Title-Code:- HARBIL01906

आदर्श महिला महाविद्यालय, भिवानी की मासिक पत्रिका

अनुपमा यात्रा

हमें ऐसी वाणी बोलनी चाहिए,
जिससे खुद को भी अच्छी लगे
और दूसरों को भी अच्छी लगे।
– संत कबीर दास

वर्षः 01/ संस्करणः 08/ पृष्ठः 08/ मूल्यः 5 रूपये   भिवानी, सोमवार 10 जुलाई 2023   anupama.express@ammb.ac.in

आदर्श महिला महाविद्यालय बेहतर शिक्षा से सुरक्षित कर रहा है छात्राओं का उज्ज्वल भविष्य

आदर्श महिला महाविद्यालय छात्राओं का भविष्य उज्जवल बनाने के लिए अपनी स्थापना के समय से ही वचनबद्ध है। महिला सशक्तिकरण के क्षेत्र में महाविद्यालय न केवल शिक्षा अपितु खेल जगत, कला साहित्य, सांस्कृतिक एवं सामाजिक क्षेत्रों में भी छात्राओं का कौशल विकास कर रहा है। महाविद्यालय में छात्राओं को पाठ्यक्रम के साथ-साथ रोजगार उन्मुख शिक्षा भी उपलब्ध करवाई जा रही है। जिसका मुख्य उद्देश्य छात्राओं को रोजगार के बेहतर अवसर मुहैया करवाना है। प्रबंधकारिणी समिति के सहयोग से छात्राओं को व्यवस्थित एवं कार्यकुशल प्रशिक्षण देकर प्रमाण पत्र भी दिए जा रहे हैं। जिससे छात्राओं को स्व-रोजगार के अवसर उपलब्ध हो सके। महाविद्यालय समाज कल्याण के कार्यों में भी अग्रणी भूमिका निभा रहा है। महाविद्यालय द्वारा इस कड़ी मे दो एमओयू की प्रति पर सहमति हस्ताक्षर किए, जिसमें एक अपना घर दिव्यांग व्यक्तियों की समय पर सेवा करना व दूसरा 'स्टैंड विद् नेचर' संस्था के साथ मिलकर पर्यावरण संरक्षण कर पर्यावरण के प्रति आमजन को जागरूक करना रहा।

महाविद्यालय प्रौढ़ शिक्षा को लेकर भी काफी सजग है जिसके तहत महाविद्यालय ने उमरावत गांव को गोद लिया, जिसमें महाविद्यालय प्राध्यापिका वर्ग स्वयं गांव जाकर अशिक्षित लोगों को शिक्षित करने का कार्य कर रही है। महाविद्यालय की उन्नति में प्रबंधकारिणी समिति की भूमिका अनूठी एवं अद्वितीय रही हैं। प्रबंधकारिणी समिति प्रत्येक कार्य में प्राध्यापिकाओं का सहयोग कर उनका मनोबल बढ़ाती रही है। आज आदर्श महिला महाविद्यालय अपनी स्वर्ण जयंती मनाकर निरंतर उन्नति के सर्वोच्च शिखर की ओर बढ़ता जा रहा है।

महाविद्यालय को आईएसओ प्रमाण पत्र प्राप्त मिला- महाविद्यालय के इतिहास को लिपिबद्ध करना एक स्वर्णिम धागे में मोती पिरोने जैसा है, जिसका प्रत्येक मोती अद्वितीय है। यह महाविद्यालय 52 वर्षों के इतिहास में अपने नाम आदर्श को आज तक भी सार्थक किए हुए हैं इसका उदाहरण है-14 मार्च 1999 को इस महाविद्यालय को उच्चतर शिक्षा विभाग, हरियाणा सरकार ने महर्षि दयानंद विश्वविद्यालय का उत्कृष्ट महाविद्यालय पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया तथा वर्तमान में 29 अप्रैल 2022, को इस महाविद्यालय ने अंतरराष्ट्रीय मूल्यांकन संगठन से ङ्खस्ह्र प्रमाण पत्र प्राप्त कर दिखा दिया कि हम आज भी सर्वोच्च शिखर पर पहुंचने का प्रयास कर रहे हैं। नारी शिक्षा को समर्पित आदर्श महिला महाविद्यालय आज हजारों छात्राओं को शिक्षित कर अपनी पहचान राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर बना रहा हैं। आज से लगभग 52 वर्ष पूर्व भिवानी नगर में नारी शिक्षा के प्रति उदासीनता एवं नारी की उच्च शिक्षा के अभाव को जानकर भिवानी के कुछ प्रतिष्ठित समाज सेवकों ने निस्वार्थ भाव से विचार-विमर्श करने के पश्चात 'आदर्श शिक्षा समिति' की स्थापना कर नारी शिक्षा के अभियान में अपना अभूतपूर्व योगदान दिया।

1970 में महाविद्यालय की स्थापना की- वर्षों पहले महिलाओं की शिक्षा के महत्व को जानकर प्रसिद्ध समाज सुधारक, शिक्षाविद्ध स्वर्गीय बनारसी दास गुप्त, पूर्व मुख्यमंत्री हरियाणा एवं सांसद के नेतृत्व में जुलाई 1970 में इस महाविद्यालय की स्थापना की। इस अभियान में उनके कर्मठ साथी, भिवानी केसरी सेठ स्वर्गीय भगीरथमल बुवानीवाला तथा अन्य अनेक साथियों ने अथक परिश्रम एवं सहयोग दिया। आज भिवानी शहर ही नहीं अपितु इसके आस-पास के ग्रामीण क्षेत्र की छात्राओं को भी शिक्षा रूपी ज्ञान से यह महाविद्यालय प्रकाशित कर रहा हैं।

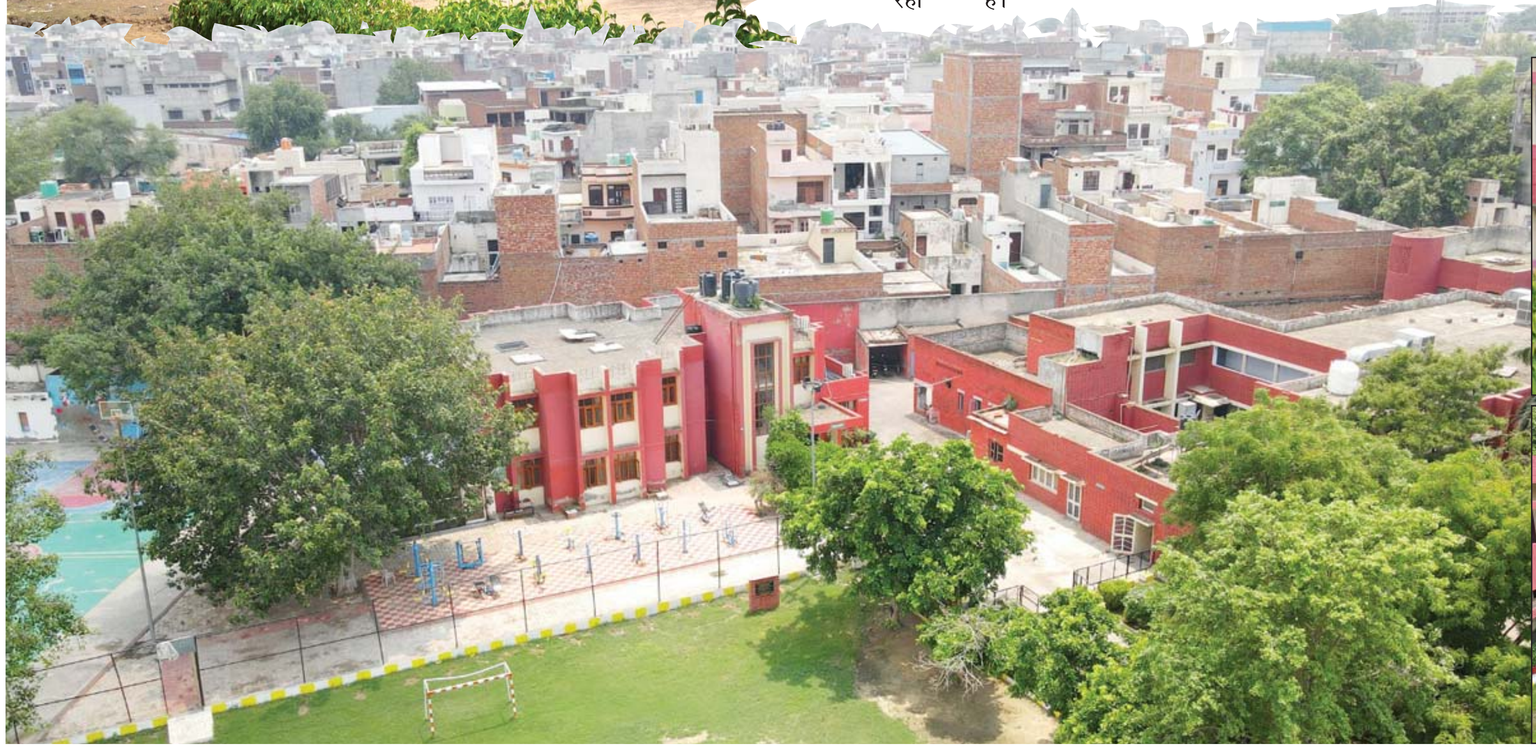
तीन हजार छात्राओं को शिक्षित कर रहा है महाविद्यालय- भूतों वाली धर्मशाला में 2 कमरों एवं 75 छात्राओं से शुरू हुआ यह महाविद्यालय आज अपने विशालकाय भवन के साथ तीन हजार छात्राओं को शिक्षित कर अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बनाए हुए है। महाविद्यालय की भूतपूर्व छात्राएं प्रशासनिक सेवा, सौन्दर्य प्रतियोगिताएं, मनोवैज्ञानिक क्षेत्र, सफल उद्यमी, लेखिका, आलोचक, प्राध्यापिका, डॉक्टर्स, फलाईंग ऑफिसर, बनकर महाविद्यालय का नाम रोशन कर रही हैं। महाविद्यालय में विभिन्न विषयों में स्नातक शिक्षा के साथ-साथ गणित, अंग्रेजी, अर्थशास्त्र, भौतिकी एवं रसायन विषयों में स्नातकोत्तर शिक्षा भी प्रदान की जा रही है।

महाविद्यालय में आवश्यकता अनुसार कम्प्यूटर कक्ष, आधुनिक विज्ञान प्रयोगशालाएं, विशाल एवं भव्य सभागार, ओपन जिम, बास्केटबॉल कोर्ट, विशाल खेल मैदान, डिजिटल बोर्ड सहित कक्षा-कक्ष छात्राओं को मूलभूत सुविधाओं के साथ उपलब्ध करवाया जा रहा है। महाविद्यालय में बाहर से आकर पढ़ने वाली छात्राओं के लिए पूर्ण सुरक्षा के साथ छात्रावास की भी व्यवस्था गत कई वर्षों से दी जा रही है।

छात्राओं के सर्वांगीण विकास पर जोर- महाविद्यालय द्वारा केवल शैक्षणिक क्षेत्र में अद्वितीय उपलब्धि हासिल नहीं कि गई अपितु सह पाठ्यक्रम गतिविधियों में भी महाविद्यालय ने अपनी पहचान अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर बनाई है। खेलकूद विभाग की छात्रा अरूणा ने हालही में पैरा ओलंपिक ताइक्वांडो ने प्रथम भारतीय महिला के रूप में चयनित होकर महाविद्यालय के नाम को ऊंचाइयों तक पहुंचाया। साथ ही योगा, एथलेटिक्स, बैडमिंटन, जिम्नास्टिक, बास्केटबॉल आदि राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में छात्राओं ने स्वर्ण पदक प्राप्त किए। छात्राओं को सामाजिक मुद्दों पर जागरूक करने के लिए समय पर विद्वत जनों द्वारा राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय संगोष्ठियों का आयोजन भी किया जाता रहा है। महाविद्यालय में शिक्षक एवं गैर शिक्षक वर्ग की कार्यप्रणाली को सुचारू रूप से चलाने के लिए ओरिएंटेशन कार्यक्रम, स्वास्थ्य सुधार हेतु मल्टी स्पेशिलिटी स्वास्थ्य चिकित्सा शिविर का आयोजन भी किया गया।

शैक्षिक विकास पर फोकस- यह महाविद्यालय सीखने को सार्थक और सुगम बनाता है। यहां एक्सपेरिमेंट्स द्वारा तथ्यों के आधार पर ज्ञान अर्जित करने के लिए उचित साधन उपलब्ध हैं। यहां शारीरिक और मानसिक विकास पर भी ध्यान

दिया जाता है। इसके अलावा यहां छात्राओं को विभिन्न करियर विकल्पों का ज्ञान भी दिया जाता है। साथ ही, छात्राओं ने साहित्यिक क्षेत्र, नृत्य एवं गायन क्षेत्र में होने वाली राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में सर्वथा प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त कर महाविद्यालय को गौरवान्वित किया। महाविद्यालय की स्वयं सेविकाओं द्वारा समाज कल्याण के कार्यों में भागीदारी अग्रणी रही है। साथ ही एनएसएस की छात्राओं ने भी राष्ट्रीय परेड में चयनित होकर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। आदर्श महिला महाविद्यालय रूपी पौधा आज वट वृक्ष बनकर बेटियों को शिक्षित करने की दिशा में प्रदेश में नंबर-1 बना हुआ है। छात्राओं को उज्जवल भविष्य को तैयार करने के लिए महाविद्यालय परिवार हर प्रकार से प्रयासरत रहता है। भविष्य में छात्राओं को पाठ्यक्रम के साथ-साथ अन्य अल्प कालिन कोर्सेज करवाएं जाऐंगें जिससे छात्राओं को रोजगार उन्मुख शिक्षा प्रदान की जा सके।



EDITORIAL: THE YEAR THAT WAS...

Human life is a curious mix of pleasant and unpleasant happenings, experiences, emotions and feelings. All these contradictions are an integral part and parcel of human existence. Smiles and tears co-exist as do celebrations and mournings.

All of us at Adarsh Mahila Mahavidyalaya, Bhiwani have been witness to this strange drama of Life with its multicolored episodes .

This year a terrible tragedy and an inconsolable grief have bruised the minds and hearts of the entire Adarsh college family. Our respected beloved president of the Governing Body Smt.Darshana Gupta Ji's demise is such an irreparable loss leaving behind a colossal vacuum and void .Her commitment and dedication to the cause of women- education along with her affection and guidance will always be fondly remembered .With her gross body gone,her spirit and blessings will always be with the institution.We pay our tributes to her and convey our solidarity and best wishes to the bereaved family left behind.

Darshna ji's soul must be delighted to see that with the blessings and support of our governing-body members and hard-work of our faculty members,the college has won many laudable achievements and has also organised spectacular successful mega-scale activities and programs round the year.

Sports ,academics, cultural activities – Our students have excelled in all these fields. The college is proud of her sports champs. Aruna Tanwar won two Golds in World Para-taekwondo Open Championships held at Brisbane (Australia) ,Pooja qualified for the World University Games 2023 to be held at China. Besides, the college was Overall Champ for Powerlifting, continues to be University Yoga Champ and winner in Athletics in Khelo India. In the cultural field, Shweta was a prize- winner at 18th International Youth Festival held at Jaipur , the college won Overall Trophy at Dayanand College, Hissar , numerous top prizes in CBLU youth festival and various inter-college competitions. Our N.C.C and NSS students attended their camps and made

Dr. Aparna Batra
Chief- Editor

significant social contributions. The students also participated in state and district level Youth Red Cross Camps.

For the first time ,the college has collaborated with other institutions to build bridges for academic growth. To achieve excellence in education, the college signed MOUs with Central University ,Mahendergarh and Rishihood University, Sonepat for exchange of faculty and students.

Besides a plethora of regular activities and competitions organised by various Subject Societies and Cells and Celebration of Important Days and Festivals,the college also organized many mega Academic Cultural and Sports events. An International Seminar with eminent scholars was organised in collaboration with Haryana Sahitya Academy by the Deptt. Of Hindi . In an inspiring two-day Mega state-level Cultural Fest "Pratibha Parv"hundreds of students from 17 colleges participated and showcased their talents. The two-day Athletic Meet including students' interaction with Olympic and World medalists like Boxer Vijender Singh, Boxer Sakshi Chaudhary and Boxer Jasmine was a highly motivating programme. The college also organised an online mega competition "Abhivyakti Ka Utsav" in both written and oral modes. The year also saw the official Release of a very significant Golden Jubilee Souvenir presenting the grand and glorious journey of the college from 1971 till today. Besides , Workshops on Media with distinguished dignitaries of the field, IQAC orientation-programmes for teachers , induction programs and educational tours for students – a spate of activities continued all through the year.

This year also marked the arrival of our new principal Dr. Alka Mittal ji .We render her a very warm welcome and look forward to taking our college to new heights under her leadership . We also fondly remember and send our best wishes to our dear colleagues Dr. Indu sharma and Mrs. Rachna Arora who after completion of their tenure and retirement are still so much a living presence in our thoughts and emotions.

Friends, The AMMB Caravan is well moving on towards her cherished goal of transforming lives of girls, women and thus playing an important role in transforming the social and national scenario. With the spirit of 'sangacchadhvam'and 'chareveti, charaiveti' module, we will be successful.

Iti shubham ,Amen!

कविता : फासला

सोचती हूँ, सोचकर मैं, सोचकर ही रह गई
बैठती हूँ, बैठकर मैं, बैठकर ही रह गई
जल रही थी जो आग में, बुझकर ही रह गई
बुझी हुई उस आग में, बस राख ही तो रह गई

आई हवा कहीं से तो वो, उस राख को वो ले गई
साथ लेकर उस राख को वो, उड़ती - उड़ती कहीं गुम हो गई
मन में कहीं फिर से एक अंगार जलाने का दिल किया
पर मुड़कर देखा तो उन्हें जलाने वाली लकड़ियाँ ही गल गई
ढूंढ़ने को उनको फिर से मैं, हर जगह भटकने लगी
थक गई, प्यास लगी, फिर प्यास में तड़पने लगी
आगे चली दिखा कुँआ, दिल मेरा गुम हैं खुशी में
पैर फिसला, गिर गई, मौत फिर जकड़ने लगी
आया मुसाफिर, देख कर मुझको वो चिल्लाने लगा
आए लोग, फिर उनके साथ मुझको वो बचाने लगा
सोचा था मौत के बाद ही इस कम्बख्त जिंदगी से छुटकार मिलेगा
पर उसकी बदौलत इस प्रक्रिया को न जाने मुझे कितनी बार
दोहराना पड़ेगा ।

कविता
सहायक प्रवक्ता हिंदी विभाग

Mahesh Dattani's 'Final Solution" : A Quest for communal Harmony

Drama has been one of the most powerful mediums for commenting on social and political issues in different parts of the world. One of the most prominent examples of this is Mahesh Dattani's ' Final Solution.' Communal hatred has been an inherent part of our society and Dattani has portrayed it by focusing on two religious communities i.e. Hindu and Muslim. The play talks about the struggle of characters who spend their night under the same roof and different opinions arise during their conversation. There is a character named Javed who shows hatred of Muslims towards Hindus and character of Aruna and Hardika show hatred of Hindus towards Muslims. Dattani, through these characters has given the actual picture of society where despite being living in a secular country, we are slaves of our superstition and religious intolerance. Everyone is trying to put others down and under the name of communal hatred numerous crimes take place. The play begins with riots which emerged due to the disruption of Rath Yatra while passing through a Muslim neighbourhood. We can commonly. See these kinds of disruptions today also from both the sides (Hindus and Muslims).

Through the character of Ramnik, who gives shelter to these two Muslim boys, Javed and Bobby, Dattani tries to focus on the people who are mature enough to understand the difference between right and wrong but still they sometimes remain quiet.

We have reached in 2023 but still the pain of partition which led to this communal hatred is still alive in own heart and it is very difficult to completely vanish it. Dattani tries to give us a solution that we all are some and he shows that we have divided Gods. At the end of the play when Bobby and Javed are about to leave, Bobby enters the Pooja corner in the house and picks up an idol of Lord Krishna and asserts that our God doesn't mind it. It is us who mind this and considers that we are superior to others. There is no supreme power but humanity and Dattani has shown his humanistic concerns in this play which gives us a lesson that we (Hindus and Muslims) should not fight anymore and there is nothing above humanity.

Preeti (M.A- 1st)

शिक्षित महिला शिक्षित समाज

शिक्षित महिलाएं ही शिक्षित समाज का निर्माण करती है। एक महिला शिक्षित होती है तो वह अपनी शिक्षा का उपयोग समाज और परिवार के हित के लिए करती है। आज आदर्श महिला महाविद्यालय में बतौर प्राचार्या पदासीन होकर अपने आपको गौरवान्वित महसूस कर रही हूं। इस पद के साथ मिले दायित्व एवं जिम्मेदारियों को बखूबी निभाने में प्रयासरत रहूंगी। यह जिम्मेदारी मुझे स्त्री शिक्षा के महत्व की ओर अग्रसर कर रही है। महाविद्यालय में शिक्षा ग्रहण करने वाली हजारों छात्राओं से मेरी यहीं उम्मीद है कि वह शिक्षित होकर न केवल अपने परिवार को उन्नति की ओर अग्रसर करेंगी अपितु एक शिक्षित समाज निर्माण में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगी। महाविद्यालय में पदासीन होकर मुझे महाविद्यालय के स्वर्णिम इतिहास के बारे में जानने का अवसर मिला और पता चला कि महाविद्यालय की आधारशिला ऐसे

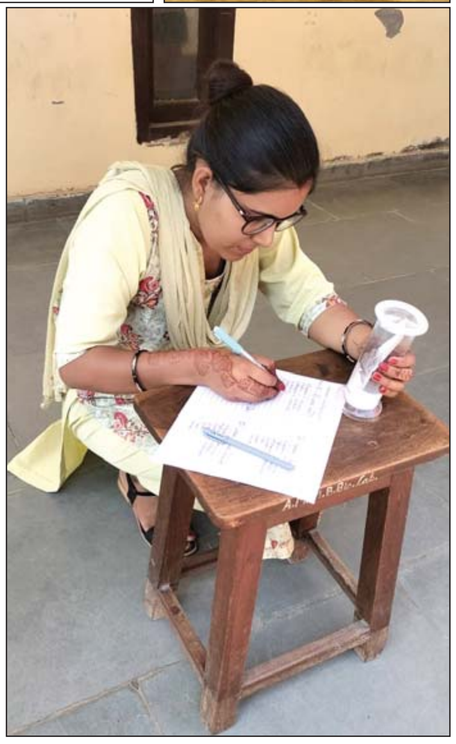
समाज सेवियों के हाथों द्वारा रखी गई जिन्होंने महिला शिक्षा का सपना सालों साल पहले देखा और उसे पूरा किया।

यह तथ्य सर्वविदित है कि ज्योतिराव फुले व उनकी पत्नी सावित्री बाई फुले महिला शिक्षा के अग्रदूत थे। उन्हीं के अथक प्रयासों से आज भारत में महिला शिक्षा उन्नति की ओर अग्रसर है। महिलाओं की भागीदारी से देश का आर्थिक विकास और सकल घरेलू उत्पादन बढ़ रहा है। महिलाओं की शिक्षा गरीबी पर नियंत्रण करने का एक प्रभावी उपाय है। भारत जैसे देश में घरेलू हिंसा व सामाजिक अत्याचार का शिकार होने वाली महिला यदि शिक्षित होगी तो वह इस तरह की घटनाओं पर अपनी क्षमता से नियंत्रण पा सकेंगी। महिला शिक्षा के मार्ग में लैंगिक भेदभाव पारिवारिक परंपराए, पर्दा प्रथा, बाल विवाह, निर्धनता, सामाजिक, आर्थिक पहलू आदि प्रमुख बाधाएं है। जिन्हें दूर करना अत्यंत आवश्यक है। सरकार का भी भरसक प्रयत्न रहता है कि महिला शिक्षित बने।

पिछले कुछ वर्षों में भारतीय महिलाओं की साक्षरता दर बढ़ी है। विश्व बैंक भारत की रिपोर्ट के अनुसार, भारत की आजादी के समय 11 में से केवल 1 महिला साक्षर थी जो लगभग 9 प्रतिशत था और वर्तमान में महिलाओं की साक्षरता दर बढ़कर आज 77 प्रतिशत हो गई है। आगे भी लड़कियों की शिक्षा में सुधार के लिए माता-पिता के लिए परामर्श सत्र और बेहतर शिक्षक अभिभावक अनिवार्य है।

Phir Yaad Aaye...

Sab yaaro ke yaraane dil ko phir yaad aaye,
Wo beetey puraane afsaane phir yaad aaye!
Woh pehla din,
Woh pehli si baatein.
Aaj woh dost, hain sab bichde
Toh woh lamhe yaad aaye!
Dekha tha jinhe kabhi ajnabi sa hamne,
Aaj wohi khaas itne ke kya kisi ko
batayein !
Woh yaaro ki mehfil,
Woh kitaabon ke dour,
Woh raato ke ratjagey.
Woh class room tak daur !
Dekha aaj us class room ki taraf,
Toh woh dost muskuraate badey
yaad aaye !
Saath Kabhi kuch din thei,
kuch din ki thi sohbat,
Bhichade sub fir aise,
Ki har mukaam per yaad aaye !
Koi is shaher, koi us shaher,
Koi is gali, koi us gali,
Nikalte hain jub is raah se,
Woh humsafar yaad aaye!
Kirti Chauhan



आदर्श महिला महाविद्यालय की छात्रा पूजा ने हेप्टाथलान में जीता स्वर्ण पदक

खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी एथलेटिक चैंपियनशिप 2022-23 , 25 मई से 3 जून 2023 तक लखनऊ मे आयोजित की गई। जिसमें महाविद्यालय की बी0ए0 तृतीय वर्ष की छात्रा पूजा ने महिलाओं के हेप्टाथलॉन में स्वर्ण पदक व (200 मीटर स्प्रिंट, 800 मीटर दौड़, 100 मीटर बाधा दौड़, ऊंची कूद, शॉट पुट, लंबी कूद, भाला फेंक) कुल सात प्रतियोगिताओं मे सर्वश्रेष्ठ अंकों के साथ 4991 अंक हासिल किए। इसमें कुल 176 विश्वविद्यालय और 1400 प्रतिभागी रहें। पूजा वर्ल्ड इंडिया यूनिवर्सिटी की तैयारी कर रही है। जो कि चाइना में होगी। प्राचार्या डॉ0 अलका मित्तल एवं खेलकूद विभाग की कोऑर्डिनेटर डॉ0 रेनू व संयोजिका नेहा व प्रबंधकारिणी समिति के सभी सदस्यों ने बधाई देते हुए उसके उज्जवल भविष्य की कामना की।

छात्राओं का रुझान कॉमर्स में : बीकॉम करने के बाद बहुत सारे करियर विकल्प मिलते हैं: नीरू चावला

12वीं के बाद छात्राओं का रुझान कॉमर्स की तरफ बढ़ता जा रहा है। बीकॉम करने के बाद छात्राओं के लिए विभिन्न क्षेत्रों में रोजगार के अनेक अवसर उपलब्ध है। दाखिले के समय कुछ छात्राएं ग्रेजुएशन करने के विषय पर चिंतन करती है, ओर निर्णय नहीं ले पाती, उनके मन में ये प्रश्न उठता है कि कोमर्स लेने के क्या फायदे है? उनके मन की गुत्थी को सुलझाने के लिए इस विषय पर आदर्श महिला महाविद्यालय की कॉमर्स विभाग की अध्यक्ष नीरू चावला से बात की उन्होंने बताया कि छात्राएँ ज्यादा दुविधा में न फंसे कॉमर्स लेने के अनेक फायदे हैं। कॉमर्स बहुत प्रचलित विषय है। बीकॉम करने के बाद आपको करियर से संबंधित बहुत सारे विकल्प मिलते हैं।

12वीं के बाद जो विद्यार्थी 3 साल का ग्रेजुएशन कोर्स करना चाहते हैं तो उनके लिए बीकॉम एक अच्छा ऑप्शन है। इसमें बहुत सारे विषय होते हैं। वाणिज्य स्नातकोत्तर के अलावा इस स्ट्रीम में एक विषय एडवरटाइजिंग एंड सेल्स मैनेजमेंट (बीकॉम ए.एस .एम) भी है जिसमें छात्राएं विज्ञापन एवं मार्केटिंग की पूर्ण जानकारी प्राप्त कर सकती है। कम्प्यूटर की जानकारी के लिए बीकॉम कंप्यूटर कोर्स कर सकते है। जिसमें आपको कंप्यूटर की पूरी जानकारी प्राप्त होगी।

वाणिज्य स्नातकोत्तर में आप अकाउंटिंग, कराधान, वित्तीय प्रबंधन, अर्थशास्त्र, संवाद कौशल, मार्केटिंग, रिटेल प्रबंधन, टैली, कम्प्यूटर संबंधित विषय एवं अन्य कॉमर्स से संबंधित विषयों की जानकारी प्राप्त करते है। इस डिग्री की मदद से विद्यार्थी न केवल कॉर्पोरेट क्षेत्र में अपना करियर बना सकते हैं , अपितु अंकेक्षण, बैंकिंग, सरकारी क्षेत्र में टैक्सेशन ऑफिसर के पद पर कार्यरत होकर अपना कैरियर बना सकते है। इसके साथ-साथ आप लॉ करके अंकेक्षण, वित्तीय, टैक्स और दूसरे कई क्षेत्र में भी अपना करियर देख सकते हैं। बीकॉम करने के बाद छात्राएँ एमबीए, लॉ, एमसीए, एमकॉम, सीएफए, सीए (चार्टर्ड अकाउंट), सीएस (कंपनी सेक्रेटरी) जैसे उच्च शिक्षा वाले कोर्स भी कर सकती हैं ,शिक्षा के क्षेत्र में शिक्षक बनकर अपने करियर की योजनाएं बना सकती है। इस डिग्री की मदद से विद्यार्थी को व्यापार जगत का पूरा ज्ञान प्राप्त हो जाता हैं जिससे वह अपना कोई भी व्यापार प्रारंभ कर सकते है। उन्होंने यह भी बताया कि बीकॉम का सबसे बड़ा फायदा यह भी है कि इस कॉर्स को साइंस एवं आर्टस के विद्यार्थी भी कर सकते है। इस कॉर्स के माध्यम से विद्यार्थी मे संवाद कला, बाजारीकरण एवं लीडरशिप जैसे कौशल का निर्माण होता है। इसके साथ उनका पर्सनैलिटी डवलैपमेंट भी होता हैं। उन्होंने विद्यार्थियों को सभी विषयों में कॉमर्स एक बेहतर विकल्प बताते हुए इसका चयन करने की सलाह दी।

वर्तमान युग में लगातार गिर रहे नैतिक

क्या कारण है कि आज की हमारी पीढ़ी निरन्तर अपने नैतिक मूल्यों को भूलती जा रही है ? आज की जो हमारी युवा पीढ़ी आ रही है उसमें जरूर कहीं न कहीं नैतिक मूल्यों की कमी नजर आती है। जैसे नैतिक मूल्य हमारे पूर्वजों के या हमारे माता-पिता के थे, वे नैतिक मूल्य आज की पीढ़ी में कहीं नजर नहीं आ रहे है। जो संस्कार हमारे पूर्वजों ने हमें दिए थे. वे संस्कार हम अपनी नई पीढ़ी को देने में कामयाब नहीं हो पा रहे है और इसके दोषी हम खुद है, हमारा परिवार है।

आज अपने घरों में दुनिया भर की कौमिक्स, कम्प्यूटर गेम्स, फिल्मी गानों की सी0डी0 बच्चों के कमरों में मिल जाएगी लेकिन सरदार भगत सिंह, महात्मा गांधी, स्वामी विवेकानंद आदि मनीषियों की प्रेरणा-स्त्रोत कहानियों की किताबें घर से नदारद मिलेंगी। हम यह कोशिश भी नहीं करते कि बच्चों को उनके बारे में बताये और समाज को उनके योगदान के प्रति सत्य उजागर करें। शायद हमारे पास समय ही नहीं है और न ही रुचि। पहले यह जिम्मेदारी हमारे बुजुर्ग निभाते थे परन्तु आज बदलते परिवेश में उनका अस्तित्व शून्य हो गया है। आज हम जिस युग में जी रहे हैं उसे कलियुग कहते है। इस युग में प्रत्येक दिशा एवं क्षेत्र में परिवर्तन अवश्यंभावी है। जीवनशैली, विचार, रहन-सहन आदि स्तर में परिवर्तन आ चुका है। यहां तक कि सामाजिक व नैतिक मूल्यों का परिवर्तन हो चुका है। यह परिवर्तन यहां तक हो चुका है कि नैतिक मूल्यों के अवमूल्यन के कारण ही हम आज समाज में भ्रष्टाचार, पुरुषों व महिलाओं में अनैतिक आचरण व बालिकाओं के साथ दुर्व्यवहार की घटनाएं देख रहे हैं। इन सब घटनाओं के मूल कारणों पर ध्यान दे तो पता चलता है कि वर्तमान परिदृश्य में परिवार एवं समाज में नैतिकता का अभाव ही प्रमुख कारण है। परिवार में अभाव ही समाज का अभाव बनता है। हमें ज्यादा दूर नहीं कुछ वर्ष पीछे देखने की आवश्यकता है कि पाठ्यक्रम में नैतिक शिक्षा एक विषय के रूप में पढ़ाया जाता था। सदाचार की शिक्षा दी जाती थी परन्तु आधुनिक व वैज्ञानिक बनाने की होड़ ने नौनिहालों को नैतिक मूल्यों से दूर कर दिया। बच्चे अपने नैतिक मूल्यों से विमुख होते गए। बच्चों में नैतिक मूल्य हमें बचपन से ही डालने चाहिए।

कहा भी गया है- ''नैतिक मूल्यों से वंचित शिक्षा समाज का कल्याण नहीं कर सकती...

जार्ज बर्नाड शॉ, रविन्द्रनाथ टैगोर, जेम्स वाट बाल्यावस्था में बुद्धिमान नही थे फिर भी आगे चलकर उन्होने नाम कमाया। यदि बच्चों को गलत शिक्षा या प्रशिक्षण प्राप्त होगा तो उनका भविष्य नष्ट हो जाएगा।

एक शिक्षिका होने के नाते मेरा यह मानना है कि नैतिक मूल्यों को विकसित करने में सबसे बड़ा योगदान बच्चों के बड़ों व शिक्षकों का होना चाहिए। बच्चे बड़ों की नकल करते हैं इसलिए उन्हें उचित मार्गदर्शन एवं नैतिक मूल्यों से परिचित कराना हमारा कर्तव्य है। नैतिक मूल्यों को अपनाकर सफलता हासिल करते हुए बच्चों के समाज के आगे उदाहरण प्रस्तुत करना होगा तभी राष्ट्र व समाज की उन्नति सम्भव है। ''जीवन वहीं अनमोल है,
नैतिकता का जहाँ मोल है।''

डॉ. **आशिमा यादव(सहायक वाणिज्य विभाग)**

महासचिव अशोक बुवानीवाला के जन्मदिवस पर किए 11 औषधीय पौधे रोपित

कुशल प्रशासक, प्रसिद्ध समाजसेवी, बहुमुखी प्रतिभा के धनी आदर्श महिला महाविद्यालय प्रबंधकारिणी समिति के महासचिव अशोक बुवानीवाला के जन्मदिवस के उपलक्ष्य में प्राचार्या डॉ0 अलका मित्तल, डायरेक्टर डॉ0 अरुणा सचदेव के द्वारा विभिन्न धार्मिक व औषधीय गुणों से भरपूर आंवला ,अपराजिता एवं अन्य 11 पौधे सरस्वती उद्यान मे रोपित किए गए। पौधा रोपण कार्यक्रम का आयोजन डायरेक्टर डॉ0 अरूणा सचदेव द्वारा किया गया। उन्होंने कहा कि यह औषधिय व धार्मिक पौधे हमारी परंपरा के प्रतीक है। हम अपनी संस्कृति को भूलते जा रहे है। आज मनुष्य आधुनिकता व तकनीकी क्रांति से कुचक्र में फसकर अपना जीवन और अधिक जटिल बना रहा है। हम अपनी संस्कृति व परंपराओं को भूलकर केवल भेड़चाल चल रहे है। पहले यह औषधिय पौधे हर घर में मिलते थे। आज महाविद्यालय में महासचिव अशोक बुवानीवाला के जन्मदिवस पर यह पौधे रोपित करके उन्हें अत्यंत प्रसन्नता हो रही है उन्होंने महासचिव अशोक बुवानीवाला को जन्मदिवस की ढेरों शुभकामनाएं भी दी। प्राचार्या डॉ0 अलका मित्तल ने उनके जन्मदिवस की मंगलकामनाओं के साथ उनकी लंबी आयु व स्वस्थ जीवन की कामना की और कहां की वह महाविद्यालय की प्रगति एवं उन्नति के लिए हमेशा तत्पर रहते हैं, उनके द्वारा महाविद्यालय के चौमुखी विकास के लिए किए गए कार्य सदैव सराहनीय रहेंगे। कार्यक्रम में छात्रावास वार्डन अनीता, प्राध्यापिका नेहा व महाविद्यालय का शिक्षक एवं गैर-शिक्षक वर्ग उपस्थित रहा।

डॉ. अपर्णा बत्रा ने एन.सी.सी की 500 कैडेट्स को करवाया व्यायाम की मुख्य मुद्राओं व योगासन से अवगत

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर महाविद्यालय की अंग्रेजी विभागाध्यक्ष डॉ0 अपर्णा बत्रा (एसोसिएट प्रोफेसर) को 2 हरियाणा बी.एन. एन.सी.सी. (ए.टी.सी.), रोहतक में आमंत्रित किया गया। जहां उन्होंने एन.सी.सी की 500 कैडेट्स को व्यायाम की मुख्य मुद्राओं व योगासन से अवगत करवाया। कार्यक्रम का शुभारंभ ईश्वरीय ध्यान प्रार्थना से हुआ। डॉ अपर्णा बत्रा ने कैडेट्स को दैनिक जीवन में ध्यान एवं प्राणायाम करने की प्रेरणा दी, जिसके तहत छात्राओं ने संकल्प लिया कि वे अपने जीवन में रोजाना ध्यान एवं प्राणायाम करेंगी।

दो दिवसीय विचार गोष्ठी व प्रशिक्षण कार्यक्रम छात्राओं ने किया योग

शारीरिक शिक्षा व खेलकूद विभाग के तत्वावधान में योग की दो दिवसीय विचार गोष्ठी व प्रशिक्षण कार्यक्रम का शुभारंभ 8 जून 2023 को महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ0 अलका मित्तल के द्वारा किया गया। कार्यक्रम में छात्राओं को योग के महत्व के बारे में बताया, योग को अपनी दिनचर्या में शामिल करने के लिए प्रोत्साहित किया और बताया कि योग केवल व्यायाम नहीं है बल्कि एक औषधी है। जिसके द्वारा हम अनेक बीमारियों को दूर कर सकते है। उन्होंने छात्राओं को योग एवं संतुलित आहार दिनचर्या में शामिल करने के लिए प्रोत्साहित किया। योग से दूर होगा रोग कह कर योग को दिनचर्या का अहम हिस्सा बताया। योग से जीवन अनुशासित रहता है। योग चर्चा के उपरांत छात्राओं को योगाभ्यास करवाया गया। योग पर चर्चा के बाद योग का अभ्यास करवाया गया। कार्यक्रम में समन्वयक डॉ0 रेनू संयोजिका नेहा व अन्य शिक्षक एवं गैर- शिक्षक वर्ग उपस्थित रहे। इसमें वक्ता की भूमिका शारीरिक शिक्षा विभाग की प्राध्यापिका मोनिका सैनी द्वारा निभाई गई। कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए प्राचार्या ने शारीरिक एवं खेलकूद विभाग को बधाई दी।

शब्द

यह जीवन...
शब्दों का ताना-बाना है।
कोई जी जाता है, इन्हीं शब्दों के सहारे
तो कोई हर पल,
हर क्षण मर जाता है।
यह जीवन
शब्दों का ताना-बाना है...
शब्द...
पहचाना जाए लफ्जों और अल्फाजों से
अक्षर और आखर से
मैं क्या कहूँ...
मेरी औकात ही क्या ?
यह सब शब्दों का ही खजाना है।
यह जीवन
शब्दों का ताना-बाना है...
लफ्ज ...
झूठ कहूँ तो लफ्जों का दम घुटता है।
अल्फाजों का साथ छूटता है
सच कहूँ तो
लोग खफा हो जाते है
तन्हा छोड़ जाते हैं।
यह जीवन
शब्दों का ताना-बाना है...

कुमुद
(सहायक प्रवक्ता, हिंदी विभाग)

विश्व योग दिवस

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को मनाया जाता है। योग की उत्पत्ति हिंदू धर्म से हुई है। हमें मन की शांति और स्वस्थ शरीर प्राप्त करने के लिए योग सिखाया जाता है। योग हमारे शरीर को प्रकृति से जोड़ने में मदद करता है। योग, आसन, श्वास और ध्यान को जोड़ता है। नियमित योग करने वाले व्यक्तियों के लिए योग एक बहुत ही अच्छा अभ्यास है। योग वह क्रिया है जिसके अंतर्गत शरीर के विभिन्न भागों को एक साथ लाकर शरीर, मस्तिष्क और आत्मा को संतुलित करने का कार्य किया जाता है। पहले समय में योग का अभ्यास ध्यान की क्रिया के साथ किया जाता था। योग कई प्रकार के होते है जैसे राजयोग, जन योग, भक्ति योग, कर्म योग, हस्त योग आदि। योग से विभिन्न प्रकार के प्राणायाम और कपालभाति जैसी योग क्रियाएं शामिल है जो सबसे प्रभावी सांस की क्रियाएं है। सूर्य नमस्कार, शीर्षासन, सर्वांगासन, शलभासन, भुजंगासन, हलासन, वज्रासन, चक्रासन आदि विभिन्न प्रकार के आसन विभिन्न उद्देश्यों के लिए किये जाते है। योग का नियमित अभ्यास हमारे शरीर को सही आकार प्रदान करता है। योग का नियमित अभ्यास करने से

कल्पना
बी.ए. तृतीय वर्ष

लोगों को सांस संबंधी समस्याओं और उच्च व निम्न रक्तदाब जैसी बीमारियों में आराम मिलता है। यह हमारे शरीर में कई सारे सकारात्मक बदलाव लाता है। योग के नियमित अभ्यास के द्वारा हम शारीरिक व मानसिक रूप से स्वस्थ रह सकते है। योग शरीर तथा मन के संबंधों में संतुलन बनाने में हमारी सहायता करता है। पूरे विश्व में योग के महत्व को समझते हुए 21 जून को विश्व योग दिवस मनाने की घोषणा संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा कि गई। योग करके हम अपने शरीर की अनेक बीमारियों को दूर कर सकते है। यह बिमारियाँ ही नहीं ठीक करता बल्कि याददाश्त, अवसाद, चिंता, डिप्रेशन, मोटापा, मनोविकारों को भी दूर भगाता है। शरीर में रक्त प्रवाह बढ़ाने का योग से अच्छा कोई और तरीका नहीं हो सकता है। योग प्रातः काल में करना ज्यादा उचित समझा जाता है। उचित ढंग से किए गए आसन ही हमारे शरीर को लाभ पहुँचा सकते है। प्रत्येक व्यक्ति को अपने शरीर को स्वस्थ व रोग मुक्त रखने के लिए प्रतिदिन नियमित रूप से योग करना चाहिए। दूसरे व्यक्तियों को भी इसके बारे में बताना चाहिए ताकि वे भी हष्ट-पुष्ट व स्वस्थ रह सके।

जलियाँवाला बाग में बसंत

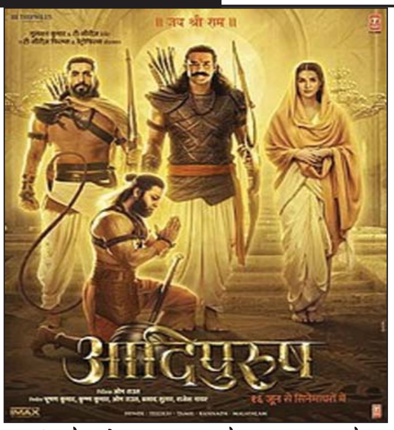
यहाँ कोकिला नहीं, काग हैं, शोर मचाते,
काले-काले कीट, भ्रमर का भ्रम उपजाते।
कलियाँ भी अधखिली, मिली है कंटक-कुल से,
वे पौधे, व पुष्प शुष्क हैं अथवा झुलसे।।
परिमल- हीन पराग दाग-सा बना पड़ा है,
हा ! यह प्यारा बाग खून से सना पड़ा है।
ओ, प्रिय ऋतुराज ! किंतु धीरे-से आना,
यह है शोक स्थान यहाँ मत शोर मचाना।।
वायु चले, पर मंद चाल-से उसे चलाना,
दु:ख की आहें संग उड़ा कर मत ले जाना।
कोकिल गावें, किंतु राग रोने का गावें,
भ्रमर करें गुंजार कष्ट की कथा सुनावें।
लाना संग में पुष्प, न हो वे अधिक सजीले,
हो सुगंध भी मंद, ओर से कुछ-कुछ गीले।
किंतु न तुम उपहार भाव आ कर दिखलाना,
स्मृति में पूजा हेतु यहाँ हेतु यहाँ थोड़े बिखराना।।
कोमल बालक मरे यहाँ गोली खा कर,
कलियाँ उनके लिए गिराना थोड़ी ला कर।
आशाओं से भरे भी छिन्न हुए हैं,
अपने प्रिय परिवार देश से भिन्न हुए हैं।
कुछ कलियाँ अधखिली यहाँ इसलिए चढ़ाना
करके उनकी याद अश्रु के ओस बहाना।
तड़प-तड़पक र वृद्ध मरे हैं गोली खा कर,
शुष्क पुष्प कुछ वहाँ गिरा देना तुम जाकर।
यह सब करना, किंतु यहाँ मत शोर मचाना,
यह है शोक-स्थान बहुत धीरे-से आना।

कविता(सहायक प्रवक्ता- हिंदी-विभाग)

मूवी रिव्यू: आदिपुरुष

आदिपुरुष मूवी देखी काफी सारे लोगों ने पूछा कैसी लगी तो सोचा के रिव्यू लिख दिया जाए। तो शुरुआत करते हैं वीएफएक्स सेः कुछ दृश्यों में वीएफएक्स बहुत ही अच्छा है जैसे कि शुरुआत में रावण का शिव वंदना करने वाला सीन, लक्ष्मण रेखा वाला सीन, सीता हरण, जटायु- रावण युद्ध, रामसेतु आदि पर कुछ जगह पर वीएफएक्स बहुत ही लाउड है शायद जिसकी जरूरत ही नहीं थी। कलाकारों की बात करें तो लक्ष्मण के रूप में सनी सिंह बिल्कुल नहीं फबते, वो सोनू के टीटू की स्वीटी वाले टीटू से बाहर ही नहीं निकल पाए। सीता के रूप में कृति सेनन की सीन्स बहुत कम है और जिनमें भी वह कोई कमाल नहीं कर पाई, शहजादा और लुका छुपी वाली कृति सेनन ही ज्यादा लगी । हनुमान जी का किरदार ठीक-ठाक है। रावण केवल सीता हरण के दृश्य में ही रावण लगा है बाकी समय ऐसा लगता है कि उसमें संजय दत्त की आत्मा घुस गई है।

रावण का पूरा कुनबा बहुत ही मॉडर्न और फैशनेबल है, ऐसा लगता है कि सब जावेद हबीब के सैलुन से कटिंग कराते हैं। काली लंका के साथ-साथ लंका का ड्रेस कोड भी काला है, सब काले कपड़े पहनते हैं, मंदोदरी केवल 2 सीन में दिखाई पड़ती हैं, जिसमें भी वह 21 वीं सदी की कोई महिला दिखती हैं, जिन्होंने ना मांग भरी है ना बिंदी लगाई है, और बड़ी ही स्टाइलिश ब्लैक ड्रेस



पहनी है। ऐसा लगता है कि सारा पैसा वीएफएक्स पर खर्च करने के बाद निर्देशक के पास मेकअप आर्टिस्ट, ड्रेस डिजाइनर के लिए पैसे ही नहीं बचे थे। विभीषण, कुंभकरण, इंद्रजीत के बारे में तो कुछ भी कहना ही बेकार है।

प्रभास ने राम के रूप में अपने किरदार के साथ न्याय किया है। जो लोग कह रहे हैं कि वह बाहुबली जैसी छाप नहीं छोड़ पाए तो कुछ फिल्में कालजयी होती हैं जो दोबारा नहीं बनती और दूसरी बात कि एक्टर्स से एक्टिंग करवाना भी डायरेक्टर के हाथ में होता हैं, हर कोई एसएस राजामौली नहीं हो सकता। युद्ध के सारे दृश्य रात के दिखाए गए हैं जबकि सूर्यास्त के बाद तो युद्ध होते ही नहीं थे। गीत और संगीत अच्छे हैं। श्रीराम के डायलॉग्स को छोड़कर बाकी सभी किरदारों के डायलॉग किसी नौसिखिया के लिखे जान पड़ते हैं, लगता ही नहीं है कि यह डायलॉग उन्हीं मनोज मुंतशिर ने लिखे हैं जो हर टीवी चैनल के हर टीवी शो में आकर मुशायरा करके टीआरपी बढ़ाते थे। इससे बेहतर यह होता कि ह्वी रामचरितमानस और वाल्मीकि रामायण के ओरिजिनल डायलॉग्स को ही फिल्म में रख लेते। कई जगहों पर जिम्मेदारी, जरूर जैसे कई उर्दू शब्द बहुत ही अटपटे लगते हैं। इस फिल्म की तुलना रामानंद सागर जी की रामायण से करना ही बेतुका है, पुरानी रामायण के बाद भी जो रामायण आई है जैसे "सिया के राम " उसमें भी संवाद, कलाकार, वीएफएक्स आदि बहुत अच्छे थे पर यह फिल्म उसके समकक्ष भी नही है। अगर यह बाहुबली जैसी काल्पनिक फिल्म होती तो कहानी और संवादों के साथ छेड़छाड़ सहन भी की जा सकती है पर रामायण कोई कहानी नहीं है, रामायण तो सत्य है, ये तो जनमानस के हृदय बचपन से बसी हुई है पीढ़ी दर पीढ़ी हम सुनते आ रहे हैं। यह तो ओम राऊत की ही कोई बेतुकी कल्पना लगती है। कुछ डायलॉग जिन पर आपत्ति थी उनको बदल दिया गया है लेकिन कुल मिलाकर इस फिल्म से जो अपेक्षाएं थी ये उन पर कहीं भी खरी नहीं उतरती ।

डॉ. गायत्री आर्या
सहायक प्रवक्ता कॉमर्स विभाग

प्रश्नः 1. किस संस्था ने 'जमाकर्ता शिक्षा और जागरूकता' फंड को अधिसूचित किया।
उत्तरः आरबीआई
प्रश्नः 2. अंतर्राष्ट्रीय बाघ दिवस कब मनाया जाता है।
उत्तरः 29 जुलाई
प्रश्नः 3. वैश्विक शांति सूचकांक-2023 में भारत को कौन सा स्थान मिला है ?
उत्तरः 126 वां
प्रश्नः 4. हाल ही में ग्रामीण विकास मंत्रालय ने महिला एसएचजी के उत्पादों को बेचने के लिए कौन सा मोबाइल ऐप लॉन्च किया है ?
उत्तरः इ-सारस ऐप
प्रश्नः 5. हाल ही में शंघाई सहयोग संगठन के 23 वें शिखर सम्मेलन में 9वां स्थायी सदस्य किसे बनाया गया है ?
उत्तरः ईरान
प्रश्नः 6. भारतीय नौसेना ने किस देश के साथ मिलकर 'सेल्वेक्स' अभ्यास का आयोजन किया है?
उत्तरः यूएसए
प्रश्नः 7. हाल ही में ट्विटर का प्रतिद्वंद्वी मैसेजिंग एप 'थ्रेड्स' किसने लॉन्च किया है ?
उत्तरः मेटा
प्रश्नः 8. भारत ने वर्ष 2024 के लिए जी-20 बैठक की अध्यक्षता किसे सौंपी है ?
उत्तरः ब्राजील
प्रश्नः 9. ईपीआर क्रेडिट पाने वाला देश का पहला नगरीय निकाय कौन सा है ?
उत्तरः इंदौर
प्रश्नः 10. 'महिला सम्मान बचत प्रमाणपत्र योजना' प्रारंभ करने वाला पहला बैंक कौन सा है?
उत्तरः बैंक ऑफ इंडिया
प्रश्नः 11. चंद्रयान-3 को किस रॉकेट से सफलतापूर्वक प्रक्षेपित किया गया है ?
उत्तरः एलवीएम 3 - एम 4
प्रश्नः 12. जी-20, संस्कृति कार्य समूह की तीसरी बैठक का आयोजन कहाँ किया जा रहा है ?
उत्तरः हम्पी
प्रश्नः 13. किस देश में आयोजित 'बास्तिल दिवस परेड' में भारत की तीनों सेनाएं भाग ले रही है?
उत्तरः फ्रांस
प्रश्नः 14. अंतर्राष्ट्रीय खगोलीय संघ ने किस भारतीय पेशेवर उल्का वैज्ञानिक के नाम पर क्षुद्रग्रह का नाम रखा है ?
उत्तरः अश्विन शेखर
प्रश्नः 15. ग्लोबल फायरपावर सूचकांक 2023 में भारत की सैन्य शक्ति को कौन से स्थान पर रखा गया है ? **उत्तरः**चौथे

संजू कर्लक

रसमलाई

सामग्री
2 किलो दूध
1 नींबू
5 कप चीनी
1 चम्मच गुलाब जल
6 पिस्ता
6 बादाम

ऐसे बनाएंः एक किलो दूध को कड़ाही में उबाल लें। बाकी बचे एक किलो दूध को अलग बर्तन में उबालें। छेना बनाने के लिए कड़ाही में रखे दूध में नींबू का रस डालें और लगातार चलाती रहें। जब दूध पूरी तरह फट जाए तो उस छेना को सूती कपड़े में रखकर साफ पानी डालकर छान लें, ताकि नींबू का खट्टापन निकल जाए। छेना से पूरा पानी निकालकर उसे एक प्लेट में रख लें और 10 मिनट तक लगातार मसलती रहें। जब छेना एकदम मुलायम हो जाए तो उसकी छोटी-छोटी गोलियां चपटे आकार में बनाकर रख दें। अब एक बर्तन में पानी और दो कप चीनी डालकर उबाल लें। जब चीनी घुल जाए तो उसमें छेना की गोलियों को डालें और ढककर रख दें। कुछ समय बाद ढक्कन हटाकर देखें। छेना की गोलियां का आकार बड़ा हो गया होगा। दूसरे बर्तन में रखे एक किलो दूध की मात्रा जब एक तिहाई रह जाए, तब उसमें तीन कप चीनी डालकर थोड़ी देर उबालें। गैस से उतारकर इसमें एक चम्मच गुलाब जल डालें और फिर छेना की गोलियों को डाल दें। ऊपर से पिस्ता और बादाम डालें। रसमलाई तैयार है। इसे फ्रिज में दो घंटे के लिए रखें और फिर ठंडी-ठंडी सर्व करें।

संजू(कम्प्यूटर ऑपरेटर)

गुलाब जामुन रेसिपी

मिठाई बनाने के लिए 3 मुख्य चीज बनानी होगी - खोया, चाशनी और जामुन। निचे दी गई रेसिपी में हर एक को घर पर आसानी से कैसे बनाना है ये बताया गया है।

खोया (मावा) बनाने के लिए

घर पर खोया बनाने के लिए नीचे दिए गए स्टेप का पालन करें एक नॉन स्टिक पैन या भारी तले वाले पैन में 1 लीटर दूध (फुल क्रीम भैंस का दूध) को कम आंच पर तब तक उबाले जब तक कि यह गाढे मिश्रण में बदल जाये और पानी का भाग न रहे, इसमें लगभग 12.5 घंटे का समय लगेगा। जलने से रोकने के लिए इसे अक्सर बीच बीच में चम्मच से चलाते रहे। 1 लीटर फूल फैट दूध में से लगभग 1 कप खोया तैयार होगा।

नोटः यदि आप घर पर खोया बनाना नहीं चाहते हैं, तो आप किसी भी भारतीय ग्रोसरी स्टोर/ किराने की दुकान (अगर आप भारत के बाहर रहते हैं) से या डेयरी की दुकान से (यदि आप भारत में रहते हैं) खरीद सकते हैं।

केसर के स्वाद वाली चाशनी (चीनी का सिरप) तैयार करने के लिए

1. एक गहरे बर्तन में 1 कप चीनी, 3-4 हरी इलायची (या 1/4 टीस्पून इलायची का पाउडर) और 8-10 केसर की किस्में डाले ।
2. इसमें 22.5 कप पानी डालें और तेज आंच पर उबलने रखे। जब यह उबलने लगे तब आंच को मध्यम कर दे और तब तक उबाले जब तक की चाशनी थोड़ी चिपचिपी लगने लगे, बीच में कभी- कभी कलछी से हिलाते रहे। इसमें करीब 10-12 मिनट का समय लगेगा। गैस बंद कर दें और इसे एक तरफ रख दें। जब जामुन तलने के बाद तैयार हो जाये तब 4-5 मिनट के लिए चाशनी को फिर से गरम कर ले।

जामुन बनाने के लिए

1. ऊपर दी गई विधि का पालन करके 1 कप खोया बनाइये या रेडीमेड खोया का उपयोग करें। खोया को कद्दूकस कर ले। 1/8 टीस्पून बेकिंग सोडा और 1/2 कप मैदा छानकर डाले।
2. एक चम्मच से उन्हें अच्छे से मिलाएं।
3. आप देख सकते हैं की खोये में नमी की वजह से आटा आसानी से खोया के साथ मिल रहा है।
4. उन सभी को एक साथ मिलाकर नरम आटा गूंध ले। अगर जरूरत लगे तो कुछ टीस्पून दूध डाल सकते है (दूध थोड़ा थोड़ा ही डालिये, एक समय में एक टीस्पून दूध डाले) ।
5. आटे को 16 बराबर भागों में बाँट ले। अपनी हथेलिया तेल या घी लगाकर चिकनी कर ले और आटे में से गोले बना ले। ध्यान रहे की गोले में दरारे नहीं होनी चाहिए वरना यह तलने के समय पर खुलने लगेंगे। अगर दरारे है तो आटे को नरम बनाने की जरुरत है, आटे में थोड़ा दूध मिलाकर उसे नरम बनाइये आर बाद में उसमे से गोले बनाइये। बहुत ज्यादा बड़े गोले मत बनाइये क्योंकि यह चाशनी में डुबोने के बाद फूलकर और भी बड़े हो जायेंगे।
6. एक कड़ाही में मध्यम आंच पर घी या तेल (या आधा घी और आधा तेल) गरम करने रखे। जब घी मध्यम गरम हो जाये तब उसमें मिश्रण में से एक छोटा सा भाग तोड़कर घी में डाले और देखे कि अगर वह रंग बदले बिना ही तुरंत ऊपर आ जाता है तो घी तलने के लिए तैयार है। अगर वह तुरंत ही भूरा हो जाता है तो घी ज्यादा गरम है। मध्यम गरम घी में धीरे से 4-6 गोले (या कड़ाही की साइज के अनुसार) डाले और धीमी - मध्यम आंच पर तलें। आप देख सकते है कि 1 मिनट में वे फूलने लगे है और हल्के सुनहरे रंग के होने लगे है।
7. 3-4 मिनट के बाद, गोले हल्के सुनहरे भूरे रंग के होने लगेंगे।
8. उन्हें सुनहरे भूरे रंग के होने तक तल ले, इसमें लगभग 6-7 मिनट का समय लगेगा। नरम जामुन बनाने के लिए उन्हें एक समान तापमान पे तलना जरूरी है और इसके लिए आवश्यकता अनुसार आप आंच को कम या तेज कर सकते है।
9. उन्हें एक प्लेट में पेपर नैपकिन के ऊपर निकाल दे और 5 मिनट के लिए ठंडे होने दें। आप देख सकते हैं कि तलने के बाद गोले बड़े हो गए है। उन्हें सीधे गर्म चाशनी में मत डाले।
10. तले हुए गोलों को हल्की गर्म (ज्यादा गर्म नहीं) चाशनी में डाले। अगर आप उन्हें ज्यादा गर्म चाशनी में डालेंगे तो वे सिकुड़ (आकार में छोटा) जायेंगे।
11. परोसने से पहले कम से कम 1-2 घंटे के लिए उन्हें चाशनी में डुबोकर रखे। आप फोटो में देख सकते हैं कि जामुन का आकार लगभग दोगुना हो गया है। गुलाब जामुन परोसने लिए तैयार हैं। उन्हें गर्म या ठंडा परोसें।

डॉ. मोहनी
(सहायक प्रवक्ता, गणित विभाग)

आदर्श महिला महाविद्यालय भिवानी का ऋषिहुड यूनिवर्सिटी सोनीपत से करार

मोबाइल पर अति निर्भरता हानिकारकः रचना अरोड़ा

आदर्श महिला महाविद्यालय की छात्रा प्रिया बेस्ट एक्ट्रेस

अंतर महाविद्यालय योगा टूर्नामेंट का हुआ आगाज, छात्रा पूजा बेस्ट योगी चयनित

सपने देखे और उन्हें पूर्ण करने का प्रयास करें : बॉक्सर बिजेन्द्र सिंह

कैडेट्स ने गार्ड ऑफ ऑनर के साथ दी विदाई

अपना लक्ष्य प्राप्त करने के लिए त्याग, तपस्या व कड़ी मेहनत करें: साक्षी चैधरी

दृढ़ संकल्प और निर्धारित लक्ष्य है सफलता की कुंजी : जैसमिन

आदर्श महिला महाविद्यालय प्रांगण में दो दिवसीय प्रतिभा पर्व का हुआ आगाज

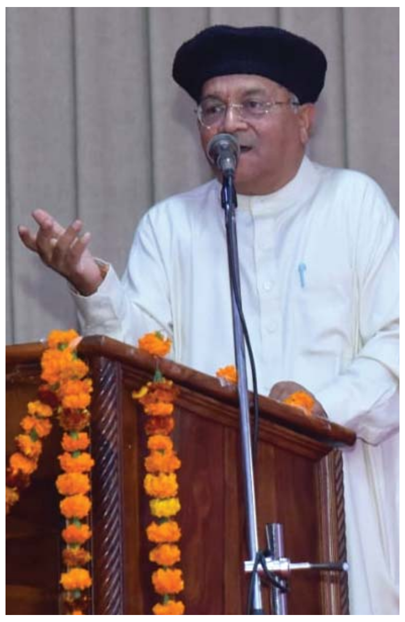
'पत्रकारिता पर बाज़ारवाद का बढ़ता प्रभाव' पर आयोजित हुई संगोष्ठी

आदर्श महिला महाविद्यालय की छात्रा पूजा ने हेप्टाथलान में जीता स्वर्ण पदक

आदर्श महिला महाविद्यालय में सोविनियर अनुपमा का लोकार्पण

डॉ. अलका मित्तल ने प्राचार्या का कार्यभार संभाला

मन की शुद्धि मोक्ष प्राप्ति का साधनः डॉ0 वेद प्रताप वैदिक



छुई–मुई न बनकर धाकड़ बने : बबीता फोगाट

विद्यार्थी जीवन सफलता के मूल-मंत्रः पूर्ण आत्मविश्वास एवं अनुशासनः रचना अरोड़ा

छात्राओं ने स्वनिर्मित उत्पाद की प्रदर्शनी एवं बिक्री हेतु मुबारक गार्डन में स्टाल लगाई

जिस राष्ट्र की बेटियां शिक्षित उस देश का भविष्य उज्जवलः मनमोहन गोयल

एक वरिष्ठ, समाजसेवी, शिक्षा प्रेमी और कुशल राजनीतिज्ञ थे स्वर्गीय बनारसी दास जी गुप्त

सात दिवसीय एकाग्रता एवं आनापान कार्यशाला का समापन

आदर्श महिला महाविद्यालय में प्राचार्य रचना अरोड़ा के दिशा निर्देशन में किया गया वाणिज्य विभाग द्वारा प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन

पर्यावरण एवं स्वच्छता के उपाय

भारत में पर्यावरण संरक्षण का इतिहास बहुत पुराना है। हड़प्पा संस्कृति पर्यावरण से ओत-प्रोत थी, तो वैदिक संस्कृति पर्यावरण-संरक्षण हेतु पर्याय बनी रही। भारतीय मनीषियों ने समूची प्रकृति ही क्या, सभी प्राकृतिक शक्तियों को देवता स्वरूप माना। ऊर्जा के स्त्रोत सूर्य को देवता माना तथा उसको 'सूर्य देवो भव' कहकर पुकारा। भारतीय संस्कृति में जल को भी देवता माना गया है। सरिताओं को जीवन दायिनी कहा गया है, इसीलिए प्राचीन संस्कृतियां सरिताओं के किनारे उपजीं और पनपी भारतीय संस्कृति में केला, पीपल, तुलसी, बरगद, आम आदि पेड़ पौधों की पूजा की जाती रही है। मध्यकालीन एवं मुगलकालीन भारत में भी पर्यावरण प्रेम बना रहा। अंग्रेजों ने भारत में अपने आर्थिक लाभ के कारण पर्यावरण को नष्ट करने का कार्य प्रारंभ किया। विनाशकारी दोहन नीति के कारण पारिस्थितिकीय असंतुलन भारतीय पर्यावरण में ब्रिटिश काल में ही दिखने लगा था। स्वतंत्र भारत के लोगों में पश्चिमी प्रभाव औद्योगीकरण तथा जनसंख्या विस्फोट के परिणामस्वरूप तृष्णा जाग गई जिसने देश में विभिन्न प्रकार के प्रदूषणों को जन्म दिया।

आम पर्यावरण की समस्या एक वैश्विक समस्या है, अस्वच्छता के कारण पर्यावरण पर जोखिम पैदा हुआ है। नगरीय एवं ग्राम्य समाज में स्वच्छता के प्रति कम जागरूकता से पर्यावरणीय विविध पहलू प्रभावित हुए हैं। जलावरण, वातावरण, मृदावरण, जिवावरण आदि पर विपरीत असर पहुँचा है।
हम जिन वस्तुओं की कीमत अदा करते हैं केवल उन्हीं वस्तुओं की कद्र करते हैं। जो भी संसाधन धरती पर हमें बिना कीमत के मिलता है। ऐसे में हमारी जिम्मेदारी होनी चाहिए कि प्रकृति को सुरक्षित रखा जाय। आज के आधुनिक युग में समय? पर प्रकृति

बबिता चौधरी
प्रवक्ता इतिहास विभाग

का विनाशकारी रूप देखने को मिल रहा है। जिसका मुख्य कारण पर्यावरण का दोहन होना है। विनाशकारी रूप हमें भूकंप, बाढ़, सुखा व कई अन्य आपदाओं के रूप में चुकाना पड़ रहा है। आज के दौर में महामारी बीमारियों का फैलना भी कहीं न कही पर्यावरण से खिलवाड़ का नतीजा है। प्रदूषण के कारण धरती का तापमान लगातार बढ़ रहा है। परिणामस्वरूप कुछ वनस्पतियां, जीव-जंतु विलुप्त हो गए हैं और कई विलुप्त होने की कगार पर खड़े है। जिसका मुख्य कारण है मानव और उसका स्वार्थ। बढ़ते तकनीकी के साथ साथ मानव इतना स्वार्थी हो गया है कि प्रकृति के बिना जीवन की कल्पना नहीं की जा सकती। पर्यावरण संरक्षण का उपाय जीवन जीने का अचेतन तरीका है। विद्यालयों में बच्चों को पर्यावरण के संबंध में जागरूक करना शिक्षकों व अभिभावकों की जिम्मेदारी है। पर्यावरण संरक्षण के लिए छोटे-छोटे उपाय व उसकी महत्ता बच्चों को समझाना होगा। बच्चों को पौधरोपण करना, प्लास्टिक का उपयोग कम से कम करना, वर्षा जल संरक्षण की महत्ता समझाया जाना चाहिए। ताकि उनके सोचने व कार्य करने के तरीके पर्यावरण संरक्षण के अनुकूल हो। बेहतर होगा कि हम बच्चों को ये सब विचारों से समझाएं। बच्चा हमें, आपको देखेगा तो खुद सीखेगा। हम सदैव याद रखना है कि वर्तमान पीढ़ी की आवश्यकताओं का भविष्य की पीढ़ियों की आवश्यकताओं से समझौता किए बिना पूरा करना है।

जहाँ स्वच्छता वहाँ ईश्वर का निवास यह उक्ति वास्तव में सार्थक है। हमें बचपन से ही यह शिक्षा दी जाती है। मानवीय अस्तित्व की चर्चा में स्वच्छता का प्रश्न चिरस्थाई प्रश्न रहा है। सेहतमंद तन, स्वास्थ्य, मन, स्वस्थ देश का निर्माण करता है। देश व मानव विकास हेतु स्वच्छता की अनिवार्यता है। स्वच्छता विहीन मनुष्य पंगु के समान है।

सद्भावना का पवित्र त्योहार: ईद- उल -फितर

ईद-उल-फितर , मुस्लिम समुदाय के लोगों के प्रमुख त्योहारों में से एक है। ईद-उल-फितर का यह पर्व रमजान के 30 रोजों के बाद चांद देखकर मनाया जाता है। वैसे तो इस पर्व को मनाये जाने के कई मत प्रचलित है लेकिन जो इस्लामिक मान्यता सबसे अधिक प्रचलित है उसके अनुसार इसी दिन पैगम्बर मोहम्मद साहब ने बद्र के युद्ध में विजय प्राप्त की थी। तभी से इस पर्व का आरंभ हुआ और दुनिया भर के मुसलमान इस दिन के जश्न को बड़ी ही धूम-धाम के साथ मनाने लगे।

वास्तव में ईद-उल-फितर का यह त्योहार भाईचारे और प्रेम को बढ़ावा देने वाला त्योहार है क्योंकि इस दिन को मुस्लिम समुदाय के लोग दूसरे धर्म के लोगों के साथ भी मिलकर मनाते है और उन्हें अपने घरों पर दावत में आमंत्रित करते तथा अल्लाह से अपने परिवार और दोस्तों के सलामती और बरकत की दुआ करते है। यहीं कारण है कि ईद-उल-फितर के इस त्यौहार को इतने धूम-धाम के साथ मनाया जाता है। मुसलमानों का त्योहार ईद रमजान का चांद डूबने और ईद का चांद नजर आने पर उसके अगले दिन चांद की पहली तारीख को मनाया जाता है। ईद उल फितर के अवसर पर पूरे महीने अल्लाह के मोमिन बंदे अल्लाह की इबादत करते हैं रोज़ा रखते हैं और कुरान की तिलावत (इबादत) करके अपनी आत्मा को शुद्ध करते हैं जिसका अज्र या मजदूरी मिलने का दिन ही ईद का दिन कहलाता है जिसे उत्सव के रूप में पूरी दुनिया के मुसलमान बडे हर्षोल्लास से मनाते हैं। ईद-उल-फितर का सबसे अहम मकसद एक और है कि इसमें गरीबों को फितरा देना वाजिब है जिससे वो लोग जो ग़रीब हैं मजबूर

हैं अपनी ईद मना सकें नये कपडे पहन सकें और समाज में एक दूसरे के साथ खुशियां बांट सकें ।ईद भाई चारे व आपसी मेल का त्यौहार है । ईद के दिन लोग एक दूसरे के दिल में प्यार बढ़ाने और नफरत को मिटाने के लिए एक -दूसरे से गले मिलते हैं।उपवास की समाप्ति की खुशी के अलावा इस ईद में मुसलमान अल्लाह का शुक्रिया अदा इसलिए भी करते हैं कि अल्लाह ने उन्हें महीने भर के उपवास रखने की शक्ति दी। ईद के दौरान बढ़िया खाने के अतिरिक्त नए कपड़े भी पहने जाते हैं और परिवार और दोस्तों के बीच तोहफों का आदान-प्रदान होता है। सिवैया इस त्योहार का सबसे महत्वपूर्ण खाद्य पदार्थ है जिसे सभी बड़े चाव से खाते हैं।ईद के दिन मस्जिदों में सुबह की प्रार्थना से पहले हर मुसलमान का फ़र्ज़ होता है कि वो दान या भिक्षा दे। इस दान को ज़कात उल-फ़ितर कहते हैं। यह दान दो किलोग्राम कोई भी प्रतिदिन खाने की चीज़ का हो सकता है। इस्लाम धर्म में एक अच्छा इंसान होने के लिए केवल इस्लाम धर्म का होना ही काफी नही है , इस धर्म में 5 नियमों का पालन करना अनिवार्य है - ईमान, नमाज अदा करना, हज की यात्रा , रोजा और जकात .अरब में पैगम्बर हजरत मोहम्मद ने देखा यहाँ हर व्यक्ति एक दुसरे से दूर हो रहा है, पूरा अरब गरीब और अमीर दो भागो में बंट गया है , तब सभी को एकजुट करने के लिए मोहम्मद साहब ने विचार किया और सभी को एक नियम का पालन करने को कहा, जिसका नाम रोज़ा रखा । उन्होंने कहा पूरे दिन हम कुछ भी नही खाएंगे और पानी की एक बूंद भी ग्रहण नहीं करेंगे , कोई भी पकवान हो हमें उसका त्याग करना है । उनका कहना था इससे सभी में त्याग और बलिदान की भावना जाग्रत होगी , एक - दूसरे के दुःख को महसूस किया जा सकेगा , और सभी के मन में सद्भावना आएगी।उन्होंने जकात उल फितर का रास्ता बताया। सभी ने इसका पालन किया इससे अपने से पिछड़े लोगो को दान कर उन्हें मदद प्राप्त हुई। यह पर्व सामाजिक एकता और भाईचारे को बढ़ावा देने में भी अपना एक अहम योगदान देता है। इस पर्व का यह धर्मनिरपेक्ष रुप ही सभी धर्मों के लोगों को इस त्योहार के ओर आकर्षित करता है। इस दिन मुस्लिम समुदाय के लोगों द्वारा अपने घरों पर दावत का आयोजन किया जाता है। इस दिन मुस्लिम समुदाय के लोगों द्वारा दूसरे धर्म के लोगों को भी अपने घरों पर दावत के लिए आमंत्रित किया जाता है। ईद के पर्व का यही प्रेम व्यवहार इस पर्व की खासियत है, जोकि समाज में प्रेम तथा भाई-चारे को बढ़ाने का कार्य करता है।

डॉ. डिंपल अग्रवाल
सहायक प्रवक्ता(राजनीति विज्ञान विभाग)

संत समुदाय के प्रवर्तक थे संत कबीर दास

कबीर दास जी ज्ञानमार्गी शाखा के एक महान संत व समाज-सुधारक थे। कबीर जी को संत समुदाय का प्रवर्तक माना जाता है। कबीर दास जी का जन्म विक्रम संवत 1455 अर्थात सन 1398 ईस्वी में हुआ था। प्राचीन मान्यताओं के अनुसार, इनका जन्म काशी के लहरतारा के आसपास हुआ था। यह भी माना जाता है कि इनको जन्म देने वाली, एक विधवा ब्राह्मणी थी।लेकिन उस विधवा ब्राह्मणी को लोक-लाज का भय सताने लगा। इसी वजह से उन्होंने, इस नवजात शिशु को काशी में लहरतारा नामक तालाब के पास छोड़ दिया था। इसके बाद उनका पालन-पोषण एक मुस्लिम जुलाहा दंपत्ति नीरू और नीमा ने किया था। इस जुलाहा दंपत्ति की कोई संतान नहीं थी। इन्होंने ही कबीर दास जी का पालन-पोषण किया।इनके गुरु रामानंद जगत गुरु रामानंद जी थे इस बात की पुष्टि स्वयं कबीर दास के इस दोहे से मिलती है।
'काशी में हम प्रगट भए, रामानंद चेताए'
कबीरदास जी की तीन रचनाएं मानी जाती है। जिनमें पहली रचना 'साखी' है। दूसरी रचना 'सबद' और तीसरी रचना 'रमैनी' है। पद शैली में सिद्धांतों का विवेचन 'रमैनी' कहलाता है। वही सबद गेय पद है। जिन्हें गाया जा सकता है। सबद व रमैनी की भाषा, ब्रजभाषा है। इस प्रकार कबीर की रचनाओं का संकलन बीजक नाम से प्रसिद्ध है। बीजक के ही 3 भाग - साखी, शब्द और रमैनी है। कबीर भक्तिकाल की निर्गुण काव्यधारा अर्थात ज्ञानाश्रयी शाखा के प्रतिनिधि कवि हैं। कबीर ने अपनी रचनाओं में स्वयं को जुलाहा और काशी का निवासी कहा है। आचार्य हजारी प्रसाद द्विवेदी ने कबीर को 'वाणी का डिक्टेटर' कहा है। आचार्य रामचंद्र शुक्ल जी ने कबीर की भाषा को 'पंचमेल खिचड़ी' कहा है।अंतिम समय मगहर में बिताने का निर्णय लिया। फिर वह अपने अंतिम समय में, मगहर चले गए। जहां पर उन्होंने विक्रम संवत 1575 यानी सन 1519 ई0 मे अपनी देह का त्याग कर दिया।

जय जगन्नाथ! जय सुभद्रे! जय बलभद्र!

मंदिर भगवान जगन्नाथ रथयात्रा भारत में मनाए जाने वाले धार्मिक महोत्सवों में सबसे प्रमुख और धार्मिक दृष्टि से सबसे महत्वपूर्ण माना गया है। यह रथयात्रा न केवल भारत में बल्कि विदेश में भी उन स्थानों पर आयोजित होती है जहां पर भारतीयों की आबादी रहती है। भारत में आयोजित होने वाली रथ यात्रा को देखने हर साल विदेश से हजारों पर्यटक आते हैं। भगवान श्रीकृष्ण के अवतार जगन्नाथ की रथयात्रा में शामिल होने का पुण्य सौ यज्ञों के बराबर माना जाता है। सागर तट पर बसे पुरी शहर में होने वाली जगन्नाथ रथयात्रा उत्सव के समय आस्था का जो भव्य उत्सव देखने को मिलता है, वह और कहीं दुर्लभ है। इस रथयात्रा के दौरान भक्तों को सीधे प्रतिमाओं तक पहुंचने का सुनहरा अवसर प्राप्त होता है। जगन्नाथ रथयात्रा दस दिवसीय महोत्सव होता है। यात्रा की तैयारी अक्षय तृतीया के दिन श्रीकृष्ण, बलराम और सुभद्रा के रथों के निर्माण के साथ ही शुरू हो जाती है। भारत के चार पवित्र धामों में से एक पुरी के 800 वर्ष पुराने मुख्य मंदिर में योगेश्वर श्रीकृष्ण जगन्नाथ के रूप में विराजते हैं। साथ ही यहां बलभद्र एवं सुभद्रा भी हैं।भारत के उड़ीसा राज्य का पुरी क्षेत्र जिसे पुरुषोत्तम पुरी, शंख क्षेत्र, श्री क्षेत्र के नाम से भी जाना जाता है, भगवान श्री जगन्नाथ की मुख्य लीला-भूमि है। उत्कल प्रदेश के प्रधान देवता श्री जगन्नाथ ही माने जाते हैं। यहाँ के वैष्णव धर्म की मान्यता है कि राधा और श्रीकृष्ण की युगल मूर्ति के प्रतीक स्वयं श्री जगन्नाथ हैं। इसी प्रतीक के रूप श्री जगन्नाथ से सम्पूर्ण जगत का उद्भव हुआ है। श्री जगन्नाथ पूर्ण परात्पर भगवान है और श्रीकृष्ण उनकी कला का एक रूप है। पूर्ण परात्पर भगवान श्री जगन्नाथ की रथयात्रा आषाढ़ शुक्ल द्वितीया को जगन्नाथपुरी में आरम्भ होती है। यह रथयात्रा पुरी का प्रधान पर्व भी है। इसमें भाग लेने के लिए, इसके दर्शन लाभ के लिए हज़ारों, लाखों की संख्या में बाल, वृद्ध, युवा, नारी देश के सुदूर प्रांतों से आते हैं।

शास्त्रों और पुराणों में भी रथ-यात्रा की महत्ता को स्वीकार किया गया है।स्कन्द पुराण में स्पष्ट कहा गया है कि रथ-यात्रा में जो व्यक्ति श्री जगन्नाथ के नाम का कीर्तन करता हुआ गुंडीचा नगर तक जाता है वह पुनर्जन्म से मुक्त हो जाता है। जो व्यक्ति श्री जगन्नाथ का दर्शन करते हुए, प्रणाम करते हुए मार्ग के धूल-कीचड़ आदि में लोट-लोट कर जाते हैं वे सीधे भगवान श्री विष्णु के उत्तम धाम को जाते हैं। जो व्यक्ति गुंडिचा मंडप में रथ पर विराजमान श्री कृष्ण, बलराम और सुभद्रा देवी के दर्शन दक्षिण दिशा को आते हुए करते हैं वे मोक्ष को प्राप्त होते हैं। रथयात्रा एक ऐसा पर्व है जिसमें भगवान जगन्नाथ चलकर जनता के बीच आते हैं और उनके सुख -दुख में सहभागी होते हैं। सब मनिसा मोर परजा (सब मनुष्य मेरी प्रजा है), ये उनके उद्गार है। भगवान जगन्नाथ तो पुरुषोत्तम हैं। उनमें श्रीराम, श्रीकृष्ण, बुद्ध, महायान का शून्य और अद्वैत का ब्रह्म समाहित है। उनके अनेक नाम है, वे पतित पावन हैं। जगन्नाथ का रथ 'गरुड़ध्वज' अथवा 'कपिलध्वज' कहलाता है। बलराम का रथ तालध्वज तथा सुभद्रा का रथ पद्म ध्वज कहलाता है। श्री जगन्नाथ के प्रसाद को महाप्रसाद माना जाता है जबकि अन्य तीर्थों के प्रसाद को सामान्यतः प्रसाद ही कहा जाता है। श्री जगन्नाथ के प्रसाद को महाप्रसाद का स्वरूप महाप्रभु वल्लभाचार्य के द्वारा मिला। कहते हैं कि महाप्रभु वल्लभाचार्य की निष्ठा की परीक्षा लेने के लिए उनके एकादशी व्रत के दिन पुरी पहुंचने पर मंदिर में ही किसी ने प्रसाद दे दिया। महाप्रभु ने प्रसाद हाथ में लेकर स्तवन करते हुए दिन के बाद रात्रि भी बिता दी। अगले दिन द्वादशी को स्तवन की समाप्ति पर उस प्रसाद को ग्रहण किया और उस प्रसाद को महाप्रसाद का गौरव प्राप्त हुआ।रथयात्रा माता सुभद्रा के द्वारिका भ्रमण की इच्छा पूर्ण करने के उद्देश्य से श्री कृष्ण व बलराम ने अलग रथों में बैठकर करवाई थी। माता सुभद्रा की नगर भ्रमण की स्मृति में यह रथयात्रा पुरी में हर वर्ष होती है। देव स्नान पूर्णिमा को 'स्नान यात्रा' या सहस्त्रधारा स्नान के रूप में जाना जाता है। जगन्नाथ रथ यात्रा से पूर्व ज्येष्ठ माह की पूर्णिमा तिथि को भगवान जगन्नाथ की स्नान यात्रा निकली जाती है। पुरी में जगन्नाथ रथ यात्रा से पूर्व देव स्नान पूर्णिमा एक महत्वपूर्ण अनुष्ठान है। इस अनुष्ठान के दौरान भगवान जगन्नाथ, देवी सुभद्रा और भगवान बलभद्र की पूरी भक्ति और समर्पण के साथ पूजा की जाती है। यह समारोह पूरी भव्यता के साथ पारंपरिक तरीके से मनाया जाता है और यह भगवान जगन्नाथ मंदिर के सबसे प्रत्याशित अनुष्ठानों में से एक है। कुछ लोग इस त्योहार को भगवान जगन्नाथ के जन्मदिन के रूप में भी मनाते हैं। देश के अलग-अलग हिस्सों से श्रद्धालु यहां आते हैं और इस अनोखे आयोजन के साक्षी बनते हैं।

इस दिन भगवान जगन्नाथ अपने भाई बलभद्र और बहन सुभद्रा के साथ सहस्त्रधारा स्नान करने के उपरांत मंदिर के कपाट बंद कर दिए जाते हैं। 14 दिन तक भगवान के दर्शन नहीं किये जा सकते । इस दौरान जगन्नाथ मंदिर के कपाट भी बंद रहेंगे। 15वें दिन मंदिर के कपाट खोले जा जाते हैं और फिर जगन्नाथ रथ यात्रा का प्रारंभ होता है। ज्येष्ठ माह की पूर्णिमा तिथि पर भगवान जगन्नाथ, देवी सुभद्रा और बड़े भाई बलभद्र को गर्भगृह से स्नान मंडप तक लाया जाता है। देवताओं को स्नान कराने के लिए इस्तेमाल किया जाने वाला जल जगन्नाथ मंदिर के अंदर मौजूद कुएं से लिया जाता है। स्नान समारोह से पहले, पुजारियों द्वारा कुछ पूजा और अनुष्ठान किए जाते हैं। जगन्नाथ मंदिर के तीन मुख्य देवताओं को स्नान कराने के लिए सुगंधित जल के कुल 108 घड़ों का उपयोग किया जाता है। सुगंधित फूल, चंदन, केसर,कस्तूरी को स्नान जल में मिलाया जाता है। स्नान की रस्म पूरी होने के बाद भगवान को 'सादा भेष' पहनाया जाता है। दोपहर में,भगवान जगन्नाथ, देवी सुभद्रा और भगवान बलभद्र की मूर्तियों को फिर से 'हाथी वेश' यानी भगवान गणेश के रूप में तैयार किया जाता है। मान्यता है कि पूर्णिमा स्नान में ज्यादा नहाने के कारण भगवान बीमार हो जाते हैं, इसलिए उनका उपचार किया जाता है। इस दौरान उन्हें कई औषधियां दी जाती है। इतना ही नहीं बीमारी में भगवान को सादे भोजन का ही भोग लगाया जाता है। मान्यता है कि भगवान का स्वास्थ्य खराब होने की वजह से ही 15 दिन भक्तों के लिए दर्शन बंद कर दिए जाते हैं। इतने दिन वे अनासरा घर में रहते हैं। आषाढ़ कृष्ण दशमी तिथि को मंदिर में चका बीजे नीति रस्म होती है जो भगवान जगन्नाथ के सेहत में सुधार का प्रतीक है। आषाढ़ शुक्ल प्रतिपदा तिथि को भगवान जगन्नाथ,बलभद्र और सुभद्रा पूर्ण रूप से स्वस्थ हो जाते हैं और उस दिन मन्दिर के कपाट खोले जाते हैं और भगवान दर्शन देते हैं । उस दिन मंदिर में नेत्र उत्सव होता है। नेत्र उत्सव को नबाजौबन दर्शन भी कहा जाता है। आषाढ़ शुक्ल द्वितीया तिथि को जगन्नाथ रथ यात्रा शुरू होती है।भगवान जगन्नाथ,भाई बलभद्र और बहन सुभद्रा अपने रथों पर सवार होकर अपनी मौसी के घर गुंडीचा मंदिर जाते हैं। अतः इस प्रकार पुरी में जगन्नाथ रथ यात्रा का मंगलमय दर्शन किया जाता है।

कुमुद
सहायक प्रवक्ता(हिंदी विभाग)

अनुपमा यात्रा
स्वामित्व, मुद्रक एंव प्रकाशक आदर्श महिला महाविद्यालय भिवानी द्वारा हरियाणा की आवाज प्रिंटर्स, भिवानी से मुद्रित करवाकर आदर्श महिला महाविद्यालय, हांसी गेट भिवानी-127021 से प्रकाशित किया जाता है। **प्रबंध सम्पादक:** डॉ. अलका मित्तल
मोबाईल नम्बर: 9306940790 **नोट:** सभी विवादों का न्यायक्षेत्र भिवानी न्यायालय होगा **Gmail:** anupama.express@ammb.ac.in