम कर्तव्य है कि अपना बहुमूल्य वोट देकर एक सही सरकार का फैसला करें जिसमें छल न हो। एक ईमानदार सच्ची और मजबूत सरकार के निर्माण से एक अच्छे भविष्य की पहल होगी जो एक अच्छी सोच व उचित निर्णय से प्रारम्भ होगी। यह हर नागरिक पर निर्भर है कि उन्हें आगे का भविष्य कैसे जीना है इसलिए मतदान का उचित निर्णय अवश्य लें। हर नागरिक को उचित निर्णय के पश्चात ही मतदान करना चाहिए क्योंकि मतदान ही एक जीवन जीने का उचित निर्णय है इसीलिए हम कह सकते हैं कि मतदान एक उचित निर्णय है। ■

—सोनम पाटिल

“उपभोक्ता संरक्षण”



उपभोक्ता का अर्थ है उपभोग करने वाला। जब कोई व्यक्ति कोई भी चीज को खरीदता है तो उपभोक्ता बन जाता है। 1970 में कोई भी ऐसा ऐक्ट नहीं था जो उपभोक्ता का संरक्षण करे। इसलिए इस समस्या का समाधान करने के लिए संसद में एक प्रावधान रखा गया और उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम 1986 लाया गया जिसमें उपभोक्ताओं को संरक्षण दिया गया। वो कोई भी ऐसी वस्तु जिसमें कोई खराबी निकले तो उसके लिए कानूनी संरक्षण की सुविधा दी जाएगी। उपभोक्ता संरक्षण सेवाओं के तीन फोरम बनाये गये।

1 राज्य फोरम 2 डिस्ट्रिक फोरम 3 नेशनल कमीशन

किसी भी वस्तु या सेवाओं में खराबी निकलने पर इन फोरमों में जाकर शिकायत दर्ज करा सकते हैं।

“उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम” :- 20 जुलाई 2019 को नया उपभोक्ता संरक्षण कानून बनाया गया। जो ऑनलाइन चीजों की खरीददारी को देखते हुए बनाया गया जो उपभोक्ताओं को सशक्त करने के साथ उन्हें विभिन्न अधिसूचित नियमों और प्रावधानों के माध्यम से उनके अधिकार की रक्षा करने में मदद करेगा नया अधिनियम पुराने उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम 1986 की तुलना में तीव्रता और कम समय में कार्यों को निपटाएगा। पुराना अधिनियम न्याय हेतु सिंगल-प्वाइंट से पहुँचने के कारण ज्यादा समय लेता था।

उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम में उपभोक्ताओं के निम्नलिखित अधिकारों को स्पष्ट किया गया।

- ऐसी वस्तुओं और सेवाओं की मार्केटिंग के खिलाफ सुरक्षा प्रदान करना जो जीवन और संपत्ति के लिए नुकसान या हानि पहुँचाए।
- वस्तुओं या सेवाओं की गुणवत्ता, मात्रा शुद्धता, मानक और मूल्य की जानकारी प्राप्त होना।
- प्रतिस्पर्धी मूल्य पर वस्तुओं और सेवाओं को उपलब्ध कराने का आश्वासन प्राप्त होना।
- अनुचित या प्रतिबंधित व्यापार की स्थिति में मुआवजे की मांग करना। उपभोक्ताओं के हितों की सुरक्षा के लिये कानून द्वारा दिये गये अधिकार
- सुरक्षा का अधिकार • सूचना का अधिकार • चयन का अधिकार
- क्षतिपूर्ति का अधिकार • उपभोक्ता शिक्षा का अधिकार

निष्कर्ष:- तीन दशक पुराने उपभोक्ता संरक्षण कानून 1986 की जगह नए उपभोक्ता संरक्षण कानून लागू होने से पुराने नियमों की खामियाँ दूर हो गईं।

नए कानून में जो बड़ा बदलाव हुआ वह यह है कि अब कहीं से भी उपभोक्ता शिकायत दर्ज करा सकता है पहले उपभोक्ता वहीं से शिकायत दर्ज कर सकता था जहां विक्रेता अपनी सेवाएँ देता है। ई-कॉमर्स से बढ़ती खरीद को देखते हुए यह कदम उठाया गया क्योंकि विक्रेता किसी भी लोकेशन से अपनी सेवाएँ दे सकता है। इसके अलावा कानून में उपभोक्ता को वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के जरिये भी सुनवाई में शामिल होने की इजाजत है, जिससे पैसा और समय दोनों की बचत होगी। इस अधिनियम के लागू होने से उपभोक्ताओं को जहाँ तीव्र न्याय मिल सकेगा वहीं बढ़ते हुए अधिकारों और न्याय क्षेत्र के साथ ही उपभोक्ता की शिकायतों का निपटारा भी होगा। ■

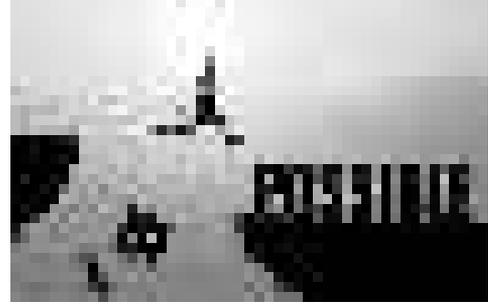
—सबाहत बानो

जीवन में कुछ भी असंभव नहीं है

जीवन में असंभव कुछ भी नहीं है। विश्वास मनुष्य के सफल जीवन का सूत्र है। सफल लोगों के जीवन संस्मरण और घटनाएं उनकी दृढ़ संकल्पशक्ति को उजागर करती हैं। पाश्चात्य विद्वान इमर्सन ने उत्साह का संचार करते हुए कहा है कि इतिहास साक्षी है कि मनुष्य के संकल्प से जीवन में असंभव कुछ भी नहीं है। इतिहास साक्षी है कि मनुष्य के संकल्प के सम्मुख देव, दानव सभी पराजित होते हैं।

आप जितना सोचते हैं, उससे अधिक पा सकते हैं, लेकिन उसके लिए धैर्य, संकल्प और आत्मविश्वास जरूरी है। रिचर्ड सील का कथन प्रासंगिक है कि आत्मशक्ति इतनी दृढ़ और गतिशील है कि इससे दुनिया को टुकड़ों में तोड़कर सिंहासन गढ़े जा सकते हैं।

दुनिया में सबसे तीक्ष्ण बुद्धि के माने गए वैज्ञानिक अल्बर्ट आइंस्टाइन की सफलता की कहानी ऐसी ही आत्मशक्ति की बड़ी मिसाल है। उन्होंने एक नहीं, अनेक नए प्रयोग और आविष्कार किए थे। विज्ञान की अनसुलझी गुत्थियों को सुलझाया था। यह उनकी सतत और सुदीर्घ लगन का परिणाम है। इसलिए यह निश्चित है कि जल्दी और बिना मेहनत की सफलता स्थायी नहीं होती उसे जितना जल्दी प्राप्त किया जा सकता है उतनी ही जल्दी गंवाया भी जा सकता है।



सफलता तभी ठहरती है, जब उसे पाने के आवश्यक तत्व आप में मौजूद हों। जब आप अपनी सबसे बड़ी चुनौती के सामने दृढ़ता से खड़े होते हैं तब आप एक योद्धा की तरह निखरते हैं। ग्रीक दार्शनिक फिलॉसफर हेरोडोटस का कथन सत्य है कि प्रतिकूलताएं हमारी मजबूती को सामने लाती हैं।

हर आदमी ने भ्रम पाल रखे हैं अधिक मोह, अधिक आकांक्षा, अधिक स्वाद और अधिक तृप्ति की दौड़ में इंसान अपने ही भाग्य को उरावना बना देता है, जबकि अच्छे पुरुषार्थ और नेक-नीयत से आदमी अपने भाग्य को बदल सकता है।

संत तिरुवल्लुवर ने जीवन में पुरुषार्थ को उपयोगी मानते हुए कहा है कि यदि किसान हाथ पर हाथ धरकर बैठे हों, तो संसार का त्याग करने वाले संतों को भी मोक्ष नहीं मिल सकता। एक ज्योतिषी ने किसी को कहा कि तुम्हारा भविष्य खराब है तो उस व्यक्ति ने उसी दिन से अच्छा पुरुषार्थ करना प्रारंभ कर दिया और उसका भविष्य अच्छा हो गया। पुरुषार्थ के द्वारा व्यक्ति अपनी जन्म-कुंडली को भी बदल देता है, ग्रहों के फल-परिणामों को भी बदल देता है, भाग्य को भी बदल देता है अतः जीवन में कुछ भी असंभव नहीं है हम जो चाहें वो कर सकते हैं बस जरूरत है स्वयं पर विश्वास एवं सही कार्य करने की।

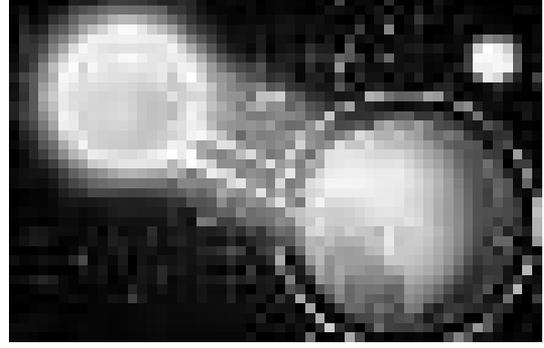
स्वामी विवेकानंद ने कहा है कि हम जैसा बोते हैं, वैसा काटते हैं। ■

—रविशंकर सोनकर

Ozone Layer A Giant Sun Shade

“Earth without Ozone is like a house without roof.”

Have you been happy because of more rainfall in your area? Has the extremity of temperature increased in your area? Have you been a witness to changing weather pattern? If such questions are answered in the affirmative, one should not be amused! All these things point to a change in the world & certainly it is not for our good. This change has changed the way we survive, and our life forever. There are natural factors which lead to such changes, but most of it is to do with us.



In the zest to bring the change, we have forgotten the limit to which the earth can accept this. Factors like population growth, urbanisation, deforestation, shrinkage of wildlife habitat, etc. are inflicting irreversible damage to our mother earth. This results in global warming, climatic change, depletion of Ozone layer etc. Ozone is constantly being formed in the stratosphere by same photo chemical reactions. It acts like a giant sunshade for the earth, protecting it from the extremely hazardous UV radiations of the sun. The severity of these UV rays is used to kill germs in water for its purification. Ozone layer absorbs 97 to 99% of high frequency UV rays. Ozone also acts as a base for existence of life on earth, e.g. Jupiter & Saturn have no life because they have no ozone.

The polar chemistry leading to the formation of stratospheric chlorine clouds destroy the Ozone layer creating a hole in it called the Ozone hole, for instance, the Antarctic hole spreading of million sq. miles CFC's in aerosol sprays. AC's, refrigerators etc. also destroy the Ozone layer. The hazards associated with the depletion of Ozone layer is the increasing level of hard UV radiations reaching the surface. The UV rays harm almost every form of life on earth.

More incidences of UV rays has also increased the earth's temperature by 0.74% in the light of this it is very important for us to realise that 'if we don't change, the earth will;’

Now it is our duty to save the earth. But it is necessary to persecute Ozone in right quantities and at a right distance because it acts as a pollutant near the earth's surface. If we behave like an ostrich and dig our head inside the earth expecting that the worst may pass, to our disbelief, this will not happen. The worst shall come true & wipe out, if not everything then at least the legacy of human built over centuries.

Major Ozone depleting:- Though national & international efforts are being made, it is the responsibility of every individual to realise that some daily use products like aerosol sprays, AC's, refrigerators etc. contain CFC's that harm the ozone layer & are indirectly posing a threat to our existence. One CFC molecule can damage 100000 ozone molecules.

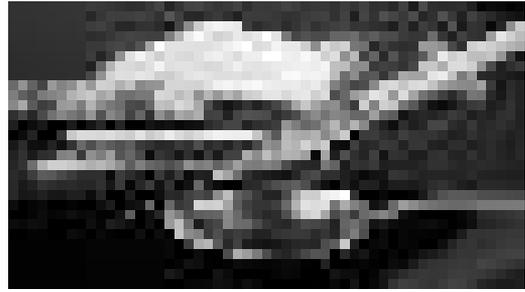
The work of saving the ozone layer is still unfinished, & we can only save it through persistent dedication over the course of this century. It is the need of the hour to take stringent steps like afforestation, energy conservation and using environment friendly techniques. The fundamental mantra is “Never destroy what you can't repair”. We cannot restore nature as it was before, only nature can, & it will take time along with human intervention. So think before you act and only time will tell the stories of success or failure.

–Anupriya Toppo

Drug Addiction in Youth

Drug addiction has become a worldwide problem, especially in teenagers. Many young people become dependent on different type of substances and stimulating medicines that comes hand in hand with narcotic effect.

The life of addicts becomes spoiled in all aspects, as they lose contacts with their family and live in different world.



They spend lots of money on drugs and then look for ways to earn money illegally. If we compare the health problems, there are many dangerous effects of drugs.

The most disturbing thing about drug addiction is that people in different countries of the world are becoming addicted.

There are different types of street drugs such as – Meth, Cocaine, Crack Marijuana, Heroin etc. Heroin is one of the most dangerous drug that suppress your heart work and is appropriate to achieve narcotic effect.

The alarming rate of drug consumption has always been a problem and has detrimental effects on the society. Personal and family problems also lead to drug abuse among youngsters who fail to deal with personal problems.

The physiological effect of drug addiction can be difficult to endure and this is why the addict must be treated for their condition. The worst thing about drugs is that it affects the youths in every country of the world.

The term drug not only means medicine, but fatal narcotics with different specifications. These drugs have their evil effects on mind and body cells of the addicts. The addict becomes dependent on the drug to a great extent that he/she cannot stop using it. Drug addiction is basically a brain disease that changes the functioning of brain. There is an uncontrollable desire to consume drugs, as a result of which addicted people engage in compulsive behaviour to take drugs. The addicts find it impossible to control intake of drugs, as a result of which they fail to fulfil day to day responsibilities in efficient manner.

–Divya Vyas

HUMAN RIGHTS

Harold Laski one of the prominent political thinker of the 20th Century said, “Rights are in fact those conditions of social life without which no man can seek, in general, to be himself at his best”. Human Rights can also be defined as “Those conditions of life and freedoms which should be available to all persons, irrespective of their religion, race, caste, sex, nationality or any of them”.

On December 10, 1948 the UN adopted and proclaimed the “Universal Declaration of Human Rights”. It called upon member nations to adopt and implement these rights in their respective countries. There are different types of rights such as political, economic, social and cultural.

Political Rights: Political rights are an important feature of human rights. Everyone has the right to take part in the government of his country, directly or through freely elect the representatives. But democracy does not mean merely the right to vote and send representatives to the parliament or legislature, it includes much more. It postulates multiplicity of parties and a politically aware electorate which can make an intelligent choice between the parties on the basis of their political ideology and manifesto. If the electorate is not politically aware, and is guided by consideration of race, religion, creed, colour or ethnicity democracy can go off the rails.

Social Rights: The family is the natural and fundamental unit of society. It is entitled for full protection by society and the state. Motherhood and childhood are entitled for special care and assistance. Men and women of the full age should have the right to marry and raise a family. Marriage shall be done with the full consent of the intending person.

In a democratic country like India or France these rights are available to the citizens whereas in Afghanistan which was under a strict rule of the Taliban, the women were treated as a cattle and had to marry according to the wishes of their elders.

Cultural Rights: The cultural rights guarantee the people the right to the protection of the moral and material interest resulting from any scientific, literary or artistic production of which he is the author. They have the right to freely participate in the cultural life of the community. In other words, everyone has the right to enjoy the arts and to share scientific advancement and its benefits.

Human Rights & the Organisations protecting them:-

- **UN Human Rights Commission:-** This was constituted by the United Nations Economic and



Social Council in its first session. The commission held its first session in January 1947. It may consider any matter within the realm of human rights which may impair the general welfare among nation.

- **National Commission on Human Rights:-** This commission is instituted by countries. India has also instituted NHRC in 1993. This commission can inquire the complaints of violation of human rights, review acts of terrorism, visit any jail and study its living condition and promote research in the field of human rights.
- **Non-Governmental Organisations:-** Many organisations such as International League for Human Rights (U.S.A), People's Union for Civil Liberties (India) and People's Commission are actively drawing attention to human rights abuses.

The world during the last few years has been observed gross violation of human rights. Only a concerted effort on the part of individuals along with governmental and non-governmental organisation helps to safeguard the human rights. ■

—Reena Bamhne

Population Growth and Limited Resources

Throughout history, and especially during 20th century, environmental degradation has primarily been a product of our efforts to secure and improved standard of foods, clothing, shelter, comfort and recreation for growing numbers of people. The magnitude of the threat to the ecosystem is linked to human population size and resources used per person. Resource use, waste production and environmental degradation are accelerated by population growth. They are further exacerbated by consumption habits, certain technological developments, and particular patterns of social organizations and resource management.

While both developed and developing countries have contributed to global environmental problems, developed countries with 85% of the gross world product and 23% of its population account for the largest part of minerals and fossil fuel consumptions, resulting in significant environmental impacts. With current technologies, present levels of consumptions by the developed world are likely to lead to serious negative consequences for all countries. This is especially apparent with the increases in atmospheric carbon dioxide and trace gases that have accompanied industrialization, which have the potential for changing global climate and raising sea level. ■

—Aditi Bajpai

Women Education

- Women education refers to every form of education that aims at improving the knowledge, and skill of women and girls.
- It includes general education at schools and colleges, vocational and technical education, professional education etc.
- Women education encompasses both literary and Non-literary changes.
- The constitution of almost all democratic countries, including India, guarantees equal rights to both men and women,
- Primary education is now a fundamental right. When women (or a girl) are ensured of her rights, the society at large is ensured of its sustainability.
- Realizing the importance of women education, the government and many Non-government organizations took a lot of projects to spread women education.
- Literacy programs are being taken in favour of women. Female literacy rate has improved from 8.9% in 1951 to 65.5% in 2011, but still it is below the world average of 79.7%.

IMPORTANCE OF WOMEN EDUCATION:-

Economic empowerment:- So long as women remain backward and economically dependent on men, the helpless condition of them cannot be changed. Economic empowerment and independence will only come through proper education and employment of women.

Improved life:- Education helps a women to live a good life. Her identity as an individual would never get lost. She can read and learn about her rights. Her rights would not get trodden down.

Improved health:- Educated girls and women are aware of the importance of health and hygiene. Through health education, they are empowered to lead a healthy life-style. Educated mothers can take better care of both herself and her baby.

Dignity and honour:- Educated women are now looked upon with dignity and honour. They become a source of inspiration for millions of young girls who make them their role-models.

Justice:- Educated women are more informed of their rights for justice. It would eventually lead to decline in



instances of violence and injustice against women such as dowry, forced-prostitution, child-marriage, female foeticide, etc.

WELFARE SCHEMES FOR WOMEN:

Mahila Samakhya Programme: New Education Policy of 1968 led to the launch of Mahila Samakhya programme in 1988 for the empowerment of rural women belonging to socio-economical weaker section.

Kasturba Gandhi Balika Vidyalaya Scheme (KGBV): Girls are educated to primary level through KGBV. It basically works in rural areas where female literacy is low.

National Programme for Education of Girls at Elementary Level (NPEGEL): Girls who are not incentivized through SSA are covered by NPEGEL.

Saakshar Bharat Mission for Female Literacy: This mission was launched with an objective to bring down the female illiteracy.

CONCLUSION

Until the middle of Nineteenth Century, girls and women were educated only for traditional household works. Now the society is witnessing changes in the role and status of women. The educated women should insist on exercising their civil, social, political & economic rights. This will help to improve the overall condition of women in society. ■

—Amrita Singh Bhadoriya

Intoxicated Eyes

As I was passing by a traffic signal, my car had to stop at the red light as an indication to stop. A group of young boys were roaming on the road to sale balloons. A guy one of them came near my window and started making weird faces at me, it was already 9.00 p.m. at a chilly December night and I could see here holding the bunch of balloons in his left hand whereas he was sniffing on a small piece of cloth which was in his left hand while making weird gestures.



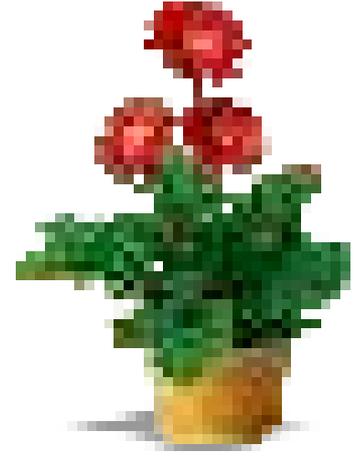
When he used to sniff on the cloth his eyes would roll around in ecstasy. I put my car window glass down and asked what he was doing? He suddenly said “please buy these balloons.” A friend sitting next to me stopped me from buying and said that the guy selling balloons will utilize the money in buying cheap drugs which are harmful, the little guy understood and ran. I felt pity and could not forget his “intoxicated eyes” ■

—Anand Rege

विद्यार्थियों की कवितायें

पौधे

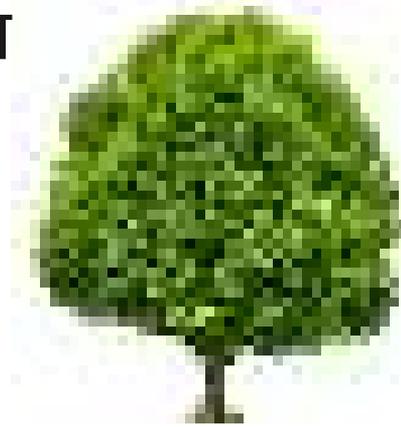
देखो, ये पौधे कितने अच्छे, नित दिन नये-नये पत्ते लाते ।
 ये पौधे कितने अच्छे, नये फूल अपने आँचल में रखते ॥
 ये पौधे कितने अच्छे, पानी मिले ना मिले, शिकायत नहीं करते ।
 हाँ ये पौधे कितने अच्छे, दुख में हमें हँसना सिखाते ॥
 धूप, सर्दी, बारिश, वाह ! ये हर मौसम में जीते ।
 नहीं किसी का खौफ, नहीं कोई आवाज, कितनी शांति लाते ॥
 गरमी में, गमले में, धूल में, हवा में, हर हालत में मुस्कुराते ।
 रंग जाने कहाँ से लाते, और तो और, कितनी खुशबू फैलाते ॥
 तृप्त होता है मन, तुम्हें देखकर, छूने के लिए हाथ फैलाते ।
 काश हमारा मन भी पौधा होता, जो जीने की राह बताते ॥
 रोज की तनाव भरी जिंदगी में ये ही खुशियां लाते ।
 धन्य हैं, पर किसकी रचना है तू जरा हमें समझाते ।



—अनुप्रिया टोप्पो

वृक्ष

संत जनों का है यह कहना,
 धरती माँ का वृक्ष है गहना ।
 जीवन का आधार वृक्ष हैं,
 जीवन की मुस्कान वृक्ष हैं ।
 पेड़ पौधे हमारे हैं,
 यह सबसे प्यारे हैं ।
 यह सर्दी गर्मी सहते हैं ।
 नहीं किसी से कुछ कहते हैं,
 प्रदूषण से यह हमें बचाते हैं ।
 हमें मिलकर वृक्ष लगाना है,
 पर्यावरण को हमें बचाना है,
 पृथ्वी के संकट को हमें मिटाना है ।



वृक्ष गीत हैं, वृक्ष मीत हैं,
 वृक्ष हमारी जान हैं,
 ईश्वर का वरदान हैं ॥

—अर्चना कुमारी

त्यथा पेड़ की

खुश था मैं अपने जीवन में,
फिर एक दिन इंसान आया।
इंसान को अपनी ओर आता देख,
मेरा मन बहुत घबराया।।
डर के मारे मैंने उस पर,
फल-फूल, पत्ते और सर्वस्व लुटाया।
फिर भी हाथ उसके कुल्हाड़ी देख,
मुझे अपना अंत नजर आया।।
मैं उसके सामने बहुत गिड़गिड़ाया।
पर निर्दयी, निर्मम ने मुझको काट गिराया।।
मैं भागना चाहता था,
पर पैर नहीं थे मेरे पास।



मैं उड़ना चाहता था,
पर पंख नहीं थे मेरे पास।।
किसने हक दिया तुझे ए इंसान,
जो तूने हमें ही काट गिराया।
अगर तू ही हमें मार गिराएगा,
फिर इस जग में हमें कौन बचाएगा।।

—रुपम कुमारी

पेड़ों से लाभ

पेड़ों की ये शान तो देखो।
पेड़ों की ये आन तो देखो।।
पेड़ों की देख ये महानता,
खुद धूप में खड़ा है रहता।
पर हम को छाया है देता।।
पेड़ों को काटकर करो न भूल,
क्योंकि हमको देता है ये फल-फूल।
पेड़ों की देखकर शीतल छाया,
भूल जाओगे जीवन की सारी मोहमाया।।
पेड़ हमें हैं जीवन देते,
लेकिन हमसे कुछ नहीं लेते।
पेड़ बहुत गुणकारी हैं,
इनसे ही हरियाली है।।
पेड़ हमें देते स्वच्छ वायु,
पेड़ हमें देते लम्बी आयु।

पेड़ कुदरत का अनमोल खजाना,
जो न होते ये पेड़ और पौधे,
तो जग में होता वीराना।।
न होते परिन्दे न इन्सान,
पेड़ों से ही है इस दुनिया की शान।
गर पेड़ न होते तो होती ये दुनिया वीरान,
फिर इस दुनिया में कैसे रहता इंसान।।
गर पेड़ न होते तो कैसे मिलते,
मोगरा, चमेली, रातरानी और रजनीगंधा।
कैसे होती बागों की रौनक और बहार,
गर पेड़ न होते तो कैसी होती ये दुनिया
चट्टियल और बेकार।।
ये हसीन वादियां ये फिजांए और ये निखार।
पेड़ों से ही आबाद ये दुनिया और हर जानदार।।

—सबाहत बानो



खुशी कहाँ है



खुशी, सिर को सहला रहे,
मां के हाथों में है।
रोज हंसी मजाक की,
खट्टी—मीठी बातों में है॥
सही होकर भी कभी कभार,
अपनी बहन से हार मानने में है।
कितना प्यारा है ना ये जहाँ,
ये हर दिन दिल से जानने में है॥
“बेटा, मुझे तुम पर गर्व है,
ऐसी कोई बात पापा के मुंह से सुनने में है।
खुद पर विश्वास से कुछ सपने,
खुद के लिए बुनने में है॥
खुशी, मंजिलों को जोड़ते,
अनसुलझे रास्तों में है।
खुद से नजदीकी कभी,
तो कभी थोड़े फासलों में है॥
खुशी खुद के लिए, खुद से कुछ,
प्यार भरे लफ्ज कहने में है।
लड़ने में वक्त की लहरों से कभी,
तो कभी बेपरवाह बहने में है॥
खुशी किसी बेजुबां को कैद करने में कहाँ,
बल्कि उसे आजाद होता देखने में हैं।
अपने दिल से बेदिल बातों का बोझ
दूर कहीं, ऊँचा फेकने में है॥
खुशी इन अपनों से अनमोल इश्क
जहिर करने में है।
कभी तारीफ सुनने में अपनी,
तो कभी नादानियां जाहिर करने में है॥
खुशी वक्त रहते कुछ जज्बातों का,
इजहार करने में है।
कुछ पल बिना कारण तलाशे,
प्यार करने में है॥

खुशी, में अपने खाने का कुछ हिस्सा,
बांट कर खा सकता है इस बात में है।
बेपरवाह सुकून वाली,
ऐसी रात में है॥

खुशी शायद वो है जो भूखे को
खाना खिलाने में है।
किसी प्यासे को
पानी पिलाने में है॥

खुशी, दिन भर रिक्शा—चलाने के बाद,
रात को जन्मदिन पर बच्चे के लिए,
मिठाई ले जा रहे बाप की उन आँखों में
ठहरती है।
तो किसी जाड़े से कपकपाती शाम के
तोहफे में, मिली उस कंबल को पाने वाले
उस बेघर के रोम रोम में लहरती है॥

खुशी किसी मायूस चेहरे को,
मुस्कान से भरने में है।
कुछ काम अच्छे बिन कहे,
बेनाम ही करने में है॥

खुशी तो हर पल में है,
दिल के अंदर है।
हर धड़कन में है,
चारों ओर है ये, कण—कण में है॥

ये किसी सुनहरे बड़े खजानों में नहीं,
बल्कि अक्सर बहुत छोटी चीजों में है।
खुलकर ठिठलाने के अवसरों के जंगल में
नहीं।
बल्कि मुस्कुराने की चाहत के नन्हें बीजों
में है॥

—गोसिया मंसूरी

खुशी

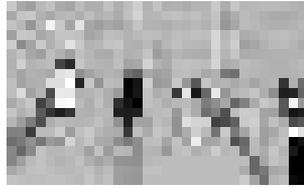


खुशी का साथ सबको भाता है ।
हर कोई इसे पल-पल चाहता है ॥
ग़म की बेला आती है जीवन में सबके ।
इससे ही तो खुशियों का मोल सजता है ॥
खुशी उसको ही रास आती है ।
वही करता है मोल इस पल का ॥

जिसने पिया है आंसू का घूंट ,
जिसने सहा है ग़म का अंधेरा,
न खुशी की उम्र है बड़ी ।
न हमेशा ग़म की पहर खड़ी ॥
जीवन है बस एक पल में ।
हंसते रहें तो खुशियाँ हैं ,हर एक क्षण में ॥
पल दो पल से ही बनती हैं ।
दुनिया खुशी और ग़म से ही सजती है ॥
दुनियां जहाँ ग़म अनुभव बन जाता है ।
उसी का मीठा खुशी कहलाता है ॥

—गोपीचन्द जुप्ते

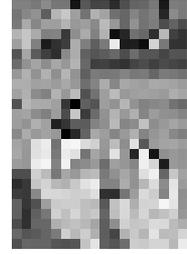
इंटरनेट



अल्लम गल्लम भाई—भाई,
बैठे इंटरनेट में ।
बटन दबाते दिख गया जोकर,
गुदगुदी मच गयी पेट में ॥
खीक—खीक, खुक—खुक, हा—हा, ही ही,
मस्ती की चपेट में ।
धींगा मस्ती दोनों भाई, गिर गए लम्बम लेट में ॥
हल्ला सुनकर अम्मा दौड़ी,
गुस्से की लपेट में ।
गड़बड़ कर डाला भाँपकर दोनों,
छुप गए सोफा सेट में ।
जोकर जी ने जलवा देखा,
बैठ के इंटरनेट में ॥
अगले दिन यह बात मजे की,
छप गई पंफलेट में ॥

—संगीता अखाड़िया

गुरु की अमृत वाणी



गुरु आपकी ये अमृत वाणी,
हमेशा मुझको याद रहे ।
जो अच्छा है जो बुरा है,
इसकी हम पहचान करें ॥
मार्ग मिले चाहे जैसा भी ।
उसका हम सम्मान करें ।
दीप जलें या अंगारे हों,
पाठ तुम्हारा याद रहे ॥
अच्छाई और बुराई का,
जब भी हम चुनाव करें ।
गुरु आपकी ये अमृत वाणी,
हमेशा मुझको याद रहे ॥

—माहेश्वरी मालवीय

माँ तो माँ होती है

वह बचपन एक दूजे से लड़ जाना,
बात-बात पर रिसियाकर भौंह चढ़ाना।
एक खिलौने की खातिर,
दिन-दिन भर माँ को नाच नचाना ॥

फिर माँ से पिटने पर,
दिन-दिन भर अश्रु धार बहाना।
याद बहुत आता है मुझको,
माँ की लोरी का वह एक तराना ॥

काश मेरे बचपन के ये जाते हुये दिन,
फिर लौट-लौट कर आते।
हम फिर माँ से रूठ-रूठ कर,
माँ को अपने पीछे दौड़ाते ॥

करते ऊद्यम पहले जैसे,
जिनके कारण माँ के हाथों पिट जाते।
कुछ भी कहो पर माँ से पिटने वाले,
दिन याद बहुत हैं मुझको आते ॥

मम्मी-मम्मी की रट लगाना,
अगर कहीं हम रूठा करते थे माँ से,
तब माँ हमें प्यार से अपने पास बुलाती थी।
बाहर से बेहद गुस्सा पर,
अन्दर से करुणा लेकर,
अपने हाथों से दूध रोटी हमें खिलाती थी ॥

कुछ भी कहलो, पर माँ तो माँ होती है।
जो अपने बच्चों की खातिर,
हर दुख को हंस कर ढोती है ॥

—कैलाश सिंह राठौरिया

माँ की परिभाषा



“हम एक शब्द हैं तो वह पूरी भाषा है,
हम कुंठित हैं तो वह एक अभिलाषा है।
बस यही माँ की परिभाषा है ॥

हम समुंदर का तेज हैं
तो वह झरनों का निर्मल जल है।
हम एक शूल हैं
तो वह सहत्र दल प्रखर है ॥

हम दुनिया के अंग हैं,
तो वह उसकी अनुक्रमणिका है।
हम बकवास हैं वह भाषण है
हम सरकार हैं तो वह शासन है ॥

हम लवकुश हैं वह सीता है,
हम छंद हैं वह कविता है।

हम राजा हैं वह राज है,
हम मस्तक हैं वह ताज है ॥
हम एक शब्द हैं तो वह पूरी भाषा है।
बस यही माँ की परिभाषा है ॥

—आनंद मिश्रा

माँ

माँ वो शब्द है, जिसमें कायनात समाई है,
जिसकी कोख में शुरू हुआ था जिन्दगी का सफर,
जिसकी गोद में खोली थीं आखें पहली बार।।

जिसकी नजरों से ही दुनिया को देखा था, जाना था,
जिसकी उंगलियां पकड़ कर चलना सीखा था पहली बार।।

उसी ने हमारी खुद से करायी थी पहचान,
दुनिया का सामना करना भी उसी ने सिखाया,
जन्म से ही दर्द से शुरू हुआ था रिश्ता हमारा,
शायद हर दर्द पे इसीलिये निकलता है शब्द मां हर बार।।

माँ की जिन्दगी होती है उसके बच्चे में समायी,
पर बड़े होते ही दूर हो जाती हैं राहें उसकी जिन्दगी की,
भुला देता है इस शब्द की अहमियत अपनी व्यस्तता में कहीं
फिर अचानक कहीं से सुनाई देती है आवाज माँ,
आंखें भर आती हैं बस, धार धार।।

माँ का कर्ज नहीं चुका सकता कभी कोई इस दुनिया में,
भगवान से भी बड़ा है मां का दर्जा इस दुनिया में,
ना होती वो तो ना बसता ये सन्सार कभी,
ना होगी वो तो भी खत्म हो जाएगा संसार ये सभी।।

कहते हैं इसलिये कि जागो अब भी वक्त है,
ना करो शर्मसार अपनी जननी को, ना करो अत्याचार औरत के अस्तित्व पर,
ना मारो बेटी के अंश को यूँ हर बार,
नहीं तो एक दिन तरस जाएगा माँ के एहसास को ही ये सारा संसार।।

क्योंकि माँ वो शब्द है जिसमें कायनात समाई है।।

—रविशंकर सोनकर

माँ नाम है बहुत ही छोटा,
लेकिन है धरती से भी बड़ी।
चलना हमें सिखाती है माँ,
मंजिल हमें दिखाती है माँ।।
सबसे मीठा बोल है माँ,
दुनिया में अनमोल है माँ।।

माँ ही हमें डांटती है,
माँ ही हमें प्यार करती है।
माँ ही है हमारी सब कुछ,
माँ से आगे कोई नहीं है।।
माँ तेरी मुस्कुराहट जरूरी है,
फिर चाहे कीमत जो भी हो।।

—अमृता सिंह भदौरिया

जल

जल बिन होय न कोई जीवन ।
इसे बचाये रखना आजीवन ॥
बचाकर रखें इस अनमोल धन को ।
जल भी है, जीवन की दौलत ॥
जल ही जीवन यह सब जान लो ।
पानी बिन सब सूना जगत यह जान लो ॥
जल से अन्न, पत्र, फल, सुन्दर उपवन ।
जल से बनती धरती हरियाली,
जल में जीवन अमृत है पानी ।
बिना पानी जीवन की नाव है खाली ॥

जल बिन होय न कोई सबेरा ।
फिर जल क्यों हम व्यर्थ बहाएँ,
खत्म हो जाएगी सबकी जिंदगानी,
इसकी कीमत समय पर जो न जानी ॥

जल है जीवन की धारा ।
जिससे जुड़ा है सबका नाता ॥

—चन्द्रिका लोहट

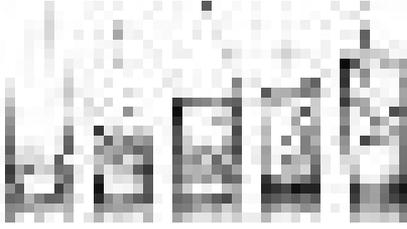
बिना जल होय नहीं, कोई—सा भी काम,
इसे साफ रखने हेतु, उपाय करें तमाम ।
अगर मिले नहीं जल तो जीवन है बेकार,
इसे बचाने के लिए, रहें आप तैयार ।
बना हुआ है जल यहाँ जीवन का आधार,
न हो जल के लिए कभी आपस में तकरार ।
सच कहें तो जल बना, जीवन की पहचान,
व्यर्थ बहाकर न करें, इसका अब नुकसान ।
बचाकर रखें धन तभी, जब आवे संताप,
जल भी है धन सभी का, रखें बचाकर आप ।

—रिकला खुटिया

पानी है जीवन की धार
पानी है जीवन की धार,
जिससे जुड़ा है सबका संसार ।
पानी बिना हो जाएंगे वीरान,
नदी—नाले और खेत खलिहान ॥
बूंद —बूंद मत करो बेकार,
इनसे जुड़ी हैं खुशियां अपार ।
इसके बिना जीवन निराधार,
ये जीवन का आधार ॥

—सोनम स्नेही





जल

जल तो जीवन है,
निर्मल, कोमल, शीतल, सुन्दर।

प्यारा लगता सबको और
प्यास बुझाता सबकी।

हाय कितने निर्मम हम हैं,
करते न कद्र है इसकी॥

करके इसका उपयोग कभी हम,
धन्यवाद न करते हैं।

कूड़ा कचरा डालकर इसमें,
जल प्रदूषण करते हैं॥

ऐ प्रिय बंधु! हे प्रिय साथी!
कुछ तो मेरा मान करो।

यूं ना मुझे बेकार करो,
यूं व्यर्थ बहा कर मुझको,
मेरा ना अपमान करो॥

—रीना बम्हने

जल में है अमृत ही अमृत,
जल बिन नहीं है जीवन संभव।

खाना—पीना फसलें स्वच्छता,
बिजली आदि सब है देता।

पानी बिन सब है सूना,
करें ना इसको जाया हम।

जल को संचय करके हमको
एक — एक बूंद बचाना है।

ताल— तलैया झील और नदियाँ,
वर्षा से सब भर आती हैं।

हमको भी वर्षा जल संचय कर,
फिर उपयोग में लाना है।

ध्यान रखें कहीं किसी जगह पर,
जल व्यर्थ नहीं बहाना है।

बिन पानी न फसलें होंगी,
वृक्ष नहीं टिक पाएंगे।

भूख प्यास से होगा व्याकुल जीना,
जीव नहीं टिक पाएंगे॥

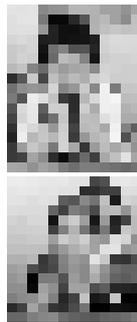
—सोनम बघेल

शिक्षा

आओ बच्चो हाथ मिलाएं।
शिक्षा का अभियान चलाएं॥

भारत के कोने—कोने से।
निरक्षरता का दाग मिटायें॥

सबको हमें समझाना है।
शिक्षा का महत्व बताना है॥



बूढ़े बच्चे या हों जवान।
सब को साक्षर बनाना है॥

अच्छी शिक्षा अच्छा ज्ञान।
ऊँची शोहरत मान — सम्मान॥

ठाठ — बाट जीवन का मान।
शिक्षा ही है इसका निदान॥

—किरण सिंह

शिक्षा



आओ एक जुट होकर सब,
एक शिक्षित समाज बनाएं।
संकुचित विचारों वाली मानसिकता को,
सबके मन से मिटायें।।
धर्म जाति का मेल मिटे सब,
बस मानव धर्म हो सर्वोपरी।
जिससे हो सके समाज में,
एक नई चेतना और जाग्रति।।
शिक्षित कर विचारों को सबके,
मनुष्यता का पाठ पढ़ाकर।
आओ सब मिलकर फिर से,
अपना कर्तव्य निभाएँ।।
ऐसे करें जागरूक सबको,
जिससे समाज में हो परिवर्तन।
शुद्ध, सुदृढ़ मानसिकता के संग,
एक नए विश्व का पदार्पण।।
एक नए स्वप्न को पूरा करके,
एक नया जागरण लाने को।
आओ एक संकल्प उठाकर,
आगे कदम बढ़ाएँ।।
सच्ची शिक्षा वो नहीं,
जो सिर्फ 'मैं' की भावना को जगाए।
सच्ची शिक्षा तो वो है,
जो मानवता का धर्म सिखाए।।

—विनोद



ऐ कोविड-19

ऐ कोविड
शहर—शहर—देश—देश,
तुम घूम रहे हो।
ये आँखें पथरा गई हैं,
नजर तो आओ
कहाँ तुम हो।।
जिस शहर से गुजरे हो तुम,
वह बयार यहाँ भी आयी है।
खौफजदा चेहरे बता रहें हैं,
वह तुमसे मिल कर आयी है।।
बगिया भी बदरंग हो गई,
दौर—ए—पतझड़ क्यों लाये।
मौन हो गई वाणी सबकी,
ऐसा क्या तुम कह आये।।
जीवन की कलकल नदिया में,
जलकुंभी बनकर क्यों ठहरे।
रिश्तों के नाजुक बंधन पर,
सांसाँ पे लगा के तुम पहरे।।
आधे जीवित आधे मृत हो,
परछाँई बन छल करते हो।
क्यों कठिन परीक्षा करते हो।।
हम राम—कृष्ण के वंशज हैं,
मर्यादा को भी निभायेंगे।
अनुशासन के इन अस्त्रों से,
तेरा अस्तित्व मिटायेंगे।।

—नेहा कुशवाहा

पर्यावरण

पर्यावरण से सबका जीवन,
जीवन इसी में जीते हैं।
आओ हम सब हिलमिलकर,
मिलके पेड़ लगाते हैं॥

पर्यावरण ने गोद लिया सबको,
सबको अपना बनाते हैं।
जीव – जन्तु का भी इससे जीवन,
सांस सब इन्हीं से लेते हैं॥

जीने का ये सही तरीका,
सीधा सरल बताते हैं।
समय कभी कैसा भी आये,
ये डटकर दर्द उठाते हैं॥

धरती को देते हरियाली,
गोद धरती की ये भरते हैं।
बोझ उठाते जीवन भर का,
उफ भी कभी ना करते हैं॥

पर्यावरण एक ऐसा आवरण,
पर्वत नदी भी ढंक लेता है।
चाहे कैसा भी हो वो,
पेट भरकर जीव को भोजन देता है॥

पर्यावरण है सबसे महत्वपूर्ण,
इसे कभी ना खोना तुम।
इसके बिना जीवन अधूरा,
ये कभी ना भूलना तुम॥

करता है ये शुद्ध हवा को,
देता है फल –फूल और छाया।
देता है सांसों जीवन को,
आओ जानें पेड़ों की माया॥

आओ अपने दिलों में हम,
प्रकृति प्रेम जगाते हैं।
इसके बिना जीवन अधूरा,
सबको यही बताते हैं॥

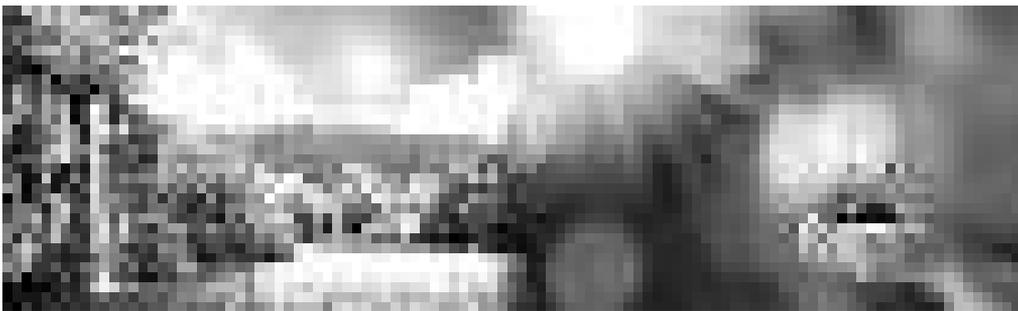
सागर, बादल, गगन प्रदूषित,
नदी, धरा और पवन प्रदूषित।
बढ़ गया है प्रदूषण इतना,
सांस लेना हुआ है मुश्किल॥

रूठ गई प्रकृति हमसे चलो
मिलकर इसे मनाते हैं।
जीने का अब नया तरीका,
फिर से इसे अपनाते हैं॥

पेड़ों बिना यहाँ कुछ नहीं है,
जीव – जन्तु ना मानव है।
पर्यावरण पर हैं सब निर्भर,
सबको इसकी महत्ता बताते हैं॥

पर्यावरण से सबका जीवन,
जीवन इसी में जीते हैं।
आओ हम सब हिलमिलकर,
मिल के पेड़ लगाते हैं॥

—सोनम पाटिल



हास्य कविता

दरोगा जी
आश्चर्य में जकड़े गए।

जब सिपाही ने बताया,
रामस्वरूप ने चोरी की,
फलस्वरूप पकड़े गए।।

दरोगा जी बोले,
रामस्वरूप ने चोरी की
तो फलस्वरूप को क्यों पकड़ा है?

सिपाही बार-बार दोहराएँ,
रामस्वरूप ने चोरी की
फलस्वरूप पकड़े गए
दरोगा जी लगातार उस पर
अड़े रहे।

रामस्वरूप ने चोरी की
तो फलस्वरूप को क्यों पकड़ा है?

दृश्य देख कर,
में अचंभित हो गया।
लापरवाही के अपराध में
भाषा ज्ञानी सिपाही
निलंबित हो गया।।

—ज्योति महोबिया



A MOTHER

A mother is one who
Understand the things
You say and do.
Who always overlooks
Your faults and sees the best in you.
A mother is one whose
Special love inspires you day by day.
Who fills your heart with
Gladness in her warm
And thoughtful way.
A mother is all these things
And more the greatest treasure known.
And the dearest mother in all of the world
is the one I call
“My own.”

—Aditi Bajpai

HAPPINESS

You can't buy your happiness,
Because happiness is free
Don't you know, or can't you guess,
It's there for you and me.
And what you do with, what you have got,
Can change the way you feel
Just do your best and smile a lot,
You'll keep an even keel.
Cause happiness is made for you,
Just take a lute and see
That happiness is what you do
With something that is free.

—Divya Vyas

THE PUPPY AT THE STREET

He jumped in joy, but he was not a boy.
He was a cute puppy, filled in joy being
happy.
Though along with his mummy
He had a full tummy.
Feeding with milk
At the side of a street.
Small children played



And the puppy remains laid.
Those children were his friends
Brought his mummy food and met ends.
The puppy was alone
As his sibling had gone.
As they died on the road
And went heavenly abode.

—Anand Rege



हँसना भी
ज़रूरी है

विद्यार्थियों के
चुटकुले

पत्नि काजू खा रही थी तभी :

पति— क्या खा रही हो ? जरा मुझे भी टेस्ट कराओ।

पत्नि एक काजू देती है।

पति— बस एक।

पत्नि— हाँ, बाकी सब का भी ऐसा ही टेस्ट है।



माँ ने घबराकर बेटे को फोन लगाया और कहा—

बेटा जल्दी से घर आजा, बहू को पैरालिसिस का अटैक आया है। उसका मुँह टेढ़ा, आंखें ऊपर और गर्दन घूमी हुई है।

बेटा बोला—

रहने दे माँ, तू घबरा मत—वो सेल्फी ले रही है।

—अतुल कुमार सेन

संता ने भगवान से कहा— क्या मैं अगले जन्म में गधा बन सकता हूँ ?

भगवान जवाब देते हुए— आप इस सुविधा का लाभ पहले ही ले चुके हो।

—रीना बम्हने

हमारे देश में अगर सड़क पर बारात चल रही हो और सामने से बस या कार आ जाए, तो बारात में से 15 लोग तुरंत ट्रेफिक पुलिस की भूमिका में आ जाते हैं।

—विनोद



दो दोस्तों में किसी बात पर तू—तू मैं—मैं हो गई।

एक दोस्त दूसरे से बोला— मैं अपनी बेइज्जती कराने यहां नहीं आया हूँ।

दूसरे ने कहा— 'तो आमतौर पर आप कहां जाते हैं?'

—नम्रता रघुवंशी





भिखारी— कुछ भीख दे दो ।

महिला— गाड़ी से निकल कर एक रूपये भीख देती है ।

भिखारी— जैसे लेकर जाने लगता है ।

महिला— सुनो अब भीख तो मिल गई कुछ आशीर्वाद तो देते जाओ ।

भिखारी— कार में तो बैठी हो, अब क्या आसमान पर बैठना चाहती हो ।



—बलराम सत्यार्थी

एक आदमी था, उसको बैंक में खाता खोलना था, वह बैंक गया, बैंक में वह एक फॉर्म लेने के बाद दिल्ली चला गया, पता है फॉर्म लेने के बाद दिल्ली क्यों गया? क्योंकि फॉर्म में लिखा था कि फिल् इन कैपिटल ।



पति और पत्नी आगरा जा रहे थे ।

जहाँ पर कुँ में एक रूपये का सिक्का डालने से मन की मुराद पूरी हो जाती थी—

पति ने एक रूपये का सिक्का डाला इसके बाद पत्नी एक रूपये का सिक्का डालने गई, मगर बैलेंस बिगड़ गया और वो कुँ में जा गिरी—

पति की आँखों में आंसू आ गए और ऊपर देखकर बोला भगवान !

“इतनी जल्दी”—

—नेहा कुशवाह

खरगोश बम लेकर चिड़ियाघर में घुस गया, और जोर से चिल्लाया, तुम सबके पास यहाँ से निकलने के लिए केवल 1 मिनट का समय है ।

तभी उसकी बात सुनकर कछुआ बोला, वाह रे !

सीधे बोल ना कि मैं ही टारगेट हूँ, बचपन का बदला लेने आया हूँ ।

—रामेश्वर मोरी

लड़के का पिता अपने लड़के को बहुत जोर —जोर से पीट रहा था—

पड़ोसी— क्यों मार रहे हो इतना क्या हुआ?

लड़के का पिता— कल सुबह इसका स्कूल का रिजल्ट आनेवाला है—

पड़ोसी— लेकिन आज क्यों मार रहे हो?

लड़के का पिता— भाई मैं आज शाम को अपने गाँव जा रहा हूँ

—रविशंकर सोनकर

एक बार एक बादशाह ने खुशी में सब कैदी रिहा कर दिये ।

उन कैदियों में बादशाह ने एक कैदी को देखा जो बहुत ही बुजुर्ग था ।



बादशाह— तुम कब से कैद में हो?

बुजुर्ग— आप के अब्बा के दौर से ।

यह सुनकर बादशाह की आँखों में आंसू आ गये और बोला—

इसको दोबारा कैद करो ये अब्बा की निशानी है ।



—अर्चना कुमारी

पुलिस दरवाजा खटखटाते हुए—
 पुलिस— हम पुलिस हैं दरवाजा खोलो ।
 बबलू— क्यों खोलू ?
 पुलिस— क्योंकि हमें कुछ बात करनी है ।
 बबलू— तुम कितने हो ।
 पुलिस— हम तीन हैं ।
 बबलू— तो आपस में बात कर लो ना मेरे पास टाइम नहीं है ।

—नंदिता गुप्ता

टीचर— अगर रात में मच्छर काटे तो क्या करना चाहिए ?
 लड़का— चुपचाप खुजा कर सो जाना चाहिए क्योंकि रजनीकांत तो हो नहीं कि मच्छर से सॉरी बुलवा लोगे ।

—माहेश्वरी मालवीय

टीचर— बताओ, दुनिया का सबसे पुराना जीव कौन सा है ?
 बच्चा— जेबरा
 टीचर— वो कैसे ?
 बच्चा— वो ब्लैक एण्ड व्हाइट है न सर ।



दो भाई सोनू और मोनू एक ही क्लास में पढ़ते थे ।
 टीचर — तुम दोनों ने अपने पापा का नाम अलग-अलग क्यों लिखा है ?
 सोनू — मैम फिर आप कहोगी कि तुम दोनों ने नकल मारी है ।



साइंस टीचर — क्लास में सो रहे हो क्या ?
 स्टूडेंट — नहीं टीचर गुरुत्वाकर्षण से सर नीचे गिर रहा है ।।

—चन्द्रिका लोहट

पप्पू पर बिजली का तार गिर गया
 पप्पू तड़प —तड़प के मरने ही वाला था कि अचानक उसे याद आया कि बिजली तो दो दिन से बंद है वापस उठकर हँसते —हँसते बोला कि याद नहीं आता तो मर ही जाता ।



चुनाव दो चरणों में होंगे ।
 पहले वो आपके चरणों में होंगे—
 फिर आप उनके चरणों में होंगे ।



चीकू— अरे ये लोग बार-बार बॉल को लात क्यों मार रहे हैं ?
 मीकू— अरे वे सभी गोल कर रहे हैं ।
 चीकू— बॉल तो पहले से ही गोल है, और कितना गोल करेंगे ?

—स्वयंप्रभा वसावे

एक लड़की सब्जी मंडी गई
 लड़की— मुझे सारे सड़े अमरूद दे दो ।
 टैलेवाला— सारे सड़े हुए ?
 लड़की — हाँ सारे खराब अमरूद ।
 टैलेवाले ने सारे खराब-सड़े अमरूद एक पॉलीथीन में भरकर दिये ।
 लड़की— अब इस पॉलीथीन को साइड में रखो और साफ अमरूद में से एक किलो तोल दो ।

—छाया सक्सेना

एक मच्छर परेशान बैठा था ।
 दूसरे ने पूछा— भाई क्या हुआ तुझे ।
 पहला बोला—यार गजब हो रहा है ।
 चूहेदानी में चूहा, साबुनदानी में साबुन मगर मच्छरदानी में आदमी सो रहा है ।

—दिव्या व्यास

“होली स्लोगन”



कान्हा की पिचकारी और राधा की साड़ी ।
खुशियों के रंग से आओ रंग दें दुनिया सारी ।
पकवानों की भीड़ और रंग बिरंगी थाली ।
मुबारक हो आपको, यह होली हमारी ॥

हाथों में लो कृष्ण-कन्हैया की पिचकारी,
इस होली प्यार के रंगों से रंग दो दुनिया सारी,
दिल मुस्कुरायें होंठों पर मुस्कान हो,
इस होली रंग और गुलाल ही गुलाल हो,
जिसनें होलिका में जला दी सारी बुराई
उसी ने इस वर्ष सबसे बढ़िया होली मनाई ।

—माहेश्वरी मालवीय

“ना कपट, ना ऊँची बोली,
एकता सद्भाव की है होली,”
बुरा ना मानो होली है

—सुश्री एस. राउतराय

वन-वन में पलाश के रंग को घोली,
नारी शक्ति संग होली ॥

रंग दें भेदभाव की बोली, कर दें दूर
धरम की चोली, आओ खेलें हम सब
होली ॥

बचाएं पानी खेले सूखी होली, न
बिगड़े माटी की रंग रंगी रंगोली,
आओ खेलें ऐसी होली ॥

—रीना बम्हने

एक ही बात सीखी आज
मैंने रंगों से
गर निखरना है तो
बिखरना जरूरी है

—दिव्या व्यास

खेलो होली, अपनों के संग ।
जीवन में भर दे, खुशियों के रंग

—छाया सक्सेना







EX-STUDENTS VIEW

VISITORS VIEW

KNM REPORTS



EX-STUDENTS VIEW

I had a great experience in Kamla Nehru B.Ed. College. Lots of educational & co-curricular activities like seminars, expert lectures, workshops etc. were conducted in the college. It was a good and energetic experience. It is an ideal college with an ideal staff. Respected all my teachers, I have your deep impression on my heart.

–**Sadhana Upadhyay**
(B.Ed. 2019-2021)

My experience is excellent studying in Kamla Nehru College. Teachers are very cooperative and understanding. Their teaching style is different and best. It is according to students need and understanding. I am so blessed that I was a part of Kamla Nehru Mahavidyalaya.

Thank you

–**Aradhana Pandey Bhatt**
(B.Ed. 2018-20)

I would like to start by giving a huge thanks to Kamla Nehru Mahavidyalaya (B.Ed. College). My journey with them started in 2018-19. The team of all teachers supported a lot. College has a rich library with all the necessary learning materials. Thanks to all the amazing teachers who support, educate and inspired me thoroughly.

Thanking you

–**Namrata Soni**
(B.Ed. 2018-20)

Doing B.Ed. from Kamla Nehru Mahavidyalaya, Bhopal (M.P.) provides an opportunity to learn in three different areas, which is essential for success. You learn from lecturers, you learn how to interact & deal with students & the most important that you learn about yourself. These areas have been examined in both, the classroom environment and in a real world situation,

I found the Kamla Nehru Mahavidyalaya, Bhopal (M.P.) to be a milestone in my professional & personal life. I found the quality of the academic staff excellent. The college has a great reputation for results & success because of the dedication, support & motivation of staff. The staff enables students & help them to accomplish their dreams.

–**Trapti Chourasia**
(B.Ed. 2017-19)

It is very difficult to be productive at elder age, but my teachers made the entire journey of teaching and learning very comfortable and productive for me. We also got full guidance of our Principal Dr. Renu Gupta Mam time to time. Course content was delivered by Dr. Anupama Mam & Mr. Rahul Sir in a very easy manner. Dr. Saba Mam & Mrs. Shalini Mam was always cooperative & friendly with the students. Dr. Anita Mam & Dr. Rekha Mam also made our study very easy and understandable. Mrs. Pavitra Mam was also very cooperative during project time. Various interesting activities were also conducted in the college by Shalini Mam and other staff members, which gave the chance to students for their all-round development. I would like to say thanks as a bigger gratitude to all my teachers & staff.

Thank you again for all your cooperation.

–**Aditi Singh**
(B.Ed. 2019-21)

I Jyoti Namdev, proudly say that my B.Ed. could successfully be done from “Kamla Nehru Mahavidyalaya” because of all my mentors, college faculties and their support. Due to which I am now able to grab the new opportunities for the best of my career and further life. This college has given me opportunity to groom myself and enhance my abilities and personality.

Overall I would say that faculty of Kamla Nehru Mahavidyalaya helped me a lot throughout my curriculum, and made me feel like a part of KNM family.

Thank you

–Jyoti Namdev (B.Ed. 2019-21)

My name is Jayshree Joshi, I was a student of B.Ed. 2018-20 Batch. My Journey in this college was awesome. Teachers are very supportive and helpful. They helped me a lot in teaching and learning process. Including teachers other college staff is also tremendous.

I am very glad to find out such institution for my B.Ed. degree and finding myself lucky after becoming part of this college.

At last I want to thank every teacher and other staff members for helping me in this journey.

–Jayshree Joshi (B.Ed. 2018-20)

I am pleased to share my feedback about the college. It had been wonderful journey of Bachelor of Education in the college. College has provided plethora of opportunities to grow and explore 360° in all aspects. I have always found healthy & positive environment and the teacher are highly supportive.

I am highly thankful to all the respected faculties for their selfless devotion & contribution for the growth of the students. It has added skills to my career & growth.

Thank you so much

Regards

–Akhilesh Dhote (B.Ed. 2019-21)

I Sakshi Arora, wish to state that my college Kamla Nehru Mahavidyalaya has given me ample opportunities to excel myself with teaching styles and skills. I thank all my teachers and mentors that they have supported me and helped me throughout my educational journey.

It was an excellent experience of being a part of Kamla Nehru Mahavidyalaya family.

–Sakshi Arora (B.Ed. 2019-2021)

My Experience in Kamla Nehru College has been really good. The Teachers here are very supportive. They have been a constant guide and support throughout the course. The overall experience in this college was a memorable one and I would surely recommend my friends and others to join this college.

–Sophiya Taitus (B.Ed. 2019-2021)

I was student of B.Ed. batch 2019-21. I spent my two years with the excellent & supportive teaching staff, who gave me all the guidance which I required to become a good teacher.

Over all I can say that the campus of this college is excellent for teachers training.

Thank you

–Sourabh Sharma (B.Ed. 2019-2021)

मैं कुमारी योगिता धोटे कमला नेहरू महाविद्यालय की बी.एड. कि छात्रा रही हूँ। महाविद्यालय के द्वारा अर्जित ज्ञान से मानसिक विकास एवं व्यावहारिक ज्ञान की प्राप्ति हुई है। यहाँ सभी शिक्षकों का व्यवहार छात्रों के प्रति स्नेहपूर्ण रहा है। शिक्षकों के माध्यम से मार्गदर्शन व ज्ञान की प्राप्ति हुई है। यहाँ साफ सफाई, वार्षिक कार्यक्रम एवं गेम्स आदि कराये जाते हैं। यहाँ रहकर मेरे शारीरिक व मानसिक गुणों का विकास हुआ है। यहाँ प्रति सप्ताह टेस्ट लिया जाता है। विद्यार्थियों से पूछा जाता है जिससे उनका आत्मविश्वास बढ़ता है। अन्त में, मैं महाविद्यालय के सभी शिक्षकों का धन्यवाद करना चाहती हूँ कि आप सभी के द्वारा आगे बढ़ने के लिए मुझे अच्छा मार्गदर्शन मिला।
धन्यवाद

—योगिता धोटे (2019 - 2020)

मैं कुमारी सरोज उइके कमला नेहरू महाविद्यालय की बी.एड. की पूर्व छात्रा रही हूँ। मुझे इस महाविद्यालय में पढ़कर बहुत अच्छा लगा सभी शिक्षकों ने अपना भरपूर सहयोग मुझे प्रदान किया। कोर्स की शुरुआत में मुझे बहुत कठिनाई का अनुभव हो रहा था परन्तु सभी के सहयोग से मुझे सरलता से सभी चीजें समझ में आ पाईं। इसके लिए मैं अपनी दिल की गहराई से सभी को शुक्रिया कहना चाहती हूँ। अन्त में महाविद्यालय के सभी शिक्षकों का धन्यवाद करना चाहती हूँ। आप सभी के द्वारा मुझे आगे बढ़ने का मार्ग मिला।
धन्यवाद

—सरोज उइके (2019 - 2021)

मैं रीना पैठारी बी.एड. सत्र 2019—21 की छात्रा हूँ। मुझे कमला नेहरू महाविद्यालय में पढ़ कर बहुत अच्छा लगा। यहाँ सभी शिक्षकगणों का व्यवहार बहुत अच्छा रहा तथा यहाँ शिक्षकों ने हमारी हर तरह से समस्या का समाधान किया तथा हमारे भविष्य को उज्ज्वल बनाने में बहुत—बहुत सहयोग दिया एवं भविष्य में आगे बढ़ने की प्रेरणा भी दी। सभी शिक्षकों का मैं धन्यवाद करना चाहूँगी जिन्होंने हमें अच्छी शिक्षा प्रदान की तथा हम भविष्य में अच्छे शिक्षक के रूप में उभरें ऐसा ज्ञान हमें दिया। आप सभी ने हमें मार्गदर्शन दिया जिससे हम अपने भविष्य को सवार सकें। मैं सभी शिक्षकगणों का दिल से धन्यवाद करती हूँ तथा आभार प्रकट करती हूँ।
धन्यवाद

—रीना पैठारी (2019 - 21)

मैं साक्षी रघुवंशी कमला नेहरू महाविद्यालय की छात्रा हूँ। मुझे यहाँ जो ज्ञान मिला है वह न केवल मेरी पढ़ाई में उपयोगी है अपितु दैनिक जीवन, व्यावहारिक, सामाजिक रूप से भी बहुउपयोगी रहा है और अगर मैं शिक्षक—शिक्षिकाओं की बात करूँ तो वे परिपूर्ण हैं चाहे वह पढ़ाने की बात हो या व्यवहार की। यहाँ सभी शिक्षक बहुत सहयोगी हैं। अगर सच में किसी को टीचिंग फील्ड में अपना कैरियर बनाना हो तो यह कॉलेज Teachers और Environment की दृष्टि से Best है।
धन्यवाद

—साक्षी रघुवंशी (2019-2021)

मैं कुमारी मीला अस्के कमला नेहरू महाविद्यालय की बी.एड. की छात्रा रही हूँ।

बी.एड. कोर्स के दौरान सभी शिक्षकों का बहुत सहयोग प्राप्त हुआ। यहाँ के सभी शिक्षक अपने-अपने विषयों को पूर्ण कुशलता के साथ पढ़ाते हैं एवं समय-समय पर विद्यार्थियों की सभी समस्याओं को सुनकर उनका हल बताने में मदद भी करते हैं। इस कॉलेज से मुझे एक अच्छा शिक्षक बनने की प्रेरणा प्राप्त हुई और मेरे आत्मविश्वास में भी वृद्धि हुई। आभार सहित धन्यवाद

—मीला अस्के (2019-2021)

मैं रोशनी बघेल पिता भारतसिंह बघेल। मुझे कमला नेहरू महाविद्यालय में पढ़कर बहुत अच्छा लगा। यहाँ सभी शिक्षकगणों का व्यवहार स्नेहपूर्ण रहा है जिन्होंने हमें हमारे व्यक्तित्व को उज्ज्वल बनाने में बहुत ही सहयोग प्रदान किया। हमें भविष्य में आगे बढ़ने व बढ़ने के लिए प्रेरित किया है। सभी शिक्षकों का मार्गदर्शन व प्रेरणा हमें आगे और भविष्य में मिलती रहे व उनका व्यवहार हमें हमेशा अपने लक्ष्य को प्राप्त करने में सहायता प्रदान करेगा।

सभी शिक्षकगणों का दिल से आभार व्यक्त करना चाहती हूँ जिन्होंने हमें हमारा लक्ष्य साधने के लिए प्रेरित किया व मार्गदर्शन प्रदान किया।

धन्यवाद

—रोशनी बघेल (2019-21)

मैंने कमला नेहरू महाविद्यालय से बी.एड. किया है। यहाँ पढ़ कर हमें बहुत सी सीख मिलीं जिसने हमें आगे की ओर प्रेरित करने में मदद की। इस महाविद्यालय से जो ज्ञान की प्राप्ति हुई है वह हमें सदैव प्रेरणा देगी। महाविद्यालय में अनुशासन बहुत अच्छा है। सभी शिक्षकगण छात्रों को ज्ञान देने के लिए सदैव तत्पर रहते हैं। महाविद्यालय में कई प्रकार की गतिविधियाँ कराई जाती हैं जिससे विद्यार्थियों का ज्ञानवर्धन होता है। प्राचार्य महोदया एवं शिक्षकगणों को मेरा बहुत-बहुत प्रणाम।

—शकुंतला (2019-20)

मैं रीना वास्केल मैंने बी.एड. कमला नेहरू महाविद्यालय से किया है। यहाँ पर हमें बहुत अच्छा लगा, बहुत कुछ सीखने को मिला है। यहाँ पर इस कॉलेज में सभी शिक्षक बहुत अच्छे हैं जिन्होंने बहुत अच्छे से हमें मार्गदर्शन दिया है। जो भी शिक्षा प्राप्त हुई उससे हमें भविष्य में आगे बढ़ने की प्रेरणा प्राप्त हुई है। कमला नेहरू महाविद्यालय से हम सभी को आगे बढ़ने का मार्गदर्शन मिला है।

—रीना वास्केल (2019-21)

मेरा नाम मंगली चौकीकार है। कमला नेहरू महाविद्यालय से मैंने बी.एड. किया। इन दो वर्षों में सभी शिक्षकों द्वारा हमें अच्छा पढ़ाया गया और पढ़ाई में जो भी पूछा गया उसमें हमारा सहयोग किया जिससे हमें बी.एड. में किसी भी प्रकार से कोई दिक्कत का सामना नहीं करना पड़ा। इस महाविद्यालय में सभी सुविधाएँ भी प्राप्त हुईं। मैं सभी शिक्षकों को धन्यवाद करना चाहती हूँ।

—मंगली चौकीकार (2019-21)

मैं रिकी साहू कमला नेहरू महाविद्यालय की पूर्व छात्रा हूँ।

महाविद्यालय से मैंने बी.एड. की परीक्षा उत्तीर्ण की तथा यहाँ की आदरणीय प्रिंसिपल मैडम सहा प्राध्यापकगण तथा चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी, मैं सभी की बहुत आभारी हूँ जिन्होंने समय-समय पर मुझे अपना योगदान दिया। बी.एड. में मैंने पढ़ना-पढ़ाना और पाठ्यसहगामी गतिविधियों से बहुत कुछ सीखा। मैंने बहुत अच्छे अंकों से अपनी परीक्षा उत्तीर्ण की और आज मैं महाविद्यालय में अपनी अंक सूची प्राप्त करने आई हूँ जिससे मुझे बहुत प्रसन्नता महसूस हो रही है।
धन्यवाद

—रिकी साहू (2018-20)

मेरा नाम ऋचा चौधरी है। मुझे कमला नेहरू महाविद्यालय में पढ़कर बहुत अच्छा लगा।

सभी शिक्षकों का व्यवहार छात्रों के प्रति बहुत अच्छा था। शिक्षकों द्वारा शिक्षण के अतिरिक्त अन्य एक्टिविटी में भी छात्रों को पूर्ण सहयोग मिला।

हमारे भविष्य में आने वाली कठिनाइयों का सामना करने का मार्गदर्शन हमें प्राप्त हुआ।

मैं सभी शिक्षकों का आभार व्यक्त करना चाहती हूँ। जिन्होंने मुझे आगे बढ़ने हेतु प्रेरित किया।

धन्यवाद

—ऋचा चौधरी (2019-21)

मैं श्रीमती कविता कुशवाहा कमला नेहरू महाविद्यालय की बी.एड. की छात्रा रही हूँ।

महाविद्यालय के द्वारा अर्जित ज्ञान से मानसिक विकास और व्यवहारिक ज्ञान की प्राप्ति हुई है। यहाँ के सारे अध्यापकों का व्यवहार छात्रों के प्रति स्नेहपूर्ण रहा है। यहाँ के शिक्षक सभी फील्ड में बेस्ट हैं और सभी विद्यार्थियों पर भी सही ध्यान देकर उन्हें आगे बढ़ाने के लिये प्रोत्साहित करते हैं उनके मन से डर को दूर कर निडर बनाकर आगे बढ़ाते हैं।

अन्त में, मैं महाविद्यालय के सभी शिक्षकों को बहुत-बहुत धन्यवाद करना चाहती हूँ क्योंकि आपकी वजह से हमारा अच्छा मार्गदर्शन हुआ और हमें जीवन में कुछ कर दिखाने का मार्ग मिला। धन्यवाद

—श्रीमती कविता कुशवाहा (2019-2021)

मुझे इस महाविद्यालय में पढ़कर बहुत ही अच्छा लगा। यहाँ के सभी शिक्षकगण बहुत ही सरल तथा निर्मल स्वभाव के हैं। महाविद्यालय की सभी सुविधाएं अन्य महाविद्यालयों की अपेक्षा बहुत अच्छी हैं। चूंकि पिछले दो वर्षों से महामारी के कारण पूर्ण रूप से कक्षाएं नहीं लग पाई जिसके कारण शिक्षकों को ऑनलाइन क्लासेस लेनी पड़ीं जिसमें शिक्षकों द्वारा पूरी लगन और निष्ठा से अध्यापन कार्य किया गया।

मुझे अपने ऊपर गर्व महसूस होता है कि मैंने इस महाविद्यालय से शिक्षा ग्रहण की।

धन्यवाद

—नेहा सिंह (2019-21)

मैं दिनेश बघेल कमला नेहरू महाविद्यालय भोपाल का बी.एड. का छात्र हूँ

आत्मविश्वास, कर्मठता, योग्यता का दूसरा नाम है कमला नेहरू महाविद्यालय। दो वर्ष के इस बी.एड. पाठ्यक्रम में मैंने जो कुछ भी पाया है उसका वर्णन करना असंभव है। यहाँ के सभी शिक्षक पूर्णरूप से सहयोगी स्वभाव के हैं। समय-समय पर पाठ्यसहगामी क्रियाओं से सभी विद्यार्थियों का चहुँमुखी विकास किया जाता है साथ ही शैक्षणिक कार्यक्रमों का आयोजन भी करवाया जाता है जिससे सभी विद्यार्थियों का मानसिक विकास भी तेजी से होता है। एक बार पुनः कमला नेहरू महाविद्यालय के शिक्षकों का बहुत-बहुत धन्यवाद जिनकी वजह से मेरा बी.एड. कोर्स सफलतापूर्वक पूर्ण हो पाया। धन्यवाद

-दिनेश बघेल (2019-2021)

VISITORS VIEW

“ College Staff, Principal सभी का work बहुत अच्छा है।
College well maintained है।
Art work बहुत अच्छा करवाया है
Educational Activity बहुत ही अच्छी करवाई गई हैं।

Dr. Neelam Shrivastava
I.P.C College Bhopal

“ छात्र-छात्राओं का कार्य अत्यंत सराहनीय, शिक्षक अत्यंत energetic & Creative महाविद्यालय का वातावरण बहुत ही Positive.

Dr. Neelesh Dubey
VNS College of Physical Education
& Mgt Studies Neelbad Bhopal

महाविद्यालयीन गतिविधियों की रिपोर्ट

INDUCTION ORIENTATION PROGRAMME (2020-22)

कमला नेहरू महाविद्यालय में दिनांक 1 / 10 / 2020 को पिछले वर्षों की भांति बी.एड. प्रथम सेमेस्टर 2020-22 के विद्यार्थियों के लिए एक दिवसीय Induction orientation programme का आयोजन google Meet के जरिये ऑनलाइन किया गया जिसमें सभी महाविद्यालयीन शिक्षकों द्वारा नये प्रवेशित विद्यार्थियों को महाविद्यालय में प्रवेश लेने पर बहुत-बहुत बधाइयाँ दी गईं एवं साथ ही आदर्श शिक्षक के गुणों और शैक्षिक नवाचार एवं गुणवत्ता पर भी चर्चा की गई। कार्यक्रम के प्रारंभ में कॉलेज प्राचार्या डॉ. श्रीमती रेनू गुप्ता द्वारा सभी विद्यार्थियों को सम्बोधित किया गया इसके बाद सभी विद्यार्थियों से एक-एक कर अपना परिचय देने को कहा गया। परिचय के पश्चात् विद्यार्थियों से बी.एड. द्विवर्षीय पाठ्यक्रम पर चर्चा की गई एवं सभी सहा. प्राध्यापकों द्वारा अपना परिचय देते हुए अपने-अपने विषय के पाठ्यक्रम को भी विस्तारपूर्वक समझाया गया एवं प्रत्येक सेमेस्टर में होने वाले क्रियात्मक कार्यों की जानकारी भी प्रदान की गई। इसके पश्चात् विद्यार्थियों को महाविद्यालय की अन्य सुविधाओं जैसे पुस्तकालय, कम्प्यूटर लैब, महाविद्यालयीन समीतियों आदि के विषय में विस्तारपूर्वक बताया गया साथ ही वार्षिक कैलेंडर, समय सारिणी, कॉलेज मैगजीन आदि की जानकारी भी प्रदान की गई। विद्यार्थियों को यह आश्वासन भी दिया गया कि कोरोना की स्थिति के नियंत्रण में आने पर जल्दी ही आपकी ऑफलाइन कक्षाओं की व्यवस्थाएँ की जाएंगी अतः सभी विद्यार्थियों द्वारा ऑनलाइन कक्षाओं में अपनी उपस्थिति दर्ज कराई जाये एवं सभी विद्यार्थी अपनी पढ़ाई को जारी रखें। कार्यक्रम के अंत में अगले दिन से लगने वाली नियमित कक्षाओं की जानकारी देते हुए कार्यक्रम का समापन किया गया।

गणतंत्र दिवस समारोह

दिनांक 26 / 01 / 2021 को कमला नेहरू महाविद्यालय में गणतंत्र दिवस पर्व मनाया गया। ऑनलाइन बी.एड. कक्षाओं के चलते केवल प्राचार्य एवं सहा. प्राध्यापकों द्वारा ही यह कार्यक्रम सम्पन्न किया गया। इस अवसर पर सर्वप्रथम प्राचार्या डॉ. श्रीमती रेनू गुप्ता द्वारा झंडावंदन किया गया एवं सभी शिक्षकों द्वारा राष्ट्रगान गाया गया इसके पश्चात् प्राचार्या द्वारा सभी शिक्षकगणों को गणतंत्र दिवस की शुभकामनाएँ दी गईं एवं अपने संदेश में सभी को देश की अखण्डता एवं एकता को बनाये रखने एवं शिक्षक के कर्तव्यों को भली-भांति निभाने की बात भी कही गई। कार्यक्रम के अंत में सभी शिक्षकों ने मिलकर देशभक्ति के गीतों को गाया इसके पश्चात् शिक्षकों को स्वल्पाहार एवं मिठाई वितरित कर कार्यक्रम का समापन किया गया।

WORKSHOP ON DHOKRA ART

कमला नेहरू महाविद्यालय में बी.एड. 2020–21 द्वितीय सेमेस्टर के विद्यार्थियों के लिए EPC-II Drama & Art in Education विषय पर एक दिवसीय ऑनलाइन कार्यशाला का आयोजन दिनांक 28/05/2021 को किया गया जिसकी थीम “ढोकरा आर्ट” रखी गयी।

ढोकरा या डोकरा पश्चिम बंगाल के द्वारियापुर का लोकप्रिय शिल्प है। ढोकरा खोई—मोम कास्टिंग तकनीक का उपयोग करके अलौह धातु की ढलाई है इस प्रकार की धातु की ढलाई का उपयोग भारत में 4,000 से अधिक वर्षों से किया जाता रहा है और अभी भी इसका उपयोग किया जाता है। सबसे पहले ज्ञात खोई हुई मोम की कलाकृतियों में से एक मोहनजोदड़ो की नृत्यांगना है। ढोकरा कारीगरों के उत्पाद आदिम सादगी, मोहक लोक रूपांकनों और सशक्त रूप के कारण घरेलू और विदेशी बाजारों में बहुत मांग में हैं। ढोकरा घोड़े, हाथी, मोर उल्लू, धार्मिक चित्र, मापने के कटोरे आदि की अत्यधिक सराहना की जाती है। ढोकरा एक ऐसा शिल्प है जिसे पीढ़ी दर पीढ़ी हस्तांतरित किया जाता रहा है अर्थात् इस कला को वंशानुगत कला के रूप में अभ्यास किया जाता रहा है और उसी पारंपरिक सौंदर्यशास्त्र, तकनीक और प्रक्रिया को आज भी बरकरार रखा गया है हालांकि यह कला वर्तमान में समय के साथ आधुनिक कला—रूपों और डिजाइनों के साथ खुद को संरेखित करने के लिए कुछ संसाधनों और अनुकूलन के दौर से गुजर रही है जिसके कारण इसकी विश्वसनीयता और महत्व बरकरार है और इसे समकालीन रूप से सजावट को बढ़ाने के लिए एक सक्षम कलाकृति के रूप में माना जाता है।

ढोकरा आर्ट की इस वर्कशाप में एक्सपर्ट के रूप में श्रीमती नेहा अवस्थी (फेवीक्रिल) को आमंत्रित किया गया जिन्होंने सभी विद्यार्थियों को ढोकरा आर्ट की सभी बारीकियों को समझाते हुए विभिन्न प्रकार की सुंदर कलाकृतियों को बनाने का तरीका बताया। सभी विद्यार्थियों द्वारा बहुत ही सुंदर एवं आकर्षक कलाकृतियों को तैयार किया गया। इसके पश्चात् EPC II Drama & Art in Education की सहायक प्राध्यापिका श्रीमती शालिनी गुप्ता द्वारा ढोकरा आर्ट विषय पर फाईल तैयार करने का तरीका भी विद्यार्थियों को बताया गया फाईल बनाने का तरीका बताने के साथ—साथ सभी विद्यार्थियों को नोट्स भी प्रदान किए गए।

इस प्रकार इस एक दिवसीय Online workshop में सभी ने अपनी क्रियात्मकता एवं सृजनात्मकता का परिचय देते हुए एक से बढ़कर एक कलाकृतियों का निर्माण किया कार्यशाला के अंत में प्राचार्य डॉ. श्रीमती रेनु गुप्ता द्वारा श्रीमती नेहा अवस्थी को धन्यवाद ज्ञापित किया गया और सभी विद्यार्थियों के द्वारा बनाई गई कलाकृतियों की प्रशंसा भी की गई एवं विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन भी किया गया।

इस प्रकार यह एक दिवसीय ऑनलाइन कार्यशाला सफलतापूर्वक सम्पन्न हुई।■

स्वतंत्रता दिवस की गतिविधि

प्रत्येक वर्ष की भांति इस वर्ष भी कमला नेहरू महाविद्यालय में 15/08/2021 को स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन किया गया चूंकि कोविड 19 के कारण कक्षाओं के ऑनलाइन लगने से यह राष्ट्रीय त्योहार पूरी सावधानी एवं सादगी से सम्पन्न किया गया जिसमें सर्वप्रथम महाविद्यालय प्राचार्य डॉ. (श्रीमती) रेनू गुप्ता द्वारा झंडावंदन किया गया एवं सभी शिक्षकों के साथ राष्ट्रगान गाया। राष्ट्रगान के पश्चात् सभी ने वंदे मातरम और “भारत माता की जय” के नारे लगाए।

कार्यक्रम में सोशल डिस्टेंसिंग एवं मास्क का विशेष ध्यान रखा गया। राष्ट्रगान के पश्चात् प्राचार्य द्वारा सभी शिक्षकों को संबोधित किया गया जिसमें सर्वप्रथम उन्होंने सभी शिक्षकों को स्वतंत्रता दिवस की बधाई दी और देश की एकता और अखण्डता में शिक्षा एवं शिक्षक की क्या भूमिका होनी चाहिए इस विषय पर अपने विचार व्यक्त किए। प्राचार्य के सम्बोधन के बाद सभी शिक्षकों द्वारा मिलकर देशभक्ति गीत गाए गए। कार्यक्रम के अंत में सभी को स्वल्पाहार एवं मिठाई वितरण के पश्चात् कार्यक्रम का समापन हुआ।■

“पाठ्य सहगामी गतिविधियों का महत्व” विषय पर व्याख्यान

दिनांक 16/10/2021 को महाविद्यालय के बी.एड. प्रथम सेमेस्टर 2021-23 के विद्यार्थियों हेतु “पाठ्य सहगामी गतिविधियों की ऑनलाइन शिक्षा में भूमिका और महत्व” विषय पर व्याख्यान का आयोजन किया गया जिससे विद्यार्थियों में पाठ्य सहगामी गतिविधियों के विषय में जागरूकता उत्पन्न हो सके और इस संदर्भ में जो भी भ्रांतियाँ हैं उन्हें भी दूर किया जा सके। महाविद्यालय की सहा. प्राध्यापिका डॉ. (श्रीमती) रेखा पिसाल द्वारा ही इस गतिविधि का आयोजन किया गया था। इस ऑनलाइन व्याख्यान में सभी विद्यार्थियों ने भाग लिया और बहुत ध्यान से इस व्याख्यान को सुना। डॉ. रेखा पिसाल द्वारा बताया गया कि पाठ्य सहगामी क्रियाओं से बालकों में नैतिकता के गुणों का विकास होता है। सही गलत के निर्णय लेने की शक्ति उत्पन्न होती है तथा दैनिक दिनचर्या संबंधी कार्यों के बारे में जानकारी प्राप्त होती है। इन सभी सहगामी क्रियाओं से छात्रों में निहित प्रतिभाओं की खोज एवं विकास होता है, अतिरिक्त शक्तियों का समुचित उपयोग हो पाता है, विशेष रुचियों का विकास किया जा सकता है, सामाजिक एवं नैतिक दृष्टि से भी पाठ्यसहगामी गतिविधियाँ अत्यधिक महत्वपूर्ण हैं इसलिए पाठ्य सहगामी



क्रियाओं को अध्यापकों के कार्य का एक अंग माना जाए एवं इन क्रियाओं के संगठन में यथा सम्भव छात्रों का अधिक से अधिक सहयोग प्राप्त किया जाए प्रत्येक क्रिया के संगठन और संचालन में छात्रों से सलाह लेना भी उचित है उन पर कुछ उत्तरदायित्व भी डाले जाएँ।

पाठ्य सहगामी प्रक्रियाएँ केवल आनंद प्रदान करने वाली ना हों वरन् इनका संगठन इस बात को ध्यान में रखकर किया जाए कि ये शिक्षा और विद्यालय के उद्देश्यों की अधिक से अधिक पूर्ति कर सकें।

व्याख्यान के पश्चात् विद्यार्थियों से भी उनके मन में उठ रहे प्रश्नों को भी पूछा गया जिसका उचित समाधान उन्हें दिया गया। इस व्याख्यान से छात्रों को काफी लाभ हुआ और वे पाठ्य सहगामी गतिविधियों की शिक्षा में भूमिका एवं महत्व को समझ पाए। विद्यार्थियों को यह आश्वासन भी दिया गया कि समय-समय पर उनके लिए इस प्रकार के ज्ञानवर्धक व्याख्यानों का आयोजन किया जाता रहेगा इस प्रकार यह व्याख्यान सफलतापूर्वक सम्पन्न हुआ।■



दीपावली गतिविधि

दिनांक 27/10/2021 को कमला नेहरू महाविद्यालय में बी.एड. प्रथम सेमेस्टर 2021-23 के विद्यार्थियों के लिए दीपावली के उपलक्ष्य में तोरण एवं रंगोली बनाने संबंधी गतिविधियों का आयोजन किया गया। इन गतिविधियों का आयोजन ऑनलाइन ही करवाया गया जिसमें विद्यार्थियों को घर पर ही इन गतिविधियों को करने के निर्देश डॉ. (श्रीमती) रेखा पिसाल द्वारा दिए गए एवं एक सप्ताह के अंदर रंगोली के फोटो एवं तैयार किए गए तोरणों को महाविद्यालय में जमा करने के निर्देश दिए गए।

विद्यार्थियों द्वारा अपनी कला एवं सृजनात्मकता का परिचय देते हुए बहुत ही सुंदर एवं आकर्षक रंगोली एवं तोरणों का निर्माण किया गया विभिन्न प्रकार की लेस, कागज, मोती, धागों आदि से सुंदर-सुंदर तोरणों का निर्माण विद्यार्थियों ने किया और अत्यंत मनमोहक एवं रंगों से सजी रंगोलियों का निर्माण भी किया गया। इस प्रकार इस गतिविधि में सभी विद्यार्थियों द्वारा अपनी भागीदारी दर्ज कराते हुए आकर्षक तोरण और रंगोलियों को बनाया गया।■





खेल गतिविधि

दिनांक 30-10-2021 का विवरण

कमला नेहरू महाविद्यालय में दिनांक 30/10/2021 को ऑनलाइन खेल गतिविधि का आयोजन करवाया गया जिसमें सभी विद्यार्थियों को अपनी पसन्द के समूह व एकल खेल गतिविधियों में से किसी एक समूह व एक एकल गतिविधि से संबंधित जानकारी एकत्रित करके Online Class में समूह चर्चा व लिखित रूप में महाविद्यालय में जमा करनी थी खेलों की जानकारी कुछ मुख्य बिन्दुओं पर दी जानी थी ये बिन्दु थे।

समूह खेल / एकल खेल

1 खेल का नाम

2 सदस्यों की संख्या

3 उत्पत्ति का स्थान / साल

4 खेल के नियम

5 संबंधित सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी (देश / विश्व) स्तर पर

6 संबंधित प्रसिद्ध ग्राउण्ड का नाम

विद्यार्थियों को इन सभी बिन्दुओं पर जानकारी एकत्रित कर हार्डकॉपी महाविद्यालय में जमा करनी थी इसके अलावा गतिविधि के अगले चरण में ऑनलाइन ही योग सेशन भी रखा गया जिसमें सभी विद्यार्थियों द्वारा योग मुद्राओं और आसनों का अभ्यास किया गया। यह योगा सेशन श्री राहुल तिवारी (सहा. प्राध्यापक) द्वारा लिया गया जो काफी प्रभावशाली रहा विद्यार्थियों ने पूरे मनोयोग से सभी आसनों एवं मुद्राओं को समझा और योग क्रियाओं को किया भी। इस प्रकार यह खेल गतिविधि सफलतापूर्वक सम्पन्न हुई। ■



ARTICLE WRITING ACTIVITY

प्रत्येक वर्ष 1 दिसंबर को विश्व एड्स दिवस के रूप में मनाया जाता है अतः एड्स दिवस के उपलक्ष्य में कमला नेहरू महाविद्यालय द्वारा एक लेखन गतिविधि का आयोजन किया गया जिसके लिए बी.एड. प्रथम सेमेस्टर 2021-23 एवं बी.एड. तृतीय सेमेस्टर 2020-2022 के विद्यार्थियों को दिनांक 20/11/2021 को एड्स विषय पर लेख लिखने का कार्य दिया गया जिसे लिखकर विद्यार्थियों को दिनांक 1/12/2021 तक महाविद्यालय में जमा करना था। विश्व एड्स दिवस की शुरुआत 1988 में हुई थी जिसका मकसद एच.आई.वी. एड्स से ग्रसित लोगों की मदद करने के लिए धन जुटाना, लोगों में एड्स को रोकने के लिए





जागरूकता फैलाना और एड्स से जुड़े मिथ को दूर करते हुए लोगों को शिक्षित करना था। यह एक ऐसी जानलेवा बीमारी है जो मानवीय प्रतिरक्षी अपूर्णता विषाणु एच आई वी संक्रमण के बाद होती है। इस संक्रमण के पश्चात मानवीय शरीर की प्रतिरोधक क्षमता घटने लगती है। इसका उपचार अभी पूर्ण रूप से संभव नहीं है। एच आई वी संक्रमित व्यक्ति में एड्स की पहचान संभावित लक्षणों के दिखने के पश्चात ही हो पाती है। इस लेखन गतिविधि का मुख्य उद्देश्य बी.एड. विद्यार्थियों में इस बीमारी को रोकने के लिए जागरूकता लाना था। बी.एड. के विद्यार्थी आगे भविष्य में शिक्षक बनेंगे अतः इस प्रकार की जानकारी और जागरूकता से वे दूसरों को भी शिक्षित कर पाएंगे। सभी विद्यार्थियों द्वारा इस विषय पर बहुत ही सारगर्भित एवं रचनात्मक लेखन किया गया जिसमें इस बीमारी से जुड़े सभी पहलुओं, बचाव और जन-जागरूकता की बातें बताई गईं। इस प्रकार यह गतिविधि सफलतापूर्वक सम्पन्न हुई।



महत्वपूर्ण दिवसों की जानकारी संबंधी गतिविधि

दिनांक 15/01/2022 को कमला नेहरू महाविद्यालय में बी.एड. 2020-22 के विद्यार्थियों हेतु एवं गतिविधि का आयोजन किया गया जिसमें विद्यार्थियों से पूरे वर्ष भर में आने वाले महत्वपूर्ण त्योहारों, राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय दिवसों, जयंतियों एवं जन-जागरूकता हेतु मनाये जाने वाली गतिविधियों के संबंध में जानकारी एकत्रित करने को कहा गया।

इस गतिविधि को करवाने का मुख्य उद्देश्य था विद्यार्थियों को राष्ट्रीय/अंतर्राष्ट्रीय दिवसों की जानकारी प्रदान करना क्योंकि आजकल जन-जागरूकता लाने एवं कई महापुरुषों को सम्मान देने, कई दिवस वर्ष भर में मनाये जाते हैं जैसे-मजदूर दिवस, मातृ दिवस, अंतर्राष्ट्रीय एड्स दिवस, सीमा सुरक्षा बल स्थापना दिवस, मध्यप्रदेश स्थापना दिवस, भोपाल त्रासदी दिवस, पर्यावरण दिवस, विश्व संरक्षण दिवस, अंतर्राष्ट्रीय विकलांग दिवस, भारतीय नौसेना दिवस, विश्व मृदा दिवस, नागरिक सुरक्षा दिवस, विश्व मानवाधिकार दिवस आदि।

यह सभी दिवस मनाये जाने का मुख्य कारण है देश के सभी नागरिकों में देश एवं विश्व के प्रति जागरूकता उत्पन्न करना।

इस गतिविधि को डॉ. रेखा पिसाल (सहा. प्राध्यापक) द्वारा करवाया गया जिसमें विद्यार्थियों को बहुत कुछ नया सीखने का मौका मिला एवं सामान्य ज्ञान का स्तर भी इस गतिविधि से बढ़ा। गतिविधि के अंत में सभी को निर्देश दिए गए कि वर्ष भर के सभी महत्वपूर्ण दिनों की सूची बनाकर फाईल महाविद्यालय में जमा करें। इस प्रकार यह गतिविधि सफलतापूर्वक सम्पन्न हुई।





वाद विवाद प्रतियोगिता

दिनांक 24/01/2022 को कमला नेहरू महाविद्यालय में बी.एड. प्रथम सेमेस्टर 2021-23 के लिए वाद-विवाद प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। वाद-विवाद का विषय था "हमारा संविधान आज के समय में कितना प्रासंगिक है" जिसमें सभी विद्यार्थियों ने बढ़-चढ़ कर हिस्सा लिया और भारतीय संविधान के विषय में पक्ष और विपक्ष में अपनी राय एवं मत प्रस्तुत किए। इस गतिविधि का आयोजन ऑनलाइन ही किया गया था। विद्यार्थियों द्वारा भारतीय संविधान की प्रासंगिकता और वर्तमान समय में भारतीय दशा और होने वाले परिवर्तनों के विषय में सभी के समक्ष खुलकर अपनी बात रखी साथ ही यदि कोई संविधान में किसी प्रकार के परिवर्तन की आवश्यकता है तो उस पक्ष को भी उजागर किया वहीं कुछ विद्यार्थियों ने विपक्ष में सभी संवैधानिक नियमों को सही बताया और किसी भी प्रकार के परिवर्तन की बात को नकार दिया इस प्रकार दोनों ही पक्षों द्वारा अपनी-अपनी बात को काफी तर्कपूर्ण ढंग से प्रस्तुत किया गया। सभी विद्यार्थियों में से अंशुल सेंगर ने प्रथम, हेमलता सिंह ने द्वितीय एवं रितु शर्मा ने तृतीय स्थान प्राप्त किया इस प्रकार यह वाद-विवाद प्रतियोगिता सफलतापूर्वक सम्पन्न हुई। ■



महिला दिवस पर परिचर्चा

दिनांक 8/03/2022 को कमला नेहरू महाविद्यालय में बी.एड. 2021-23 सेकण्ड सेमेस्टर के विद्यार्थियों के लिए महिला दिवस के उपलक्ष्य में एक परिचर्चा का आयोजन किया गया जिसका शीर्षक था महिला सशक्तिकरण- वर्तमान परिदृश्य जिसमें सभी विद्यार्थियों और सहा. प्राध्यापकों द्वारा अपनी भागीदारी दर्ज करायी गई परिचर्चा के लिए प्रत्येक वक्ता को 3-4 मिनट का समय दिया गया था। वर्तमान में महिला की क्या स्थिति है? समाज में कौन-कौन सी कमियाँ हैं जिन्हें सुधारने की आवश्यकता है? महिला सशक्तिकरण की वास्तविक परिभाषा क्या है? क्या महिलाएँ पुरुषों के समकक्ष पहुँच गई हैं? क्या कुछ कानूनों में परिवर्तनों की आवश्यकता है? शिक्षा के स्तर को बढ़ाकर क्या महिला सशक्तिकरण को बढ़ाया जा सकेगा? आदि ऐसे कई मुद्दे इस परिचर्चा के प्रमुख विषय रहे। सभी सहा. प्राध्यापकों डॉ. श्रीमती अनुपमा पुरोहित, डॉ. श्रीमती रेखा पिसाल, डॉ. श्रीमती अनीता विश्वकर्मा, श्रीमती शालिनी गुप्ता, श्री राहुल तिवारी एवं सभी विद्यार्थियों द्वारा महिला सशक्तिकरण विषय पर परिचर्चा में हिस्सा लिया गया और सभी के द्वारा महिलाओं की स्थिति पर तर्कपूर्ण तथ्यों को प्रस्तुत भी किया गया। सभी सहा. प्राध्यापकों के वक्तव्य बहुत ही सटीक एवं तर्कपूर्ण रहे एवं विद्यार्थियों में अंशुल सेंगर, भारती विश्वकर्मा, रितु शर्मा के वक्तव्य विशेष सराहनीय रहे। इस प्रकार इस परिचर्चा का सफलतापूर्वक समापन हुआ।



होली गतिविधि

दिनांक 16/03/2022 को बी.एड. द्वितीय सेमेस्टर 2020-22 एवं चर्तुथ सेमेस्टर 2021-23 के विद्यार्थियों हेतु होली त्योहार से सम्बन्धित गतिविधि का आयोजन महाविद्यालय में किया गया। होली एक ऐसा रंग- बिरंगा त्योहार है जिसे हर धर्म के लोग पूरे उत्साह और मस्ती के साथ मनाते हैं। प्यार भरे रंगों से सजा यह त्योहार हर धर्म संप्रदाय, जाति के बंधन खोलकर भाईचारे का संदेश देता है। इस गतिविधि को विद्यार्थियों से करवाने का मुख्य उद्देश्य भी यही था कि सभी में प्रेम और सद्भावना जाग्रत हो। विद्यार्थियों को इस गतिविधि हेतु दो दिवस पूर्व ही सूचना दे दी गई थी इस गतिविधि में सभी विद्यार्थियों द्वारा होली उत्सव की थीम पर कई स्लोगन बनाये गए साथ ही रंग बिरंगी चित्रकारी भी की गई जिसमें कोई ना कोई संदेश छिपा हुआ था इसके पश्चात् सभी के द्वारा एक दूसरे को गुलाल लगाकर होली की शुभकामनाएँ भी दी गई। विद्यार्थियों द्वारा बनाये गए स्लोगन एवं चित्रकारी की सभी शिक्षकों द्वारा प्रशंसा की गई जिससे कि विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन हो सके। इस प्रकार यह रंगों से सजी हुई गतिविधि सफलतापूर्वक सम्पन्न हुई।■



यूथ फॉर सेवा संस्था द्वारा आयोजित कार्यक्रम का विवरण

भोपाल शहर की संस्था यूथ फॉर सेवा के तत्वाधान में कमला नेहरू महाविद्यालय, कमलानगर, कोटरा द्वारा दिनांक 05/05/2022 को एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। यूथ फॉर सेवा संस्था 2007 से समाज सेवा, के कार्यों में संलग्न है इस संस्था द्वारा समाज के लिए उपयोगी कई योजनाओं पर कार्य किया जा रहा है जैसे – शिक्षा, स्वास्थ्य, पर्यावरण आदि। कमला नेहरू महाविद्यालय 2021 से इस स्वयंसेवी संस्था से जुड़ा हुआ है और महाविद्यालय के शिक्षार्थियों द्वारा समय-समय पर इस संस्था के लिए शिक्षा



संबंधी मदद प्रदान की जाती है। कार्यक्रम में प्रमुख अतिथियों के रूप में श्री अतुल विश्वकर्मा यूथ फॉर सेवा मध्य प्रदेश कार्डिनेटर, योगी अखिलेश योगीराज, योगकेन्द्र के फाउण्डर, श्री श्रेयांशजी योगीराज योग केन्द्र के योग चिकित्सक, श्री मानवेन्द्र, योग निर्देशक, एवं श्री अखिलेश पालजी, योग निर्देशक उपस्थित हुए। कार्यक्रम का संचालन डॉ. श्रीमती रेखा पिसाल द्वारा किया गया जिसमें सर्वप्रथम सभी प्रमुख अतिथियों का स्वागत पुष्पगुच्छ देकर किया गया इसके पश्चात् श्री अतुल विश्वकर्माजी को आमंत्रित किया गया जिन्होंने विस्तारपूर्वक अपनी संस्था द्वारा समाज हित में किए जाने वाले कार्यों का ब्यौरा विद्यार्थियों के समक्ष प्रस्तुत किया इसके पश्चात् योगी अखिलेशजी ने भी योग एवं स्वास्थ्य पर अपने विचारों को विद्यार्थियों से साझा किया इसके पश्चात् योग निर्देशक श्री मानवेन्द्रजी एवं श्री अखिलेश पाल जी द्वारा भी अपने-अपने विचारों को विद्यार्थियों के समक्ष रखा गया।

कार्यक्रम के दूसरे चरण में कमला नेहरू महाविद्यालय के उन सभी विद्यार्थियों को यूथ फॉर सेवा संस्था की ओर से प्रमाण पत्रों का वितरण किया गया जिन्होंने इस संस्था के साथ जुड़कर अपना योगदान ऐसे बच्चों को पढ़ाने में दिया जो आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के हैं। ऐसे बच्चों हेतु चलायी जाने वाली छात्रवृत्ति योजना NMMS के तहत ही महाविद्यालय के विद्यार्थियों द्वारा इन्हें पढ़ाया गया। कॉलेज विद्यार्थियों द्वारा प्रमाण पत्र लेने के पश्चात अपने-अपने अनुभवों को भी सबके समक्ष प्रस्तुत किया गया कि उन्हें इस कार्य को करके कैसा महसूस हुआ।

कार्यक्रम के अंत में डॉ. अनुपमा पुरोहित (सहा. प्राध्यापक) द्वारा सभी प्रमुख अतिथियों को धन्यवाद ज्ञापित किया गया एवं सभी से स्वल्पाहार हेतु आग्रह किया गया इस प्रकार यह कार्यक्रम सफलतापूर्वक सम्पन्न हुआ।■



दिनांक 07/05/2022 की खेल संबंधी गतिविधियों का विवरण

दिनांक 07/05/2022 को कमला नेहरू महाविद्यालय में बी.एड. द्वितीय सेमेस्टर 2021-23 एवं बी.एड. चतुर्थ सेमेस्टर 2020-22 हेतु कुछ मजेदार खेल गतिविधियों का आयोजन किया गया जिसमें सभी विद्यार्थियों ने खूब बड़-चढ़कर हिस्सा लिया ये गतिविधियाँ इस प्रकार थीं—





- ❖ चेर रेस
- ❖ राजमा एवं स्ट्रॉ गेम
- ❖ रस्सी कूद प्रतियोगिता
- ❖ स्पून लेमन रेस

दोनों सेमेस्टर के विद्यार्थियों को इन सभी गतिविधियों में बहुत आनंद आया। इन गतिविधियों को करवाने के मुख्य उद्देश्य थे—

- 1 कोरोना काल के दौरान शारीरिक गतिविधियों में जो कमी आई थी उसे पूरा करने के लिए।
- 2 मनोरंजन हेतु।
- 3 गर्मी के दिनों में आऊटडोर खेल संभव नहीं हो पाते अतः इनडोर खेलों के माध्यम से सभी में उत्साह एवं स्फूर्ति लाने हेतु।

सर्वप्रथम चेररेस का आयोजन किया गया जिसमें दोनों ही सेमेस्टर के 30 विद्यार्थियों ने भाग लिया जिसमें प्रथम स्थान पूजा सक्सेना एवं द्वितीय स्थान ममता बागड़े द्वारा प्राप्त किया गया।

दूसरी गतिविधि थी राजमा एन्ड स्ट्रॉ गेम जिसमें स्ट्रॉ की मदद से राजमा के बीज उठाकर प्लेट में डालने थे इस गतिविधि में प्रथम स्थान कृष्ण कुमार चंदेल द्वितीय स्थान प्रवीण कुमार नापित द्वारा प्राप्त किया गया।

तीसरी गतिविधि थी रस्सी कूदना जिसमें एक मिनिट के अन्दर कितनी बार रस्सी कूदी जा सकती है को जीत का आधार बनाया गया जिसमें लड़कों में प्रथम स्थान अतुल ने एवं लड़कियों में प्रथम स्थान माधुरी यादव एवं द्वितीय स्थान प्रीती बेले द्वारा प्राप्त किया गया।

अंतिम गतिविधि थी स्पून लेमन रेस जिसमें मुंह में स्पून को लेकर उस पर लेमन रखकर चलना था इस गतिविधि में लड़कों में प्रथम स्थान आनंद रेगे एवं द्वितीय स्थान सत्येन्द्र दुबे ने प्राप्त किया और लड़कियों में प्रथम स्थान पर रहीं शुभी जैन एवं द्वितीय स्थान प्रीती बेले ने प्राप्त किया।

गतिविधियों की समाप्ति पर सभी विजेता विद्यार्थियों को पुरस्कार वितरित किए गए। इस प्रकार सभी विद्यार्थियों को इन छोटी-छोटी गतिविधियों में बहुत आनंद आया। ■



अनुभूति

FUN ACTIVITY



KNM STAFF



Standing Row (Left to Right)

Mr. M. Palhoiya, Mr. S. Nandanwar, Dr. (Mrs.) Anita Vishwakarma, Dr. (Mrs.) Rekha Pisal, Mrs. K. Raghuwanshi, Mrs. P. Vishwakarma, Dr. (Mrs.) Anupama Purohit, Mrs. A. Ajmera, Dr. (Miss.) Saba Akhlaq, Dr. (Mrs.) Renu Gupta (Principal), Mrs. Shalini Gupta, Mrs. Nidhi Karki Trihotri, Mrs. Pavitra Singh, Mrs. A. Saxena, Mr. Rahul Tiwari, Mr. Kamal Mahawar

Topper of the Institution

Swati Malviya



**Scored - 87.20% in
B.Ed. 2019-21 University Exam**