आदर्श महिला महाविद्यालय,भिवानी की मासिक पत्रिका

अनुपमा यात्रा

वर्षः 01/ संस्करणः 10/ पृष्ठः 08/ मूल्यः 5 रूपये | भिवानी, गुरूवार 10 अक्टूबर 2024 | anupama.express@ammb.ac.in

आदर्श महिला महाविद्यालय में आयोजित निशुल्क चिकित्सा जांच शिविर में लगभग 500 छात्राओं ने करवाया पंजीकरण

आदर्श महिला महाविद्यालय में यूथ रेडक्रॉस द्वारा मल्टीस्पेशलिटी स्वास्थ्य जांच चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया। जिसमें भिवानी के विभिन्न प्रसिद्ध अस्पतालों से चिकित्सकों ने निशुल्क सेवा देकर महाविद्यालय की छात्राओं की स्वास्थ्य जांच की। इसमें मुख्यतः डॉ. चंचल धीर स्त्री रोग विशेषज्ञ, डॉ. वंदना पुनिया स्त्री रोग विशेषज्ञ, डॉ. परीक्षित धीर नेत्र रोग विशेषज्ञ, डॉ. साक्षी सिंगला त्वचा रोग विशेषज्ञ, डॉ. एल्बी गुप्ता चिकित्सक, डॉ. हिमांशु अंचल विशेषज्ञ एवं डॉ. अनीता अंचल दंत चिकित्सक, डॉ. साहिल मेहता अस्थि रोग विशेषज्ञ, डॉ. शेफाली रखेजा आयुर्वेद एवं त्वचा रोग विशेषज्ञ ने अपनी सेवाएं दी। चिकित्सक जांच शिविर का आयोजन महाविद्यालय प्राचार्या डॉ. अलका मित्तल के दिशा निर्देशन में यूथ रेडक्रॉस प्रकोष्ठ संयोजिका डॉ. अपर्णा बत्रा

द्वारा किया गया।

इस दौरान चिकित्सकों द्वारा छात्राओं को हाइजीन व अन्य बीमारियों से सावधानी के बारे में विस्तृत रूप से बताया गया। इस शिविर में केवल छात्राओं ने ही नहीं अपितु शिक्षक एवं गैर शिक्षक वर्ग ने भी अपनी स्वास्थ्य जांच करवाई। गौरतलब है लगभग 500 छात्राओं ने विभिन्न बीमारियों का ईलाज करवाने के लिए अपना पंजीकरण करवाया। चिकित्सकों ने स्वास्थ्य चेकअप कैंप में अपने अपने औजारों व टीम के साथ आकर इस कैंप को सफल बनाया। महाविद्यालय प्राचार्या डॉ. अलका मित्तल ने कहा कि जीवन में सफल होने के लिए शारीरिक एवं मानसिक तौर पर पूर्ण रूप से स्वस्थ होना अत्यंत आवश्यक हैं। आज के आधुनिक युग में युवाओं में उचित खानपान न होने की वजह से उनके अंदर अनेको

प्रकार की विकृतियां पाई जा रही हैं। महाविद्यालय में निशुल्क जांच शिविर लगाने का उद्देश्य छात्राओं को उनके स्वस्थ के प्रति जागरूक करना हैं। शिविर संयोजिका डॉ. अपर्णा बत्रा ने सभी चिकित्सकों का धन्यवाद किया और बताया कि शिविर में छात्राएं अपने स्वास्थ्य को लेकर पूर्ण रूप से जागरूक है। आयुर्वेद में छात्राओं का रूझान अत्याधिक रहा। छात्राओं का पारम्परिक चिकित्सा पद्वति पर विश्वास बढ़ रहा हैं। जिसके मद्देनजर महाविद्यालय में भी छात्राओं ने आयुर्वेद चिकित्सक पर अत्याधिक पंजीकरण करवाया। इस अवसर पर मंच संचालन डॉ. निशा शर्मा द्वारा किया गया। कार्यक्रम में सह-संयोजिका टीम में संगीता मनरो, डॉ. रिंकू अग्रवाल, नेहा गुप्ता, लवीशा, सुमित्रा प्राध्यापिकाओं ने अपनी सेवाएं दी।

हिन्दी भाषा सामजिक एवं राष्ट्रीय एकता को सुदृढ बनाती हैंः अशोक बुवानीवाला

हिंदी की महत्वपूर्ण भूमिका केवल साहित्यिक या सांस्कृतिक संदर्भ में ही नहीं है, बल्कि यह हमारी सामाजिक और राष्ट्रीय एकता को भी सुदृढ़ करती है ये बात आज आदर्श महिला महाविद्यालय के महासचिव अशोक बुवानीवाला ने हिंदी दिवस के उपलक्ष्य पर आयोजित समारोह में बतौर मुख्य अतिथि कही। उन्होंने कहा कि भारत जैसे विविधताओं से भरे देश में, हिंदी एक ऐसा साझा माध्यम है जो विभिन्न भाषाओं और संस्कृतियों के बीच समझ और संवाद का पुल तैयार करता है।

बुवानीवाला ने हिन्दी दिवस की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि हिंदी दिवस हमें इस बात की याद दिलाता है कि हमें अपनी भाषा की पहचान बनाए रखनी चाहिए और इससे न केवल अपने घरों में, बल्कि समाज के हर क्षेत्र में प्रोत्साहित करना चाहिए। हमें छात्राओं को हिंदी की महत्ता समझानी चाहिए और उन्हें इसके प्रति प्यार और सम्मान सिखाना चाहिए।

कविता पाठ में रवीना व स्लोगन लेखन में केनु रही प्रथम

कविता पाठ में प्रथम स्थान रवीना, द्वितीय स्थान संगीता शर्मा, तृतीय स्थान टिवंकल और सांत्वना पुरस्कार रूचिका को दिया। स्लोगन लेखन में प्रथम स्थान केनु द्वितीय स्थान प्रिया तृतीय स्थान नैंसी व सांत्वना पुरस्कार विनय को दिया। द्वारा हिन्दी दिवस के अवसर पर स्लोगन लेखन एवं कविता पाठ प्रतियोगिता करवाई गई जिसमें लगभग 50 छात्राओं ने हिन्दी भाषा को सम्मान देते हुए अपनी प्रस्तुति दी।

कार्यक्रम की अध्यक्षता महाविद्यालय प्रबधंक समिति सदस्य विजय किशन धारेडू वाले ने की और कहा कि भारत विभिन्नताओं का देश हैं। यहा पग-पग पर विभिन्ताएं देखने को मिलती हैं केवल हिन्दी भाषा ही विभिन्ताओ को एकता के सूत्र में पिरोने का कार्य कर रही हैं।

इस अवसर पर प्राचार्या डॉ. अलका मित्तल ने कहा कि हिन्दी आत्मीयता की भाषा हैं। आज भारत के अलावा 200 अन्य विश्वविद्यालयों में हिन्दी भाषा पढाई जाती है, जो हमारे लिए अत्यन्त गौरव का विषय हैं महाविद्यालय में हिन्दी विभाग कार्यक्रम संयोजक हिन्दी विभागाध्यक्ष डॉ. रमाकांत शर्मा व हिन्दी विभाग से डॉ ममता चौधरी, कविता भारद्वाज, कविता नंदा व अन्य प्राध्यापक गण समारोह में उपस्थित रहे।

छात्राओं को नशीली दवाओं के प्रति किया जागरूक

महाविद्यालय में उच्च शिक्षा विभाग व हरियाणा सरकार द्वारा चलाए गए अभियान के अंतर्गत एंटी टोबैको सेल और एन.एस.एस सेल के संयुक्त तत्वाधान में नशीली दवाओं के दुरुपयोग पर एक जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य छात्राओं को नशीली दवाओं के दुरुपयोग के खतरों, व्यक्तियों और समाज पर इसके प्रभाव और एक स्वस्थ जीवन शैली जीने के महत्व के बारे में शिक्षित और संवेदनशील बनाना था। कार्यक्रम का आयोजन प्राचार्या डॉ अलका मित्तल के सानिध्य में किया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत महाविद्यालय परिसर में ही निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया ढ्ढ प्रतियोगिता में 130 स्वयंसेविकाओं ने सक्रिय रूप से भाग लिया । प्रतियोगिता का विषय समाज पर नशीली दवाओं के दुरुपयोग का प्रभाव रहा। निबंध लेखन के उपरांत पोस्टर मेकिंग स्लोगन लेखन, रैली एवं शपथ समारोह का आयोजन किया गया। स्लोगन लेखन एवं पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता के विषय हमें भोजन चाहिए, तंबाकू नहीं, तंबाकू को ना कहें रहा । जिसमें महाविद्यालय की छात्राओं ने पूर्ण जोश के साथ भागीदारी स्थापित की। स्लोगन लेखन एवं पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता के बाद शपथ समारोह में छात्राओं ने शपथ लेते हुए धूम्रपान न करने का संकल्प लिया । शपथ समारोह के बाद रैली निकाली गई।

मुख्य वक्ता लोकेश (स्टैंड विथ नेचर) अध्यक्ष ने कहा कि छात्राओं को हर प्रकार के नशे से दूर रहने का संकल्प लेना चाहिए। नशा एक सामाजिक कुरीति है, जो जीवन को बर्बाद कर देता है। कार्यक्रम के अंत में सर्वश्रेष्ठ 4 स्लोगन लेखन, और पोस्टर को योग्यता प्रमाण पत्र से सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का आयोजन एन. एस. एस की दोनों इकाइयों की अधिकारीगणों डॉ. निशा शर्मा, डॉ. नूतन शर्मा , डॉ. दीपू सैनी एन.एस.एस सेल के सदस्यों डॉ. सुनंदा, डॉ. निधि और डॉ. रितिका के द्वारा किया गया ।

तीन दिवसीय एन.एस.एस शिविर का आयोजन

आदर्श महिला महाविद्यालय की एन.एस. एस इकाइयों द्वारा 24 सितंबर, 30 सितंबर, और 1 अक्टूबर को एक सफल तीन दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया, जिसका उद्देश्य छात्राओं को स्वस्थ जीवनशैली, स्वच्छता, नशा मुक्ति और समाज सेवा के महत्व के प्रति जागरूक करना था। शिविर का आयोजन महाविद्यालय प्राचार्या डॉ. अलका मित्तल के कुशल निर्देशन में किया गया। इस अवसर पर उन्होनें कहा कि राष्ट्रीय स्वयं सेवक शिविर के माध्यम से हमेशा समाज में विभिन्न कुरीतियों के विरूद्ध आवाज उठाने का कार्य करते हैं ।यह सामुदायिक सेवा के जरिए सामाजिक जागरूकता

बढ़ाते हैं। समाज सेवा की भावना का विकास करते हैं और व्यवहारिक कौशल को बढ़ाते हैं। उन्होनें यह भी बताया कि शिविर के पहले दिन नशीली दवाओं के दुरुपयोग पर जागरूकता फैलाने पर जोर दिया गया। इस दिन छात्राओं ने समाज पर नशीली दवाओं के दुरुपयोग का प्रभाव विषय पर निबंध प्रस्तुत किए। इसके साथ ही, स्लोगन लेखन और पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिताएं भी आयोजित की गईं, जिसमें हमें भोजन चाहिए, तंबाकू नहीं और 'तंबाकू को ना कहें' जैसे नारों के साथ छात्राओं ने अपनी रचनात्मकता का परिचय दिया।

शिविर के दूसरे दिन स्वास्थ्य और स्वच्छता पर आधारित गतिविधियों का आयोजन किया गया, जिसके अन्तर्गत कुकिंग विद्ाउट फायर प्रतियोगिता में छात्राओं ने मोटे अनाज का प्रयोग करते हुए पौष्टिक व्यंजन बनाए। इस अवसर पर दीया सजावट कार्यशाला का भी आयोजन किया गया। शिविर के तीसरे दिन छात्राओं ने महाविद्यालय परिसर में साफ-सफाई कर स्वच्छता का संदेश दिया।

छात्राओं ने महात्मा गांधी के सिद्धांतों पर आधारित नुक्कड़ नाटक प्रस्तुत किया। अंत में छात्राओं ने डॉ. सुनंदा द्वारा कढ़ाई के गुर सीखे।

डेटा की दुनिया में भी बराबर हक नहीं

ऑनलाइन मीडिया पर जेंडर वॉर चल रही है। ग्लोबल ऑनलाइन कम्युनिटी में ऐसे पुरुषों की कमी नहीं, जिनका मानना है कि वे शोषित हैं। 21वीं सदी के तीसरे दशक में भी ये लोग मानते हैं कि बच्चे पालना और खाना पकाना औरतों का काम है, भले ही वे औरतें उनकी तरह कामकाजी हों। ये वही पुरुष है, जो यह भी मानते हैं कि औरतों में नेतृत्व क्षमता नहीं होती। उन्हें अगर वर्कप्लेस पर सराहा जाता है या प्रोमोशन मिलता है तो उसकी वजह उनका बेहतर ।ससप्ंहम पेशेवर होना नहीं है, उन्हें दूसरे कारणों से ऐसे रिवॉर्ड मिलते हैं। ऐसी सोच किस तरह से राजनीति पर असर डाल रही है, इसे जर्मनी, हंगरी, पोलैंड, फ्रांस और अमेरिका जैसे देशों में दक्षिणपंथी विचारधारा में बढ़ रहे पुरुषों के रुझान के रूप में भी देखा जा सकता है।

फेमिनिज्म के जरिये इस सोच से दुनिया में लंबी लड़ाई चलती आई है। फेमिनिज्म इस बुनियादी सोच पर आधारित है कि पुरुष और महिलाएं सभी अहम मामलों में बराबर हैं। इस बुनियादी बात को समझाने की कोशिश काफी वक्त से हो रही है, फिर भी आपको समाज में ऐसे पुरुष मिल जाएंगे जो शारीरिक बनावट या कुछ शारीरिक श्रम वाले कामों का हवाला देते हुए इसका विरोध करते हैं। ऐसे लोग कहते हैं कि महिलाएं अच्छी मेकेनिक नहीं हो सकतीं।

ऑयल रिग में पुरुष ही काम कर सकते हैं और करते हैं। वे यह भी कहते हैं कि कंस्ट्रक्शन वर्कर्स पुरुष ही होते हैं। उनके मुताबिक, अहम इनोवेशन करने वालों में पुरुष ही हैं, लेकिन ये लोग बड़ी चालाकी से साइंस की दुनिया में महिलाओं के योगदान पर परदा डालने की कोशिश करते हैं। ऐसे लोग भूल जाते हैं कि आज जो समृद्ध दुनिया दिख रही है, इसमें दोनों ही जेंडर के लोगों ने बड़ी भूमिका निभाई है। वे एक दूसरे के पूरक रहे हैं। अफसोस की बात यह है कि इन सबके बावजूद आज भी औरतों को अपने हक के लिए घर-बाहर संघर्ष करना पड़ रहा है। फेमिनिज्म से जुड़े लोगों ने इस बराबरी की बात को एक्टिविज्म, राजनीति, आर्थिक और यहां तक कि कला के जरिये व्यापक तौर पर पहुंचाने की कोशिश की है, लेकिन आज भी समाज के जो है, उन्हें देखते हुए लगता है कि यह लड़ाई और लंबी चलने वाली है।

Invisible Women: E&posing Data Bias in a World Designed for men नाम की किताब आई, जिसने इस बहस को लेकर एक अलग ही पहलू सामने रखा। कैरोलाइन पेरेज ब्रिटिश लेखक है, जिन्होंने अपनी किताब के जरिये श्जेंडर डेटा गैपश् की ओर ध्यान दिलाया। इस किताब में कैरोलाइन विषय को समझाने के लिए हेल्थकेयर, फैमिली लाइफ और मीडिया से जुड़ीं मिसालें देती हैं। वह लिखती हैं कि कारें, फोन, कपड़े, दवाएं और परिवहन व्यवस्था को पुरुषों के बारे में मिले डेटा के आधार पर तैयार किया जाता है, लेकिन महिलाओं के लिए इसके अंजाम खतरनाक होते हैं। कैरोलाइन किताब में बताती हैं कि ब्रिटेन में जब महिलाओं को हार्ट अटैक आता है तो पुरुषों की तुलना में उनकी बीमारी के बारे में अस्पताल से गलती होने की आशंका 50 प्रतिशत अधिक होती है। यानी अस्पताल या डॉक्टर उनके मर्ज के बारे में सही-सही पता नहीं लगा पाते। वहीं, कार हादसों में पुरुषों के मुकाबले औरतों की मृत्यु होने की आशंका 17 प्रतिशत ज्यादा होती है। जेंडर डेटा गैप की समस्या इतनी बड़ी है कि इससे आधुनिक तकनीक तक प्रभावित हैं। कैरोलाइन पेरेज बताती है कि आर्टिफिशल इंटेलिजेंस जैसी बेहद आधुनिक तकनीक में महिलाओं को लेकर पूर्वाग्रह है। वह लिखती हैं कि जिस तरह से डेटा मशीनों को ट्रेंड किया गया है, उसी वजह से ऐसी गलतियां होती है।

Aisha Khan: A Visionary Entrepreneur Transforming Sustainable Fashion

In the dynamic world of fashion, where trends often overshadow the impact on the environment, Aisha Khan has emerged as a trailblazing entrepreneur, bringing sustainability to the forefront. In 2023, she founded her eco-conscious fashion brand, setting new standards in the industry by merging style with environmental responsibility. Aisha's journey from idea to execution showcases the power of innovation, perseverance, and a passion for making a positive impact.

The Inspiration Behind the Brand

Aisha Khan's journey began with a simple yet profound observation: the growing waste and environmental damage caused by the fashion industry. The fashion sector is one of the largest polluters in the world, with millions of tons of textiles ending up in landfills every year. Realizing the need for change, Aisha was determined to build a brand that would not only offer stylish, high-quality products but also be environmentally friendly.

Inspired by her personal experiences and driven by her love for nature, Aisha embarked on a mission to create a fashion brand that promoted sustainability at its core. Her goal was to offer consumers fashion-forward choices without compromising the environment.

Founding the Brand in 2023

In early 2023, Aisha Khan launched her brand with a focus on biodegradable fabrics, eco-friendly dyes, and ethical manufacturing. What set her brand apart was its transparency—every aspect of production, from sourcing to packaging, was designed to minimize the environmental footprint. Aisha worked tirelessly to partner with manufacturers who shared her vision and ensured fair wages and working conditions.

Her initial collection featured clothing made from organic cotton, hemp, and bamboo fibers, which are not only biodegradable but also require less water and chemicals to produce. This sustainable approach resonated with environmentally conscious consumers who were seeking alternatives to fast fashion.

Overcoming Challenges

Like any entrepreneur, Aisha faced her share of challenges. The fashion industry is highly competitive, and breaking into it with a sustainable focus required a strategic approach. One of her biggest challenges was raising the necessary capital to fund her startup. Despite the rising demand for sustainable products, investors were hesitant to back a new, eco-focused brand.

However, Aisha's unwavering belief in her vision helped her overcome these hurdles. She secured initial funding through a mix of personal savings, crowdfunding, and small business loans. Her dedication and clear value proposition—combining sustainability with fashion—eventually attracted impact investors who believed in her mission.

Another challenge Aisha encountered was consumer education. Many shoppers were unaware of the environmental damage caused by their fashion choices. Aisha took it upon herself to educate her audience through social media campaigns, blogs, and collaborations with eco-conscious influencers. Her efforts paid off as more and more customers began to recognize the importance of supporting sustainable fashion.

Success Through Innovation

Aisha Khan's success can be attributed to her innovative approach to business. From day one, she embraced technology to streamline her operations and create a seamless customer experience. Her e-commerce platform used AI-powered recommendations to help customers find the perfect fit and style, while her blockchain-backed supply chain ensured transparency at every stage of production.

Her brand's unique selling point—offering fashion that looks good, feels good, and does good—quickly caught the attention of environmentally conscious consumers. By the end of 2023, Aisha's brand had grown beyond expectations, with loyal customers not just in India, where the brand was founded, but across international markets.

Aisha also introduced a "take-back" program, where customers could return their old clothes for recycling, further reducing waste. This initiative, along with her brand's zero-waste packaging, helped build a strong, eco-friendly reputation that resonated with her target audience.

Empowering Women in Business

In addition to her focus on sustainability, Aisha Khan has been a vocal advocate for women in business. As a female entrepreneur, she understands the unique challenges women face in the corporate world and has made it a point to support and mentor other women looking to start their own businesses. Her company's workforce is predominantly female, and she provides flexible working conditions to empower working mothers.

Aisha's leadership style is characterized by empathy and collaboration. She believes that businesses can thrive when they create a supportive and inclusive environment for employees, allowing them to grow both personally and professionally.

A Vision for the Future

Aisha Khan's entrepreneurial journey is far from over. As her brand continues to grow, she remains focused on expanding her product line, exploring new sustainable materials, and further reducing the environmental impact of her operations. Her vision is to create a world where fashion and sustainability go hand in hand, and she is committed to leading that change.

Aisha also plans to launch initiatives to raise awareness about sustainable fashion, collaborate with educational institutions, and inspire the next generation of entrepreneurs to think about their businesses' environmental and social impact.

Conclusion

Aisha Khan is more than just a fashion entrepreneur; she is a visionary who is redefining what it means to be successful in the modern world. By placing sustainability at the heart of her brand, she has created a business that not only satisfies the fashion needs of today but also ensures a better tomorrow for future generations. Her journey serves as an inspiration for aspiring entrepreneurs, proving that with determination, innovation, and a clear vision, one can truly make a difference.

सरनेम की कहानी

पिछले हफ्ते जापान में सत्तारूढ़ लिबरल डेमोक्रेटिक पार्टी ने शिगेरू इशिबा को अपना नया नेता चुना। वह देश के अगले प्रधानमंत्री होंगे। उनकी निकटतम प्रतिद्वंद्वी रहीं साने ताकाइची। 67 साल के इशिबा और 63 साल की ताकाइची के बीच कांटे की टक्कर वाले इस चुनावी मुकाबले को जिन कुछेक बातों ने दिलचस्प बनाया उनमें प्रमुख थी शादी के बाद सरनेम बदलने से जुड़ी बहस। जापान में सदियों पुराना एक कानून आज भी लागू है, जिसके मुताबिक शादी के बाद कपल अपना अलग-अलग सरनेम नहीं रख सकते। लिहाजा 95 प्रतिशत मामलों में महिलाओं को अपना सरनेम बदलना पड़ता है। इस कानून को लेकर वहां दशकों से बहस चल रही है। दिलचस्प बात यह है कि पुरुष होने के बावजूद जहां इशिबा इस कानून को समाप्त करने के पक्ष में है, वहीं महिला होते हुए भी ताकाइची इसमें फेरबदल के खिलाफ। तो इशिबा की जीत इस मायने में भी अहम है कि अब जापानी महिलाओं को मेइजी युग (1868-1912) से चले आ रहे इस कानून से मुक्ति मिलने की संभावना बढ़ गई है। शादी के बाद सरनेम बदलने का कानून रखने वाला जापान भले ही दुनिया का इकलौता देश हो, यह चलन भारतीय समाज में भी है। इसके जरिए महिलाओं को उनकी अपनी वैयक्तिक, सार्वजनिक पहचान से वंचित कर दिया जाता है। पब्लिक स्पेस से महिलाओं को अदृश्य करने और इस तरह उन्हें सेकंड क्लास सिटीजन की हैसियत में डाल देने वाला यह चलन अगर आज भी बदस्तूर चला आ रहा है तो उसके पीछे परिवार और समाज की ओर से आने वाला भावनात्मक दबाव तो है ही, कानून की शक्तियां भी है। भले ही भारत में सरनेम बदलना अनिवार्य करने वाला कोई कानून न हो, पासपोर्ट बनवाने से लेकर बैंक अकाउंट खोलने और बच्चों का स्कूल में दाखिला करवाने तक हर कदम पर पत्नी के अलग सरनेम को एक बाधा के रूप में देखा जाता है।

खाना पकाने में स्वच्छता का महत्व और इसे कैसे बनाए रखें

रसोई घर का एक अहम स्थान होता है। यह ऐसा स्थान होता है जहां परिवार के लिए भोजन तैयार किया जाता है और साथ ही कच्चे और पके हुए भोजन को भंडारित किया जाता है (फ्रिज, कबर्ड, धोया जाता (सिंक) है और फेंका जाता है (बिंस)। इन्हीं कार्यों के कारण रसोई घर में कीटाणुओं और जीवाणुओं की सबसे अधिक संख्या पनपती है। भोजन जनित बीमारियों से बचने के लिए रसोई की स्वच्छता बनाए रखना महत्वपूर्ण है । अपने हाथों को साफ रखना ही पर्याप्त नहीं है। अपने प्रियजनों को ताजा और स्वस्थ भोजन परोसने के लिए आपको कई अन्य कारकों को ध्यान में रखना चाहिए। यहां तक कि रसोई में इस्तेमाल होने वाले कपड़े या चम्मच भी कीटाणुओं का भंडार होते हैं। इन कारकों को ध्यान में रखते हुए, हमने आपके रसोई घर में स्वच्छता बनाए रखने में आपकी मदद करने के लिए कुछ आसान तरीके सूचीबद्ध किए हैं।

सब्जियों और फलों को अच्छी तरह से धोएँ

जैसा कि पहले उल्लेख किया गया है, यह सुनिश्चित करने का सबसे अच्छा तरीका है कि आपके फल, सब्जियां और यहां तक कि मांसाहारी पदार्थ साफ रहें, सब्जी और फल कीटाणुनाशक का उपयोग करें । इन कच्चे खाद्य पदार्थों पर कई हानिकारक सूक्ष्म जीव मौजूद होते हैं जो नग्न आंखों के लिए अदृश्य होते हैं और कई स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन सकते हैं। इसलिए, इन वस्तुओं को काटने की मेज पर लाने से पहले ही उन्हें सब्जी और फल कीटाणुनाशक से ठीक से साफ कर लें। एक ओजोन तकनीक सब्जी और फल कीटाणुनाशक सबसे अच्छा काम करता है क्योंकि यह सब्जियों, फलों और मांस की सतह पर मौजूद बैक्टीरिया, वायरस, कवक और अन्य रोगजनकों को प्रभावी रूप से मारता है।

रसोई के कपड़ों को नियमित रूप से साफ करें

रसोई के कपड़ा आपके काम को आसान बनाने के लिए बहुत जरूरी हैं। हालाँकि, गीले या चिकने रसोई के कपड़े कीटाणुओं और जीवाणुओं का भंडार होते हैं। जब आप गंदे कपड़े से रसोई की सतह को साफ करते हैं, तो आप अनजाने में रसोई की सतह पर बैक्टीरिया और अन्य कीटाणु फैला देते हैं। जब आप खाना बनाते समय रसोई की सतह पर इन्हें रखते हैं तो ये कीटाणु आसानी से खाद्य पदार्थों में स्थानांतरित हो जाते हैं। नतीजतन, यदि आप उन्हें ठीक से साफ नहीं करते हैं, तो आप संभावित रूप से खुद को हानिकारक कीटाणुओं के संपर्क में ला रहे हैं । सुनिश्चित करें कि आप समय-समय पर उस कपड़े को साफ करते रहें जिसका उपयोग आप रसोई के काउंटर और बर्तनों को पोंछने के लिए करते हैं। स्क्रबर, मिटन, एप्रन और काउंटर वाइप्स सहित सभी रसोई के कपड़ों को नियमित रूप से धोएँ।

चॉपिंग बोर्ड को अलग करें

रसोई का एक और उपकरण जो कीटाणुओं का संभावित भंडार हो सकता है, वह है चॉपिंग बोर्ड। हम सब्जियों, फलों और मांस को काटने के लिए चॉपिंग बोर्ड का इस्तेमाल करते हैं । इसका कारण यह है कि फल और कुछ सब्जियाँ, खास तौर पर सलाद में इस्तेमाल की जाने वाली सब्जियाँ कच्ची ही खाई जाती हैं। आपको बिना पके भोजन में पाए जाने वाले हानिकारक बैक्टीरिया के संपर्क में ला सकता है। हालांकि, इन बैक्टीरिया के संपर्क में आने से गंभीर बीमारियां हो सकती हैं। काउंटर पर लाने से पहले अपने सभी फलों और सब्जियों को पूरी तरह से साफ करने का सबसे अच्छा तरीका उन्हें सब्जी और फलों कीटाणुनाशक मशीन से साफ करना है।

समय-समय पर रसोई की अलमारियाँ और रेफ्रिजरेटर साफ करें

रसोई की अलमारियाँ और रेफ्रिजरेटर को सप्ताह में एक बार साफ करें ताकि आप सड़े हुए खाद्य पदार्थों को फेंक सकें। फ्रिज में उचित वायु परिसंचरण सुनिश्चित करने के लिए, सुनिश्चित करें कि हमेशा पर्याप्त जगह उपलब्ध हो। इसे बेकार खाद्य पदार्थों से भरा नहीं होना चाहिए। सड़े हुए खाद्य पदार्थों को तुरंत फेंक दें, क्योंकि सड़े हुए उत्पाद रसोई की अलमारियों और रेफ्रिजरेटर के अंदर एक अप्रिय बदबू छोड़ सकते हैं।

खाना पकाने की प्रक्रिया शुरू करने से पहले हमेशा अपने हाथ धोना याद रखें और बर्तन धोते समय दस्ताने पहनें ताकि आपकी त्वचा बर्तनों पर मौजूद बैक्टीरिया के संपर्क में न आए। स्वस्थ जीवन के लिए शुभकामनाएँ!

एक बच्चे की दुनिया-माँ

खुद खाली पेट रहती है पर मुझे पेट भर के खिलाती है..
खुद भूखी रह जाती है पर भूखा न मुझे सुलाती है...
माँ हर किसी को नसीब नहीं होती है.
अरे... माँ की अहमियत उनसे पूछो जिनकी माँ नहीं होती है।

चेहरे के भाव को देखकर हर बात वो समझ जाती है..
पढ़ी-लिखी नहीं है पर न जाने कैसे मेरी हर धड़कन पढ़ जाती है..
माँ ही है जो हर बच्चे की जान होती है..
अरे...माँ की अहमियत उनसे पूछो जिनकी माँ नहीं होती है।

हर किसी को ममता मिले अपनी माँ से..
अपनी माँ से कोई ना बिछड़े यही दुआ है पायल की खुदा से..
माँ ही है जो हर बच्चे की चाह होती है..
अरे... माँ की अहमियत उनसे पूछो जिनकी माँ नहीं होती है।

जिंदगी में माँ से मिलकर ऐसा लगा जैसे खुदा का दीदार हो गया...
अरे माँ को बनाकर खुदा खुद बेरोजगार हो गया...
माँ के ही चरणों में जन्नत होती है.. अरे...माँ की अहमियत उनसे पूछो जिनकी माँ नहीं होती है।

पायल कौशिक, बी.ए. द्वितीय वर्ष

सिंघाड़े के आटे का चीला, व्रत के दौरान करें फलाहार

सिंघाड़ा आटे का चीला बनाने की सामग्री

सिंघाड़ा आटा - 1 कप
तेल/घी - 1 टेबल स्पून
हरी मिर्च कटी - 2
सेंधा नमक - 1/2 टीस्पून
हरा धनिया कटा - 1 टेबल स्पून
पानी

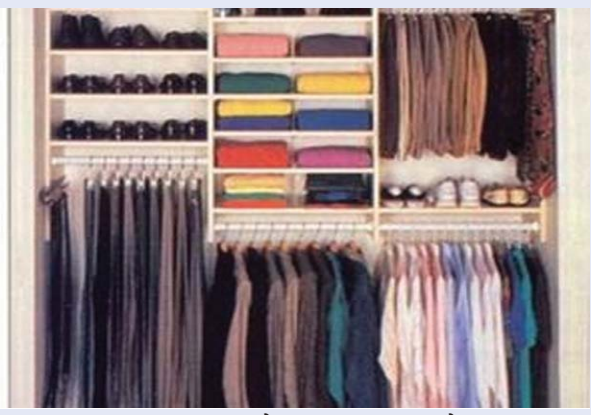
सिंघाड़ा आटा चीला बनाने की विधि

फलाहार के तौर पर इस्तेमाल होने वाले सिंघाड़े के आटे के चीले को बनाने के लिए सबसे पहले एक गहरे तले वाला बर्तन लें. उसमें सिंघाड़े के आटे को डाल दें. अब हरी मिर्च लें और उसे बारीक-बारीक काटकर सिंघाड़ा आटे में मिला दें. अब इसमें कटा हुआ हरा धनिया और सेंधा नमक डाल दें. इन सबको अच्छे से मिला दें. अब पानी लें और थोड़ा-थोड़ा पानी डालकर चीले का घोल तैयार करें. जिस तरह हम बेसन का चीला बनाते हुए घोल को तैयार करते हैं उसी तरह उपवास के लिए काम आने वाले चीले के आटे का घोल तैयार करें. यह न तो बहुत ज्यादा

पतला और न बहुत ज्यादा गाढ़ा होना चाहिए. सामग्री से चीले जैसा घोल तैयार करने के लिए औसतन 3 से 4 कप पानी लगता है. अब एक नॉन स्टिक तवा लें. उसे गैस पर गर्म करने के लिए रख दें. अब एक बड़ा चम्मच चीले का घोल तवे पर फैला दें. इसे बेसन के चीले की तरह ही गोल कर फैलाएं. जब चीला नीचे की तरफ से थोड़ा सिक जाए तो चीले के चारों और तेल/घी डालकर उसकी सिकाई करें. इस दौरान चीले के ऊपर भी तेल/घी लगाएं अब चीले को पलट दें. इसके बाद चीले की ऊपरी परत पर फिर तेल/घी लगाकर सिकाई करें. जब दोनों ओर से चीला अच्छी तरह से सिक जाए तो उसे एक प्लेट में उतार लें. इस तरह आपका उपवास का चीला तैयार हो चुका है. इसे आप दही या रायते के साथ खा सकते हैं।

वस्त्रों की सुरक्षा एवं उनके रख-रखाव के उपाय

वस्त्रों की सुरक्षा एवं उनका रख-रखाव मनुष्य की प्रमुख आवश्यकताओं में वस्त्र भी अपना स्थान रखते हैं। मनुष्य वस्त्र सदैव मौसम एवं अवसर के अनुसार ही पहनता है। गर्मी में सूती एवं रेशमी वस्त्रों का प्रयोग होता है तथा शीतकाल में ऊनी वस्त्रों का प्रयोग किया जाता है। मानवकृत (कृत्रिम) तन्तुओं से निर्मित वस्त्रों का प्रत्येक ऋतु में पहनने का प्रचलन हो गया है। इसीलिए ऐसे वस्त्रों को जो केवल एक विशेष ऋतुय जैसे-ऊनी व कीमती साड़ियाँय अथवा विशेष अवसरों पर ही प्रयोग किए जाते हैं, फफूदी एवं कीड़ों से सुरक्षा करनी चाहिए।



वस्त्रों की सुरक्षा के उपाय

- वस्त्रों को सीलनरहित स्थान (सन्दूक या अलमारी) में ही रखना चाहिए। डी0डी0टी0 पाउडर छिड़ककर व अखबार का कागज बिछाकर ही कपड़ों को रखना चाहिए अथवा ओडोनिल या ओडोर की एक टिकिया खोलकर सन्दूक अथवा अलमारी में रख देनी चाहिए।
- रखने से पहले देख लेना चाहिए कि वस्त्रों में नमी तो नहीं है।
- ऊनी वस्त्रों को सदैव धोकर ब्रश से साफ करके ही रखना चाहिए। कीमती वस्त्रों को ड्राइक्लीन करके ही रखना चाहिए। धूल-मिट्टी, गन्दगी की वजह से ही ऊनी वस्त्रों में कीड़ा लगता है।
- ऊनी वस्त्रों को यदि अखबार के कागज में लपेटकर रखा जाए, तो उनमें कीड़ा नहीं लगता। .
- ऊनी वस्त्रों के सन्दूक में नीम की सूखी पत्तियाँ या नेफ्थलीन की गोलियाँ अथवा ओडोनिल की टिकिया रखने पर कीड़ा कदापि नहीं लगता है। सन्दूक अथवा अलमारी में बरसाती हवा नहीं जानी । चाहिए।
- ऊनी वस्त्रों को वर्षा ऋतु के उपरान्त एक-दो बार अवश्य ही तेज धूप में 3-4 घण्टे के लिए सुखाना चाहिए।
- जरीदार, रेशमी एवं गोटे-सल्मे के वस्त्रों को अलग से मलमल के कपड़े में बन्द करके रखना चाहिए। इनमें नैफ्थलीन की गोलियाँ कदापि न रखें।
- वस्त्रों को यथासम्भव घर पर ही धोना चाहिए। इससे उनका जीवनकाल बढ़ जाता है।
- बनियान, अण्डरवियर आदि को प्रतिदिन धोना चाहिए।
- वस्त्रों को कभी भी बहुत ज्यादा गन्दा नहीं होने देना चाहिएय क्योंकि बहुत गन्दा होने पर एक वे बिल्कुल साफ नहीं होते हैं तथा धोने के लिए इन्हें काफी रगड़ना व मसलना पड़ता है, जिससे ये क्षीण हो जाते हैं।
- पैण्ट, कमीज, कुर्ता, साड़ी इत्यादि को यदि हैंगर पर टाँगकर सुखाएँ, तो उन पर प्रेस आसानी से हो जाती है।
- वस्त्रों की समय-समय पर आवश्यक मरम्मत करते रहना चाहिए। यदि कोई वस्त्र उधड़ गया हो या कट-फट गया हो, तो उसकी तुरन्त मरम्मत करनी चाहिए। वस्त्रों के बिगड़ी हुई जिप आदि को भी यथाशीघ्र ठीक कर लेना चाहिए।

वस्त्र की देखभाल को प्रभावित करने वाले कारक

कपड़ों का चयन, प्रयोग तथा देखभाल कई कारकों पर निर्भर करता है। उत्पाद के लिए कुछ विचारणीय महत्वपूर्ण कारक हैं-कपड़े में रेशे का अंश, धागे की संरचना, रंग अनुप्रयोग, कपड़े का अंतिम रूप आदि। प्रत्येक प्रकार के कपड़े की अपनी विशिष्ट विशेषताएँ होती हैं, इसलिए इनके लिए विशिष्ट देखभाल की आवश्यक होती है।

जिन रेशों से वस्त्र निर्मित होते हैं, वे उनकी देखभाल संबंधी आवश्यकताओं को प्रभावित करते हैं,

धागे की संरचना

धागे की संरचना (धागे की किस्म तथा मोड़ रखरखाव को प्रभावित कर सकती है। उदाहरणार्थ, अधिक मुड़े हुए धागे सिकुड़ जाएँगे अथवा नये तथा जटिल धागे उलझ या खुल सकते हैं। मिश्रित धागे होने का अर्थ है कि दोनों रेशों की देखभाल की जानी आवश्यक है। यदि सूत के साथ पोलिएस्टर को मिश्रित किया गया है तो आप अधिक गर्म जल का प्रयोग नहीं कर सकते क्योंकि वह सिकुड़ जाएगा तथापि उसमें अधिक सलवटें नहीं पड़ेंगी तथा इसलिए उसे इस्तरी करना आसान होगा।

वस्त्र निर्माण

वस्त्र निर्माण का रखरखाव के साथ घनिष्ठ संबंध है। सादा महीन बुने हुए वस्त्रों का रखरखाव करना सरल है। फैंसी बुनाइयाँ-साटिन, पाइल तथा लंबे फ्लोट वाले वस्त्र धुलाई के दौरान उलझ सकते हैं। बुने हुए वस्त्रों का आकार बिगड़ जाता है तथा उनकी पुनः ब्लॉकिंग (आकार देना किया जाना आवश्यक हो सकता है। शियर फैब्रिक, लेस तथा जालियों के साथ-साथ फेल्ट तथा बिना बुनाई वाले वस्त्रों के प्रति सावधानी बरतना आवश्यक है।

Departmental Programs: College's Unique Initiative

Bca Department organised an Extension lecture on the topic 'Artificial Intelligence ' on 9.9.24 The Keynote Speaker of the lecture was Ms.Akriti Gupta, the renowned expert and Co founder , Director at the Bump Crew . In this regard,the Scenario is the introduction of AI in education and the kind of implication it can reveal for school & college. The keynote speaker interacted with students and conducted various examples with the students to arouse their interest and make them feel confident. The students raised so many questions and the

Keynote Speaker cleared their doubts. In the event about 100 students attended the lecture. This Extension lecture was organised under the supervision of Principal Dr. Alka Mittal.All the teachers from Department of BCA were present in this Extension lecture

The Department of Psychology at CBLU organized a Poster Making Competition in observance of World Suicide Prevention Day. In the competition, Jyoti, a student from BA 2nd year, secured the first position, while Sneh from BA final year achieved the second position.

On 13th September 2024, the Botany Department, in collaboration with the Green Club, organized an extension lecture on the occasion of World Ozone Day. Dr. Reecha, Assistant Professor of Chemistry at AMMB, delivered the lecture, which was attentively listened to and well received by the students. The event was held under the guidance of the Principal Dr. Alka Mittal, Dr. Nisha Sharma

and Dr. Suman also addressing the gathering. Several staff members were present, adding to the prestige of the event.

The Department of Botany, in collaboration with the Department of Zoology, organized a PPT Competition under the guidance of Dr. Alka Mittal (Principal, AMMB). The topics for the presentations included “Ecological Impact on Fisheries,” “Evolution of Man,” “Genetic Engineering,” and “Plant Kingdom.” A total of 10 students participated in the competition.

The panel of judges for the event consisted of Dr. Nisha Sharma, Dr. Deepu Saini, and Dr. Himanshi Jain. The winners of the competition were:

- Sakshi (B.Sc. 3rd year) – 1st Position
- Nikita (B.Sc. 2nd year) – 2nd Position
- Suraj (B.Sc. 2nd year) – 3rd Position
- Divya (B.Sc. 3rd year) – Consolation Prize

Principal Dr. Alka Mittal shared insightful words of guidance with the students and awarded certificates to all the winners, encouraging them to continue their pursuit of knowledge and excellence. The competition was a great success, fostering academic engagement and creativity among the participants.

The Research and Development Cell of Adarsh Mahila Mahavidyalaya organized a Workshop to Promote Entrepreneurship and Startup Ideas (under the aegis of the Incubation Center) on 21st September 2024, under the guidance of Principal Dr. Alka Mittal and Dr. Nisha Sharma, Convener of the Research and Development Cell and Incubation Center.

The keynote speaker, Dr. Sunil Aggarwal, Assistant Professor in the Department of Industrial Waste Management at the Central University of Haryana (Mahendergarh), addressed key aspects such as access to workspace, mentoring, networking, opportunities, and technical resources. Both students and staff benefited greatly from the workshop, gaining fresh insights and startup ideas.

In the field of innovation and research, Dr. Sunil also motivated the staff, encouraging them to explore new ventures and contribute actively to entrepreneurial growth.

The Nature Interpretation Cell, in collaboration with the Water Conservation Cell, organized a Reel Making (Videography) Competition on September 24, 2024, under the able guidance of Principal Dr. Alka Mittal. The competition focused on two themes: "Nature: The Beauty of God" and "Conserve Water: Save Life".

A total of 18 students participated, creating visually captivating reels that creatively showcased the beauty of nature and emphasized the importance of water conservation. The winners of the competition were:

-Divya (BSc III) – 1st Position
-Garima (BSc III)– 2nd Position
-Uma (BSc III) – 3rd Position
-Muskan (BA I)– Consolation Prize

All the position holders were honored with certificates by Principal Dr. Alka Mittal. The event successfully highlighted both the wonders of nature and the critical need for water

The Department of Mathematics and Computer Science organized a PowerPoint Presentation Competition under the guidance of Principal Dr. Alka Mittal. The theme of the competition was "Role of Mathematics and Computer Science in Cyber Security". A total of 12 teams, each consisting of 2 students, participated in the event.

The winners of the competition were:

- Moksha Arora and Sangeeta Sharma – 1st Position
- Ayushi and Diksha – 2nd Position
- Anjali and Chetna – 3rd Position
- Nandini and Kusum – Consolation Prize

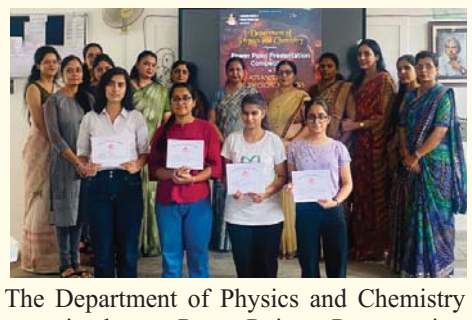
The Department of Chemistry organized an extension lecture on the topic 'IR & NMR Spectroscopy,' delivered by Dr. Sanchita, Assistant Professor at TIT&S Bhiwani. The lecture provided a comprehensive understanding of both Infrared (IR) and Nuclear Magnetic Resonance (NMR) spectroscopy, covering their fundamental principles and practical applications. Students were encouraged to apply the knowledge gained in their laboratory sessions and future research endeavors. Dr. Sanchita emphasized the importance of mastering these techniques for students aiming for careers in chemical research, pharmaceuticals, and material science.

The extension lecture, organized under the supervision of Principal Dr. Alka Mittal, was attended by 47 students and 7 teachers. The session was highly informative and inspired students to deepen their understanding of spectroscopy techniques.

The Department of Psychology organized an extension lecture on "Suicide Prevention Day", delivered by keynote speaker Dr. Suman, a Clinical Psychologist. The lecture aimed to raise awareness and provide valuable insights into maintaining good mental well-being. Dr. Suman shared practical strategies for managing stress and discussed the connection between physical and mental health, emphasizing a holistic approach to overall well-being. She encouraged open discussions about mental health and suicide, highlighting how openness helps break the

stigma surrounding these topics.

The program was conducted under the supervision of Principal Dr. Alka Mittal, with students actively engaged and thoroughly enjoying the lecture.



The Department of Physics and Chemistry organized a PowerPoint Presentation Competition on 17th September 2024, under the guidance of Principal Dr. Alka Mittal, in celebration of National Engineer's Day (the birth anniversary of Sir Mokshagundam Visvesvaraya, India's first male engineer). The theme of the competition was Advancement in Physical Sciences.

A total of 17 participants took part, showcasing their knowledge and understanding of the latest advancements in physical sciences. The winners of the competition were:

- Soniya Tanwar – 1st Position
- Moksha Arora – 2nd Position
- Anjali – 3rd Position

The Gender Equality and Biasing Cell of Adarsh Mahila Mahavidyalaya organized a Debate Competition to raise awareness about the Third Gender. The topic of the debate was "Is Third Gender a Social Construct?" and 12 students participated in the event. The winners of the competition were:

- Aastha – 1st Position
- Niharika – 2nd Position
- Moksha – 3rd Position
- Payal – Consolation Prize

विभागीय कार्यक्रमः कॉलेज की शैक्षिक उत्कृष्टता का प्रदर्शन

अन्तरराष्ट्रीय निबंध लेखन प्रतियोगिता में आदर्श महिला महाविद्यालय की छात्रा आयुषी ने पाया द्वितीय स्थान। वैश्य महाविद्यालय, भिवानी की राष्ट्रीय सेवा योजना (इकाई एक) द्वारा ''डिजिटल युग में शिक्षक की भूमिका'' विषय पर आयोजित ऑनलाइन निबंध लेखन प्रतियोगिता में आदर्श महिला महाविद्यालय की छात्रा आयुषी ने द्वितीय स्थान प्राप्त कर महाविद्यालय को गौरवांवित किया।
गौरतलब है कि इस प्रतियोगिता में देश-विदेश के लगभग 50 से अधिक प्रतिभागियों ने भाग लिया। डॉक्टर रमाकांत शर्मा के दिशा- निर्देशन में हासिल उपलब्धि पर महाविद्यालय प्रबंधकारिणी समिति और प्राचार्या डॉ. अलका मित्तल ने बधाई दी।

संगीत विभाग में ऐथिक सेल द्वारा एक विस्तार व्याख्यान रखा गया,जिसका मूल विषय नैतिकता- एक सांस्कृतिक मूल्य रहा। विस्तार व्याख्यान के मुख्य प्रवक्ता डॉ रमाकांत शर्मा , विभागाध्यक्ष , हिंदी विभाग, आदर्श महिला महाविद्यालय रहे। डॉ रमाकांत शर्मा जी ने छात्राओं को संबोधित करते हुए बताया की नैतिक मूल्य हमारी संस्कृति की पहचान है और मानव चरित्र को नैतिकता का पर्याय कहा जाता है। उन्होंने बताया की हमें शिक्षित होने के साथ-साथ जीवन में नैतिक मूल्यों को भी महत्व देना चाहिए।

इस अवसर पर प्राचार्या डॉ अलका मित्तल जी ने कहा की सत्यवादिता,दयालुता, निष्कपटता,सदाचार,संतोष, पारस्परिक सहयोग ये सभी नैतिकता के आधार बिंदु है। जिस व्यक्ति में ये गुण होंगे,वह निश्चय की नैतिकता की कसौटी पर खरा उतरेगा।

वर्ल्ड कार फ्री डे के अवसर पर स्टैंड विद नेचर व महाविद्यालय के संयुक्त तत्वावधान में प्रकृति संरक्षण विषय पर एक विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य वक्ता स्टैंड विद नेचर संस्था के अध्यक्ष लोकेश रहे उन्होंने छात्राओं को प्रकृति परिवर्तन के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि हमें आज प्रकृति परिवर्तन के विषय को गंभीरता से लेते हुए, उसके समाधान हेतु अत्यधिक पेड़ लगाने की आवश्यकता है। उन्होंने छात्राओं को अपील की कि वह प्रतिवर्ष पांच पौधे अवश्य लगाए और उनका संरक्षण करें।इस अवसर पर प्रकृति संरक्षण विषय पर पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का भी आयोजन किया गया ।

प्राचार्या डॉ. अलका मित्तल के दिशा - निर्देशन में अर्थशास्त्र विभाग द्ववारा डॉ. रेनू (अर्थशास्त्र की विभागाध्यक्ष) के सहयोग से विस्तार-व्याख्यान का आयोजन किया गया । इसमें 100 विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया । इस आयोजन के लिए प्रोफेसर सोनू मदान (सी. बी. एल. यू. में अर्थशास्त्र की विभागाध्यक्ष) को आमंत्रित किया गया । जो अपने विषय में पूर्ण विशेषज्ञता व महारत हासिल किए हुई थी। इनका मुख्य विषय ÷जनसांख्यिकीय लाभांश = अवसर व चुनौतियां रहा। इसमें कार्यशील जनसंख्या, निर्भरता अनुपात, श्रम सहभागिता दर, जनसंख्या की आयु संरचना, प्रजनन व मृत्यु दर में गिरावट के कारण आदि प्रमुख

बिंदुओं से विद्यार्थियों को अवगत करवाया। प्रोफेसर सोनू मदान को अर्थशास्त्र विभाग की तरफ से स्मृति चिन्ह प्रदान करके उनका धन्यवाद अदा किया गया, तथा प्राचार्य व विभागाध्यक्ष ने बच्चों का उत्साहवर्धन किया और भविष्य में इस तरह के आयोजन में हिस्सा लेकर ज्ञान अर्जित करने के लिए प्रोत्साहित किया गया।

महाविद्यालय में वाणिज्य विभाग के तत्वाधान में प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता का आयोजन विभागाध्यक्ष नीरू चावला के दिशानिर्देश में हुआ। प्रतियोगिता में वाणिज्य विभाग की 16 छात्राओं ने 8 टीमों के माध्यम से भागीदारी स्थापित की। प्रतियोगिता में कुल 9 राउंड रखे गए। जिसमें छात्राओं से विषय ज्ञान, सामान्य ज्ञान एवं समय प्रबंधन का भी परीक्षण किया गया। इस अवसर पर महाविद्यालय प्राचार्या डॉ अलका मित्तल ने कहा कि इस प्रकार की प्रतियोगिताओं के माध्यम से छात्राओं को पूर्ण रूप से व्यवहारिक ज्ञान प्राप्त होता है।उन्होंने यह भी बताया कि भविष्य में होने वाली विभिन्न प्रकार की प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करने का अभ्यास भी इस प्रकार की प्रतियोगिताओं के माध्यम से हो जाता है। उन्होंने विजयी छात्राओ को शुभाशीष दिया।

राष्ट्रीय सेवा योजना स्थापना दिवस के अवसर पर सी.बी.एल.यू में कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें महाविद्यालय की छात्रा अंजलि यूनिट 1,मनीषा यूनिट 2 को बेस्ट वॉलिंटियर व प्राध्यापिका डॉ. निधि बुरा को बेस्ट प्रोग्राम ऑफिसर की उपाधि से सम्मानित किया गया।

संगीत वादन विभाग द्वारा 'झंकार' वाद्य वादन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसमे राधिका बी.ए. प्रथम वर्ष ने चिमटा बजाकर और रवीना बी.ए प्रथम वर्ष ने हारमोनियम बजाकर तृतीया स्थान प्राप्त किया। निकिता बी.ए. तृतीय वर्ष ने सितार बजाकर और किरण बी.ए. प्रथम वर्ष ने हारमोनियम बजाकर द्वितीय स्थान प्राप्त किया। मीनू बी.ए. तृतीय वर्ष ने हारमोनियम बजाकर प्रथम स्थान प्राप्त किया।

आदर्श महिला महाविद्यालय में दिनांक 27 सितंबर 2024 (शुक्रवार) को संस्कृत साहित्य परिषद् द्वारा अन्तःकक्षीय श्लोक उच्चारण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। यह आयोजन महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. अलका मित्तल के निर्देशन में, संस्कृत साहित्य परिषद् की प्रभारी डॉ. सुमन की अध्यक्षता में संपन्न हुआ। प्रतियोगिता का शुभारंभ मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलन के साथ किया गया। इसके पश्चात्, प्रत्येक प्रतिभागी को मंच पर आकर अपनी प्रस्तुति देने हेतु आमंत्रित किया गया। प्रतियोगिता में छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और विभिन्न स्तोत्रों तथा श्लोकों का सुमधुर उच्चारण कर दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। छात्राओं ने गणेश स्तुति, सरस्वती स्तुति, गुरु अष्टकम्, गीता श्लोक, विष्णु स्तुति, रुद्राष्टकम्, महिषासुरमर्दिनी स्त्रोत, देवी स्तुति, नीति श्लोक, भवानी अष्टकम्, हरि स्त्रोत, सूर्य अष्टकम्, आदित्य स्त्रोत, दुर्गा स्तुति, शिव स्तुति, अभिज्ञानशाकुंतलम् के श्लोक, हितोपदेश श्लोक, विद्या श्लोक, और लक्ष्मी स्त्रोत इत्यादि की प्रस्तुति दी। इस प्रतियोगिता में निर्णायक मंडल की भूमिका हिंदी विभाग की डॉ. कविता भारद्वाज और संगीत गायन विभाग की डॉ. रचना ने निभाई। परिणामस्वरूप, प्रथम स्थान बी.ए. तृतीय वर्ष की छात्रा ट्विंकल ने प्राप्त किया, जबकि द्वितीय स्थान द्वितीय वर्ष की छात्रा पिंकी ने और तृतीय स्थान बी.ए. प्रथम वर्ष की छात्रा किरण ने प्राप्त किया। सांत्वना पुरस्कार बी.ए. तृतीय वर्ष की छात्रा काजल को प्रदान किया गया। कार्यक्रम के अंत में वाइस प्रिंसिपल डॉ. अपर्णा बत्रा ने छात्राओं को आशीर्वचन देते हुए संस्कृत भाषा की महत्ता पर बल दिया। उन्होंने कहा कि संस्कृत एक दैवीय भाषा है। और आधुनिक तकनीकी युग में भी इसका महत्त्व कम नहीं हुआ है। उन्होंने छात्राओं को इस तरह की प्रतियोगिताओं में बढ़-चढ़कर भाग लेने हेतु प्रोत्साहित किया और अपने जीवन में संस्कृत भाषा के प्रयोग की आवश्यकता पर बल दिया। अंत में, कार्यक्रम की प्रभारी डॉ. सुमन ने धन्यवाद ज्ञापित किया और कार्यक्रम का समापन शांति पाठ के साथ हुआ। इस अवसर पर डॉ. शकुंतला, कुमारी सिमरन सहित महाविद्यालय के अन्य स्टाफ सदस्य भी उपस्थित रहे।

The Postgraduate Department collectively organized an induction programme for the new students on 1st October 2024. The event aimed to welcome the students and provide them with essential guidance for their academic journey. The programme was led by Dr. Alka Mittal, the esteemed principal of the college, who delivered an inspiring address to the students. In her speech, Dr. Mittal emphasized the importance of becoming individuals who not only excel in their own endeavors but also extend a helping hand to others. She encouraged the students to develop a strong sense of responsibility, self-reliance, and collaboration, motivating them to be contributors to society rather than simply seeking support. Her message resonated with the students, setting a tone of empowerment and leadership for their future.

The event was further addressed by Dr. Aparna Batra, in her speech on the theme of "Self-Empowerment," offered valuable insights on how students can strengthen themselves intellectually, mentally, and emotionally to create a successful future. She shared practical tips on mastering essential life and communication skills, while also emphasizing the significance of women's empowerment in today's world. Her inspiring words encouraged students to aim for holistic personal development and to cultivate a multifaceted personality.

The induction programme concluded with an interactive session, allowing students to ask questions and share their thoughts. The event was a resounding success, leaving the new students feeling motivated and prepared for both their academic and personal growth in the coming years.

The Department of Mathematics organized an enlightening extension lecture titled "Dimensions and Recent Developments of Coding Theory," delivered by Dr. Anu Kathuria, Assistant Professor at TIT&S Bhiwani. Dr. Kathuria explained the significance of coding theory in conjunction with modern cryptography, highlighting its critical role in protecting information and safeguarding against fraud, identity theft, and cyber-attacks.

The lecture was attended by UG (Computer Science) and postgraduate mathematics students, who actively engaged with Dr. Kathuria's insightful explanations. She also addressed student queries, providing clarity on complex concepts related to coding theory and its applications.

The lecture had a profound impact, deepening students' understanding of coding theory and cryptography while inspiring interest in research and practical applications. Principal Dr. Alka Mittal commended the Mathematics Department's initiative, recognizing the lecture's value in enhancing students' knowledge and expertise in this important field.

भारत मां की शान है हिंदी

भारत मां की शान है हिंदी,
हम सब का अभिमान है हिंदी।
जन-जन की भाषा है हिंदी,
भारत की आशा है हिंदी।।

हिंदी, हमारे देश की एकता का प्रतीक है।भारत एक ऐसा देश है जहां विभिन्न प्रकार की संस्कृति है और जहां भिन्न-भिन्न भाषाएं बोली जाती है, लेकिन हिंदी भारत में सबसे अधिक बोली और लिखी जाने वाली भाषा है। इतना ही नहीं बल्कि विश्व में सबसे ज्यादा बोली जाने वाली भाषाओं में हिंदी भाषा का तीसरा स्थान है। हिंदी सबसे पुरानी भाषाओं में से एक है।

स्वतंत्रता के पश्चात् संविधान सभा ने 14 सितंबर 1949 को हिंदी को आधिकारिक राजभाषा का दर्जा दिया। इसीलिए हिंदी भाषा को सम्मान देने के लिए प्रत्येक वर्ष 1 जनवरी को विश्व हिंदी दिवस और 14 सितंबर को राष्ट्रीय हिंदी दिवस मनाया जाता है। हिंदी हमारी मातृभाषा है और हमें अपनी मातृभाषा को बोलने में कोई भी संकोच नहीं करना चाहिए।

हिंदी को आगे बढ़ाना है,
उन्नति की राह पर ले जाना है।
केवल एक दिन ही नहीं,
हमे नित हिंदी दिवस मनाना है।।

समाज को जागृत करने में भी हिंदी भाषा का काफी योगदान रहा है। हिंदी भाषा के कई मशहूर लेखक हुए है जिन्होंने समाज को जागृत करने और प्रेरणा से भरी कहानियों से प्रोत्साहित किया है। जैसे - कबीर,तुलसीदास,सूरदास,प्रेमचंद और महादेवी वर्मा। हिंदी भारत की आन, बान और शान है। हिंदी हम भारतवासियों के लिए मात्र एक भाषा ही नहीं है अपितु हमारे भावों की अभिव्यक्ति है। हिंदी ही हमारे देश का गौरव है। इसलिए हम भारतीय को अपनी हिंदी भाषा को बोलने में अपनी शान समझनी चाहिए और गर्व से कहना चाहिए कि .....

हिंदी तुझपे मर मिटेंगे,तुझको ना
भुलाएंगे।
तेरे सम्मान की खातिर हम अपना वर्चस्व लुटाएंगे।।

नंदनी...बी.ए द्वितीय वर्ष

हिन्दी भाषा का महत्व

जहाँ अंग्रेजी अधिकांश देशों में व्यापक रूप से बोली जाती है और इसे दुनिया की शीर्ष दस सबसे अधिक बोली जाने वाली भाषाओं में से एक माना जाता है, वहीं दूसरी ओर हिंदी इस सूची में तीसरे स्थान पर है

देश के कई राज्यों में हिंदी अभी भी कई लोगों के लिए मातृभाषा है और ज्ञान प्रदान करने के माध्यम के रूप मे इस्तेमाल की जाने वाली अंग्रेजी एक बड़ी बाधा बनी हुई है यह भी कहा गया है कि संख्यात्मक और साक्षरता में मजबूत आधार कौशल सुनिश्चित करने के लिए, पाठ्यक्रम उस भाषा में प्रदान किया जाना चाहिए जिसे बच्चा समझता है

हिन्दी के महत्व के निबंध में हम आज हिंदी का महत्व, हिन्दी के विकास के प्रभाव और भारत की आजादी के बाद संविधान सभा में हिंदी को लेकर हुए बावला, समाधान और प्रमुख अनुच्छेद की बात करेंगे, जो हिन्दी की जरूरत और

महत्व का वर्णन करते हैं

हिन्दी दिवस कब और क्यों मनाया जाता है?

हिन्दी दिवस भारत में हर वर्ष 14 सितंबर को मनाया जाता है हिन्दी हिन्दुस्तान की भाषा है राष्ट्रभाषा किसी भी देश की पहचान और गौरव होती हैं हिन्दी हिन्दुस्तान को बांधती है इसी कर्तव्य हेतु हम 14 सितंबर के दिन को हिन्दी दिवस के रूप में मनाते हैं

कश्मीर से कन्याकुमारी तक, साक्षर से निरक्षर तक प्रत्येक वर्ग का व्यक्ति हिन्दी भाषा को आसानी से बोल समझ लेता है यही इस भाषा की पहचान भी है कि इसे बोलने और समझने में किसी को कोई परेशानी नहीं होती पहले के समय में अंग्रेजी का ज्यादा चलन नहीं हुआ करता था, तब यही भाषा भारतवासियों या भारत से बाहर रह रहे हर वर्ग के लिए सम्मानित होती थी लेकिन बदलते युग के साथ अंग्रेजी ने भारत की जमीन पर अपने पांव गड़ा लिए है जिस वजह से आज हमारी राष्ट्रभाषा को हमें एक दिन के नाम से मनाना पड़ रहा है पहले जहां स्कूलों में अंग्रेजी का माध्यम ज्यादा नहीं होता था, आज उनकी मांग बढ़ने के कारण देश के बड़े-बड़े स्कूलों में पढ़ने वाले बच्चे हिन्दी में पिछड़ रहे हैं इतना ही नहीं, उन्हें ठीक से हिंदी लिखना और बोलना भी नहीं आता है भारत में रहकर हिन्दी को महत्व न देना भी हमारी बहुत बड़ी भूल है7

शीतल,बी ए तृतीय

हिंदी हमारी शान

हिंदी -हिंदू -हिंदुस्तान
कहते हैं सब सीना तान,
पल भर के लिए जरा सोचे इंसान
रख पाते हैं हम इसका कितना ध्यान,
सिर्फ 14 सितंबर को ही करते हैं अपनी राष्ट्रभाषा का सम्मान,
हर पल हर दिन करते हैं हम हिंदी बोलने वाले का अपमान,
14 सितंबर को ही क्यों याद आता है बस हिंदी बचाओ अभियान,
क्यों भूल जाते हैं हम,
हिंदी को अपमानित करते हैं खुद हिंदुस्तानी इंसान,
क्यों बस 14 सितंबर को ही हिंदी में भाषण देते हैं हमारे नेता महान,
क्यों बाद में समझने लगते हैं हिंदी बोलने में अपना अपमान,
क्यों समझते हैं सब अंग्रेजी बोलने में खुद को महान
भूल गए हम क्यों इसी अंग्रेजी ने बनाया था हमें वर्षों पहले गुलाम,
आज उन्हीं की भाषा को क्यों करते हैं हम शत-शत प्रणाम,
अरे ओ खोए हुए भारतीय इंसान,
अब तो जगाओ अपना सोया हुआ स्वाभिमान,
करें मिलकर प्रयास हम
दिलाए अपनी मातृभाषा को अंतरराष्ट्रीय पहचान ,
ताकि कहें फिर से हम,
हिंदी -हिंदू- हिंदुस्तान
कहते हैं सब सीना तान।

दीपिका, बी.ए. द्वितीय वर्ष

हिंदी की दुर्दशा

यह कैसी जंग में हिंदी की दुर्दशा
दोस्तों यह क्यों हिंदी का है रोना।
अब हर जगह सुबह सन उगाता है.... और
दोपहर को कहते हैं सब नून
चंदा मामा तो कही खो गए,
अब वह हर बच्चा बोले मून,
यह कैसी जंग में हिंदी की दुर्दशा,
दोस्तों यह क्यों हिंदी का है रोना।
मां बोलती खा लो बेटा जल्दी से नहीं तो डोगी आ जाएगा,
ऐसे में वह नन्हा बालक कुत्ते को कैसे जान पाएगा,
बचपन से जो देखा हम वही सीखाते,
जीवन में जहां विद्या लेने स्कूल है जाते,
विद्या कहां से जान पाएंगे,
भाषा का ज्ञान समझ लो,
क्योंकि इंजीनियरिंग का दायरा नहीं हिंदी का ही तुम ज्ञान ले लो,
क्योंकि विदेशों में है अब मांग बड़ी चाहे,
दुनिया में जहां भी जाओगे, हिंदुस्तानी ही कहलाओगे,
अगर पूछ ले कोई देश की भाषा तो शर्म से पानी पानी हो जाओगे,
यह कैसी जंग में हिंदी की दुर्दशा,
दोस्तों यह क्यों हिंदी का है रोना।

भूमि, बी.ए प्रथम वर्ष

हिंदी हमारी आवाज

हिंदी हमको शान दे बैठी,
भारत को आवाज दे बैठी,
शब्दों का भंडार दे बैठी,
अर्थों में श्रृंगार दे बैठी,
अलंकारों में हिंदी हमको शान दे बैठी,
भारत को आवाज दे बैठी,
मां का हमको प्यार दे बैठी,
गुणों से हमको आशीर्वाद दे बैठी,
बोली में मिठास दे बैठी,
हिंदी हमको शान दे बैठी,
भारत को आवाज दे बैठी,
आशा से संस्कार दे बैठी,
शब्दों से हथियार दे बैठी,
कलम से ताकत दे बैठी,
हिंदी हमको शान दे बैठी,
भारत को आवाज दे बैठी,
हमको अपना नाम दे बैठी,
सबको अपनी पहचान दे बैठी,
परिभाषा में ज्ञान दे बैठी,
हिंदी हमको शान दे बैठी,
भारत को आवाज दे बैठी।

ममता, बी.ए प्रथम वर्ष

हिंदी भाषा

हमारी मातृभाषा है हिंदी
संस्कृत से जन्मी है हिंदी।
हिंदुओं की पहचान है हिंदी
हिंदुस्तान की जान है हिंदी।
भारत देश की आन है हिंदी
भारत देश की शान है हिंदी।
हमारे देश की संस्कृति है हिंदी
हमारे देश का संस्कार है हिंदी।
हमारे मन की आत्मा है हिंदी
हमारे मन की भावना है हिंदी।
मां से सीखी भाषा है हिंदी
हमारी तोतली आवाज है हिंदी।
स्वरों की माला है हिंदी
व्यंजनों का भंडार है हिंदी।
निराला, प्रेमचंद, बच्चन का गान है हिंदी
तुलसी,सूर,मीरा जायसी की तान है हिंदी।
ज्ञान और व्याकरण की नदियां है हिंदी
शुद्धता का प्रतीक हिंदी।
लेखन और वाणी है हिंदी
आदर और मान है हिंदी।
हमारे देश की गौरव भाषा है हिंदी एक
उत्कृष्ट अहसास है हिंदी।

पिंकी, बी.ए द्वितीय वर्ष

भारत की राजभाषा हिंदी

हिंदी भाषा हमारे भारत देश की पहचान है। हिंदी दिवस हर साल 14 सितंबर को मनाया जाता है। हिंदी भाषा भारत की राजभाषा है। 14 सितंबर 1949 को इसे राजभाषा के रूप में मान्यता मिली थी। धीरे-धीरे हिंदी का प्रचलन बढ़ा और राष्ट्रभाषा बन गई। अब हमारी हिंदी भाषा अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी पसंद की जाती है। 60 करोड़ से ज्यादा लोग हिंदी भाषा का प्रयोग करते हैं। हिंदी भाषा 176 विश्वविद्यालयों में पढ़ाई जाती है। हिंदी दिवस पर कई कार्यक्रम करवाए जाते हैं। इस दिन छात्र-छात्राओं को हिंदी भाषा के प्रयोग और उसके महत्व को बढ़ाने के लिए स्कूल कॉलेज में प्रतियोगिताएं आयोजित की जाती है। 200 साल की ब्रिटिश राज की गुलामी से आजाद हुए भारतवासियों ने सपना देखा था कि हमारी एक भाषा होगी जिससे कश्मीर से कन्याकुमारी तक संवाद किया जा सकेगा। आजादी के नायकों को इस बात में तनिक की संदेह नहीं था। हिंदी हमारी जान है। हिंदी से ही तो हमारी जिंदगी पहचान है। हमारी हिंदी भाषा निज भाषा है। इस पर हम सबको अभिमान है। सभी भारतीयों के लिए यह गर्व की बात थी जब भारत की संविधान सभा ने हिंदी को आधिकारिक भाषा नियुक्त किया। इस दिवस पर बैंकों, मंत्रालयों, तथा सार्वजनिक उपक्रमों पर राजभाषा पुरस्कार दिए जाते हैं। हिंदी हमारी मातृभाषा है और हमें इसका सम्मान और आदर करना चाहिए। हमें हिंदी के मूल्य को समझना चाहिए। हमें हमारी हिंदी भाषा से प्रेम करना चाहिए क्योंकि यह हमारी शान है।

...शिवानी, बी ए फाइनल ईयर

मेरी प्यारी हिंदी

मेरी प्यारी हिंदी
तेरी मेरी प्यारी हिंदी ,

जग से है न्यारी हिंदी ,
सिर्फ एक भाषा नहीं, स्वाभिमान है हमारा हिंदी ,
सिर्फ एक वाणी नहीं ,
स्वभाव है हमारा हिंदी ,
प्यार, त्याग का भाव है हिंदी
तेरी मेरी प्यारी हिंदी ,
जग से है यह नारी हिंदी ।

वीरता का गुणगान कराती,
हमें हमारा इतिहास बताती ,
भवसागर सा ज्ञान है हिंदी ,
भारत माँ की शान हिंदी ,
सृजन हुआ इसका भारत में ,
संस्कृत की प्रत्यक्ष वंशज कहलाती है,
भारतेंदु हरिश्चंद्र जनक हुए ,
शुद्धता को दर्शाती है ,
शिक्षा का भंडार है हिंदी,
हम सबकी प्यारी हिंदी ,
जग से है यह न्यारी हिंदी

यशिका, बी.एसी प्रथम वर्ष

हमारा अभिमान है हिंदी

हम सबका अभिमान है हिंदी ,
भारत मां की शान है हिंदी।
हर एक देश की पहचान उसे देश की भाषा और संस्कृति से होती है। किसी भी देश की एकता में उसे देश की राष्ट्रभाषा एवं भूमिका निभाती है। हिंदी भाषा हमारे देश भारत के सम्मान ,गर्व और स्वाभिमान का प्रतीक है। हिंदी भाषा विश्व में सबसे ज्यादा बोले जाने वाली भाषाओं में से एक है।

आज के डिजिटल युग में, हिंदी भाषा का उपयोग तेजी से बढ़ रहा है। इंटरनेट ,सोशल मीडिया और डिजिटल मीडिया पर हिंदी का प्रचार हो रहा है। विद्यालयों और महाविद्यालयों में हिंदी दिवस के अवसर पर विभिन्न बच्चों को हिंदी भाषा और साहित्य के प्रति जागरूकता बढ़ाने का एक महत्वपूर्ण अवसर प्रदान करती है। हिंदी भाषा का भविष्य उज्जवल है। हमें हिंदी भाषा की आधुनिक उपयोग और उसकी प्रौद्योगिकी को अपनाने की दिशा में काम करना चाहिए। कश्मीर से कन्याकुमारी तक, साक्षर से निरक्षर तक प्रत्येक वर्ग का व्यक्तित्व हिंदी भाषा को आसानी से बोल -समझ लेता है। भारत में रहकर हिंदी को महत्व न देना भी हमारी बहुत बड़ी भूल है। जिसने पूरे देश को जोड़ रखा है,वह मजबूत धागा है हिंदी ,हिंदुस्तान की गौरव गाथा इन हिंदी। **निकिता, बी.ए प्रथम वर्ष**

हिंदी दिवस का महत्व

सबसे प्यारी सबसे न्यारी ,
हिंदी है राष्ट्रभाषा हमारी ।

भारत देश में हर वर्ष 14 सितंबर को हिंदी दिवस मनाया जाता है ।14 सितंबर 1949 को हिंदी को राजभाषा का दर्जा दिया गया। यह भारत देश में सबसे अधिक बोले जाने वाली भाषा है हिंदी भाषा हमारे देश की संस्कृति और संस्कार की प्रतिबिंब है। वह देश की एकता का प्रतीक है। भारत कई वर्षों तक अंग्रेजों का गुलाम रहा । इसी वजह से उसे गुलामी का असर लंबे समय तक देखने को मिला। इसका प्रभाव भाषा पर भी पड़ा। हिंदी विश्व की चौथी सबसे ज्यादा बोली जाने वाली भाषा है ,इसके बावजूद हिंदी की अपनी ही देश में हीन भावना से देखा जाता है। आमतौर पर हिंदी बोलने वाले को पिछड़ा और अंग्रेजी बोलने वाले को आधुनिक तथा ज्यादा पढ़ा लिखा समझा जाता है ।इसी मानसिकता को बदलने के लिए हिंदी दिवस मनाया जाने लगा।

हिंदी विचारों की अभिव्यक्ति है,
देश पर मर मिटने की शक्ति है।

हमारी हिंदी केवल भारत में ही नहीं बल्कि पूरे विश्व में प्रसिद्ध है । हिंदी भाषा में 11 स्वर और 35 व्यंजन होते हैं। इसे देवनागरी लिपि में लिखा जाता है और हिंदी एकमात्र ऐसी भाषा है जिसको समझना बाकी हर भाषा सरल है ।हिंदी हर एक भारतीय को आनी चाहिए क्योंकि इसने हमें जीवन के आदर्श सिखाए हैं । हिंदी भाषा से ही अन्य कई भाषाओं का विस्तार हुआ है ।

सीखो जी भर के भाषा अनेक
पर मातृभाषा ना बोलो एक

अनु सेन, बी.ए. द्वितीय वर्ष

हिंदी की कहानी

मैं भारत मां के मस्तक पर सबसे चमकीली बिंदी हूं।
मैं सभी की जानी पहचानी भारत की भाषा हिंदी हूं।
मेरी बोली में मीरा ने मनमोहक काव्य सुनाया है।
तुलसीकृत रामचरितमानस मेरे मुख में चरितार्थ हुई।
विद्वानों संतों की वाणी गुंजित हुई, साकार हुई।
भारत की जितनी भाषाएं सब मेरी सखी सहेली है।
हम आपस में क्यों टकराए हम बहनें भोली भाली हैं
सब भाषाओं के शब्दों को मैंने गले लगाया है।
इसीलिए भारत के जन-जन ने मुझे अपनाया है

साक्षी
बी.ए.प्रथम वर्ष

भारतीय संस्कारों के संरक्षण और उनके पोषण पल्लवन की भाषा है हिंदीः अशोक बुवानीवाला

हिंदी दिवस की अनेक अनेक शुभकामनाएँ हिंदी दिवस हिंदी में काम करने के संकल्प का दिन है। हिंदी हमारे जीवन मूल्यों की भाषा है। भारतीय संस्कारों के संरक्षण और उनके पोषण पल्लवन की भाषा है। आजादी से पहले से यह साधु संतों, भक्तों, कवियों और समाज सुधारकों की भी भाषा रही हैद्य इस भाषा ने समाज को संस्कारित किया है। संतों, आर्य समाज व गांधी जी जैसे नेताओं ने इस भाषा की बहुत सेवा की। जो व्यापारी राजस्थान या हरियाणा से अहिंदी भाषी क्षेत्रों में गए, उन्होंने महात्मा गांधी द्वारा संचालित राष्ट्रभाषा प्रचार समिति वर्धा या अन्य संस्थाओं की शाखाओं की स्थापना कर हिंदी भाषा और हिंदी संस्कारों का व्यापक प्रचार प्रसार किया। भारत के लिए हिंदी सिर्फ एक भाषा नहीं है, बल्कि देश की सांस्कृतिक विरासत और एकता का प्रतीक भी है। हिंदी की लोक भाषाओं में जो कथा कहानियाँ हैं, उनके द्वारा दीर्घ काल से एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक संस्कारों की यात्रा अनवरत है।

इस अवसर पर एक बात और जोड़ना चाहता हूं कि आदर्श महिला महाविद्यालय के संस्थापक स्मृतिशेष बाबू बनारसी दास जी गुप्ता एवं मेरे पिता सेठ भगीरथमल बुवानीवाला जी हिंदी के परम हितैषी, प्रबल समर्थक थे द्य वे मानते थे कि शिक्षा, संस्कार का ही दूसरा नाम है और अपनी माटी के संस्कार अपनी भाषा के माध्यम से ही आते हैं, इसलिए हिंदी जरूरी है। आज संपर्क भाषा के रूप में एवं ज्ञानवर्धक हेतु चाहे हम अन्य भाषाओं को भी खूब पढ़ें लिखें परंतु अपनी माटी, अपने संस्कारों और अपनी भाषा को भरपूर सम्मान दें। हिंदी का सम्मान हमारा धर्म है।

...जय हिंदी। जय देवनागरी॥

विश्व के लगभग दो सौ से अधिक विश्वविद्यालयों में हिंदी का पठन पाठनः डॉ. अलका मित्तल

आप सभी को हिंदी दिवस की अनेक अनेक बधाइयाँ और शुभकामनाएं। हम सभी जानते हैं कि स्वाधीन भारत की संविधान सभा ने 14 सितंबर सन 1949 को संविधान के अनुच्छेद 343 (1)के अंतर्गत हिंदी को भारतीय राजभाषा के रूप में स्वीकार किया था। इसलिए इस दिन को हम हिंदी दिवस के रूप में मनाते हैं। पूरे देश में पंद्रह दिन का हिंदी पखवाड़ा भी मनाया जाता है। हिंदी में हम अधिक कार्य कैसे करें, हिंदी को हम प्रत्येक जन तक कैसे पहुंचाएं, इसके लिए योजनाएं भी बनती हैं और हिंदी में कामकाज को बढ़ावा भी मिलता है, राजभाषा का संकल्प भी आगे बढ़ता है। हम सभी जानते हैं कि हमारा देश अनेक भाषाओं का देश है. हर भाषा हमारा गौरव है। सभी में महान साहित्यकार हुए हैं। गुरुदेव रवीन्द्रनाथ टैगोर की गीतांजलि तो बांग्ला भाषा में है जिस पर सबसे बड़ा नोबेल पुरस्कार मिला था। कहने का अर्थ है कि बांग्ला, तमिल, तेलुगु, कन्नड, मलयालम, उड़िया, डोगरी, पंजाबी इत्यादि भारत की हर भाषा महान है। हर भाषा में महान साहित्यकार हुए हैं। फिर भी हिंदी को राजभाषा इसलिए चुना गया था क्योंकि लोकतांत्रिक प्रणाली वाले इस विशाल देश में हिंदी लगभग पूरे देश में बोली और समझी जाती है। हिंदी का संत साहित्य और भक्ति साहित्य संसार को सही दिशा दिखाने वाला है। यदि हमें भारत की संस्कृति को जानना है तो हमें संस्कृत की पुत्री हिंदी को जानना ही होगा।

जब भारत स्वाधीन नहीं था तभी महात्मा गांधी, पंडित मदन मोहन मालवीय, सुभाष चंद्र बोस, रवींद्रनाथ टैगोर, दक्षिण भारत के महाकवि सुब्रमण्यम भारती इत्यादि ने एक स्वर में कहा था कि हिंदी ही स्वतंत्र भारत की राष्ट्रभाषा होगी। परंतु संविधान में हिंदी को आज तक राष्ट्रभाषा का दर्जा न मिलना चिंता का विषय है। राष्ट्रीय पहचान के लिए राष्ट्रभाषा का होना जरूरी है.

हिंदी का शब्द भंडार बहुत व्यापक है। इसमें जो बोला जाता है वही लिखा जाता है. इसकी लिपि देवनागरी बहुत वैज्ञानिक है. पत्रकारिता, सिनेमा, विज्ञापन, अनुवाद, अध्यापन इत्यादि क्षेत्रों में हिंदी में रोजगार के अनेक अवसर हैं। हिंदी व्यापार के लिए भी एक बड़ी जरूरत है। नेपाल, फिजी, त्रिनिदाद, मॉरीशस इत्यादि देशों के साथ हिंदी विश्व के अनेक बड़े देशों में भी पहुंच चुकी है। भारत के लगभग प्रत्येक विश्वविद्यालय के अतिरिक्त विश्व के लगभग दो सौ से अधिक विश्वविद्यालयों में हिंदी का पठन पाठन हो रहा है। इस अवसर पर मेरा निवेदन है कि हम ज्ञान के लिए चाहे जितनी राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय भाषाएँ सीखें परंतु अपने देश के स्वाभिमान के लिए हिंदी का भरपूर सम्मान करें, हिंदी के योगदान को याद करें. हिंदी की शक्ति को पहचानें,हिंदी में लिखें, हिंदी में बात करें। हमें मानना होगा कि हिंदी का सम्मान भारतीय संस्कृति का सम्मान है। पुनः आप सभी को हिंदी दिवस की अनेक अनेक शुभकामनाएं.

हिंदी राष्ट्रीय स्वाभिमान की भाषा है

डॉ रमाकांत शर्मा
अध्यक्ष, हिंदी विभाग

हिंदी दिवस पर हिंदी को याद कर लेना रस्म निभाने जैसा होता जा रहा है।हमें समझना होगा कि हिंदी हमारी अस्मिता है स्वाधीनता संग्राम की भाषा है।हिंदी में विपुल साहित्य है। हिंदी सम्पूर्ण देश को एक सूत्र में जोड़ती है। इसका शब्द कोश बहुत उदार है। अन्य भाषाओं के शब्दों को भी हिंदी ने अपनाया है। हिंदी के विराट स्वरूप को देखते हुए ही 14 सितंबर 1949 को संविधान सभा ने हिंदी को राजभाषा घोषित किया । आज उत्तर प्रदेश, बिहार, मध्य प्रदेश, राजस्थान जैसे अनेक प्रदेश अपना सारा राजकाज हिंदी में कर रहे हैं अन्य राज्यों में भी इसका अनुकरण होना चाहिए। हमें यह भी याद रखना होगा कि किसी भी स्वाधीन राष्ट्र के अपने राष्ट्रीय प्रतीक होते हैं जिसमें राष्ट्र गान, राष्ट्र चिह्न की तरह राष्ट्रभाषा भी होती है। आश्चर्य है कि इस दिशा में राजनेताओं द्वारा निस्वार्थ भावना से कार्य नहीं हुआ। हिंदी वैज्ञानिक भाषा है और इसमें विश्व भाषा बनने की पूर्ण क्षमता है।आज चिकित्सा, प्रौोगिकी, न्यायालय, इत्यादि क्षेत्रों में भी हिंदी में सामग्री उपलब्ध हो, इस दिशा में तेजी से काम हो रहा है। हिंदी को राष्ट्रीय स्वाभिमान के रूप में अंगीकार करना चाहिए।यह सही कि हमारी क्षीण इच्छा शक्ति के कारण ही हिंदी स्वाधीनता प्राप्ति के इतने समय बाद भी संविधान में राष्ट्र भाषा का दर्जा प्राप्त नहीं कर सकी है।

कुछ साल पहले की बात है इलाहाबाद उच्च न्यायालय के न्यायाधीश न्यायमूर्ति प्रेम शंकर गुप्त जी ने अपने निर्णय हिंदी में लिखने शु। किए। उन्होंने हजारों निर्णय हिंदी में दिए। अभी हाल ही में सर्वोच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति चंद्रचूड जी ने राम मनोहर लोहिया विधि विश्व विालय लखनऊ में अपने भाषण में कहा कि न्याय की भाषा हिंदी होनी चाहिए। साथ ही जिस प्रदेश की जो भाषा है, वहां उसी भाषा में निर्णय की व्यवस्था ही न्यायोचित है। उन्होंने यह भी कहा कि माननीय सर्वोच्च न्यायालय द्वारा सन 1950 से आज तक के जो निर्णय अँग्रेजी में लिखे गए हैं उन सभी का हिंदी में अनुवाद हो रहा है। इससे स्पष्ट है कि दृढ़ इच्छा शक्ति से सब कुछ सम्भव है। हिंदी का संसार इतना व्यापक है कि वह भारतीय ज़न मानस की भाषा है, उसका सर्वोच्च स्थान है, वह स्वयं सिद्धा है फ़िर भी चिंतन की बात तो यह है ही कि इतनी शक्तिशाली भाषा आज तक राष्ट्रभाषा के अधिकार से वंचित क्यों है? राष्ट्र अपने राष्ट्र धर्म से दूर क्यों है? इसी संकल्पपूर्ति के लिए हिंदी साहित्य भारती जैसी अनेक गैर सरकारी संस्थाएं भी प्रयास कर रही हैं प्रवासी भारतीयों ने तो हिंदी को विश्वभाषा बनाने की दिशा में भी काम किया है, कर रहे हैं हम भी अपने प्रयास की शु। आत करें। अच्छा हो कि हम अपने हस्ताक्षर हिंदी में ही करें और दूसरों को भी इसके लिए प्रेरित करें।

राष्ट्र चेतना का बने अब ऐसा परिवेश
जय हिंदी जय नागरी बोले सारा देश।

हिंद देश में हिंदी को बढ़ावा दें

हिंद देश में हिंदी को बढ़ावा देने के लिए हिंदी विभाग कि प्रवक्ता डॉ ममता चौधरी, कविता भारद्वाज और कविता नंदा ने अपने विचार साँझा करते हुए कहा हिंदी भाषा हमारा स्वाभिमान है। हिंदी भाषा हमारा स्वाभिमान हैं।

''निज भाषा उन्नति अहै सब उन्नति को मूल।
बिन निज भाषा-ज्ञान के मिटत न हिय को सूल।''

एक भाषा के रूप् में हिंदी न सिर्फ भारत की पहचान हैं बल्कि यह हमारे जीवन मूल्यों, संस्कृति एवं संस्कारों की सच्ची संवाहक, सप्रेषक और परिचायक भी हैं।

बहुत सरल, सहज और सुगम भाषा होने के साथ हिंदी विश्व की संभवतः सबसे वैज्ञानिक भाषा हैं दुनिया भर में हमारी हिंदी भाषा को समझने बोलने और हदय से चाहने वाले बड़ी संख्या में मौजूद हैं। टाज के डिजिटल युग में हिंदी भाषा का उपयोग तेजी से बढ़ रहा हैं। इंटरनेट, सोशल मीडिया और डिजिटल मीडिया पर हिंदी भाषा का प्रचार-प्रसार तेजी से हो रहा हैं।

''पढ़ो-लिखो कोउ लाख विध भाषा बहुत प्रकार।
पै जबही कछु सोचिहो निज भाषा अनुसार।।

धीरे-धीरे हिंदी भाषा का प्रचलन बढ़ा और इस भाषा ने राष्ट्र भाषा का रूप ले लिया। अब हमारी राष्ट्रभाषा अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी बहुत पसंद की जाती हैं। इसका एक कारण यह है कि हमारी भाषा हमारे देश की संस्कृति और संस्कारों का प्रतिबिंब हैं। आज विश्व के कोने-कोने से विद्यार्थी हमारी भाषा और संस्कृति को जानने के लिए हमारे देश का रुख कर रहे हैं। एक हिंदुस्तानी को कम से कम अपनी हिंदी भाषा समझनी पढ़नी बोलनी तो आनी ही चाहिए, साथ ही हमें हिंदी का सम्मान भी करना सीखना होगा।

''जिसने पूरे देश को जोड़े रखा हैं,
वे मजबूत धागा हैं हिंदी,
हिंदुस्तान की गौरव-गाथा हैं हिंदी।।

आजकल अंग्रेजी बाजार के चलते दुनियाभर में हिंदी जानने व बोलने वाले को अनपढ़ के रूप में देखा जाता हैं, यह बिल्कुल भी सही नहीं हैं आज हम हमारे देश में ही अंग्रेजी के गुलाम बन बैठे हैं। आज हर माता-पिता अपने बंच्चो को अच्छी शिक्षा के लिए अग्रेजी मीडियम के स्कूलो में प्रवेश दिलाते हैं।

इन स्कूलो में विदेशी भाषाओ पर पूरा जोर दिया जाता हैं लेकिन मातृभाषा हिंदी पर नहीं। घर पर बच्चा अतिथियों के सामने एक-दो अग्रेंजी की कविता सुना देता हैं तो माता-पिता गर्व से फूल जाते हैं जबकि हिंदी में सैकड़े तक की संख्याएँ भी बोलने पढ़ने की समझ नही हैं। अपनी हिंदी भाषा के महत्व को स्वीकारते हुए भारतेन्दु हरिशचन्द्र जी कहते हैं।

'' अंग्रेजी पढ़ि कै जदपि, सब गुन होत प्रवीन
पै निज भाषा बिन रहत हीन के हीन

शिक्षा संस्कार का ही दूसरा नाम हैं अपनी जन्मभूमि के संस्कार अपनी भाषा के माध्यम से ही आते हैं। अपने संस्कारों और अपनी भाषा को कभी भूलना नहीं चाहिए। हिंदी का सम्मान करना हमारा धर्म, कर्म व शान हैं।

'' हिंदी पर हैं हमें अभिमान।
यही हैं हमारे देश की पहचान।।''

श्हंदी दिवस पर मेरा निवेदन है कि हमें अपने बच्चों को हिंदी पुस्तकालय की पुस्तकों को नियमित पढ़ने व ज्ञान के भण्ड़ार को सुदृढ़ करने का प्रयास करना चाहिए। अपनी मातृभाषा का सम्मान उसका गहन अध्ययन करके प्रचार-प्रसार करके किया जा सकता हैं। हमारे देश के लोग विदेशो में जाकर अपनी संस्कृति व भाषा का लोहा मनवा चुके हैं जिससे प्रभावित होकर भारतीय संस्कृति की महानता को जानने के लिए विदेशी भी लालायित हो रहें हैं। हमारा दायित्व है कि मातृभाषा के अथाह ज्ञान कोष को जानने, समझने व अपनाने की आवश्यकता हैं

तकि अपनी महान संस्कृति के ज्ञान गौरवशाली बल से इतिहास से मानव जाति का कल्याण कर सकते हैं।

हिंदी भाषा : आज की आवश्यकता है

वक्ताओं की ताकत भाषा , लेखक का अभिमान है भाषा ,
भाषाओं के शीश पर बैठी, मेरी प्यारी हिंदी भाषा ।

मानव जाति स्वयं को अभिव्यक्त करने के लिए विभिन्न मध्यम खोजती है तथा ऐसी भाषा का विकास हुआ ।भाषा एक पुल है जो लोगों को जोड़ती है। भाषा के रूप में हिंदी में केवल भारत की पहचान है बल्कि यह हमारे जीवन मूल्यों को संस्कृति एवं संसाधन की सच्ची संवाहक संप्रेषक और परिचायक भी है । यह विश्व में सबसे ज्यादा बोलने वाली तीसरी भाषा है तथा हिंदी भारत संघ की राजभाषा है ।

हिंदी देश की एकता की कड़ी है ,
देखो यह आज मजबूत खड़ी है

एक भाषा के विकास में उसे समाज और संस्कृति की महत्वपूर्ण भूमिका होती है जहां यह बोली जाती है। इस भाषा के विकास में भी समाज जो संस्कृति की लंबी महत्वपूर्ण भूमिका ही है ।खासकर उत्तर भारतीय राज्यों की भूमिका ।भारत की प्राचीन भाषा संस्कृत के विभिन्न कालखंडों में अलग-अलग स्वरूप में हुए वियोजन से हिंदी का विकास हुआ।विश्वभर में करोड़ों की संख्या में भारतीय समुदाय के लोग एक संपर्क भाषा के रूप में हिंदी का इस्तेमाल कर रहे हैं। इसस अंतरराष्ट्रीय स्तर पर यूनेस्को की सात भाषाओं में हिंदी को भी मान्यता मिली है। जात पात के बंधन को तोडे ,हिंदी सारे देश को जोड़े ,बिन मातृभाषा के साहित्य भी वीरान रहेगा, हिंदी रहेगी तो हिंदुस्तान रहेगा।

भाषा वही जीवित रहती है जिसका प्रयोग जनता करती है तथा भारत में लोगों के बीच संवाद का सबसे बेहतर माध्यम हिंदी है। हिंदी को आगे बढ़ाना है ,उन्नति की राह पर ले जाना है, केवल एक दिन नहीं ,हमें नित्य दिन हिंदी दिवस मनाना है। कितनी भी चुनौतियों के बावजूद हिंदी भाषा के महत्व को कम नहीं किया जा सकता, और भाषा को बढ़ावा देने के लिए प्रयास किए जाने चाहिए।

....वर्षा, बी.ए. तृतीय वर्ष

देवी माँ के नौ रूप

हमारा देश व्रत व त्योहारों का देश है। वैसे तो सभी व्रत और त्योहारों का अपना महत्व है। किंतु नवरात्रि में से विशेष रूप से स्त्री शक्ति का प्रतिनिधित्व करती मां दुर्गा के नौ रूपों की विधिवत पूजा की जाती है, इसलिए यह पर्व विशेष हो जाता है, खास तौर पर स्त्रियां आदिकाल से ही सर्वशक्तिमान रही है, इसलिए पूजनीय भी रही है। हमारी संस्कृति शुरू से ही मात्रा सत्ता रही है, हमारे ज्ञान और विवेक की अधिष्ठात्री सरस्वती, शक्ति दुर्गा, ऐश्वर्या की अधिष्ठात्री लक्ष्मी मानी जाती है।स्त्री को इन तीनों रूपों में रखकर ,भारतीय मनीषियों ने पूरी संस्कृति को बांध दिया है।मां का हर रूप स्त्री शक्ति का प्रतिनिधित्व करता है।

1. नवरात्रि के पहले दिन दुर्गा के शैलपुत्री रूप की पूजा की जाती है। देवी के इस रूप को इन अर्थों में ले सकते हैं की बेटियों के इरादे अपने कर्तव्यों के प्रति चट्टान की तरह होते हैं, अतः उनका दृढ़ निश्चय रूप पूजनीय है।

2. दूसरे दिन मां ब्रह्मचारिणी रूप की पूजा होती है। इसे हम इस रूप में भी देख सकते हैं स्त्री ब्रह्मा के बने हुए आचरण का निर्वहन करती है, इसलिए उसका संयमित,धैर्यवान व अनुशासित रूप पूजनीय है।

3. तीसरे दिन मां चंद्रघंटा की पूजा होती है ,जिसका शाब्दिक अर्थ है चांद की तरह चमकने वाली।अर्थात स्त्री का दिव्य रूप उसके आंतरिक गुना का प्रतिनिधित्व करता है,अतः उसकी भावनाओं गुना का सदा सम्मान करो।

4. चौथे दिन दुर्गा के कुष्मांडा रूप की पूजा की जाती है, इसका अर्थ हुआ कि पूरा जगत उनके पैरों तले हैं। अर्थात स्त्री के वश में पूरा संसार है, उसे कमजोर समझने की भूल न करो।

5. पांचवें दिन स्कंदमाता पूजी जाती है। इसका अर्थ है कार्तिक स्वामी की माता।अर्थात औरत का मातृ स्वरूप सदा पूजनीय है।

6. छठा रूप है कात्यायनी। यानी कात्यायन आश्रम में जन्म लेने वाली। इसका व्यावहारिक पहलू यह है कि बेटियां सर्वथा सम्माननीय है।

7. सातवां रूप कालरात्रि, जिसका अर्थ है- काल का नाश करने वाली। स्त्री अपने दृढ़ शक्ति से काल को भी मात दे सकती है।

8. आठवां रूप है महागौरी। अर्थात गौर वर्ण वाली मां । ये चरित्र की पवित्रता की प्रतीक है, जो सर्वथा पूजनीय है।

9. नौवा रूप है सिद्धिदात्री, जो सारी सिद्धियों का मूल सर्व सिद्धि देने वाली है। देवी पुराण कहता है भगवान शिव ने देवी के इस रूप से कई सिद्धियां प्राप्त की अतः स्त्री को सम्मान देने वाले सभी सिद्धियों को प्राप्त कर सकते हैं

देश भर में नौ दिनों तक नवरात्रि का त्यौहार मनाया जाता है। लेकिन पश्चिम बंगाल में दुर्गा पूजा सिर्फ 5 दिनों के लिए होती है। पंचमी से लेकर विजयदशमी तक मनाया जाता है। देश के बाकी हिस्सों में नवरात्रि के दौरान देवी दुर्गा को मां के रूप में पूजा जाता है। यह ऐसा समय होता है जब देवी दुर्गा अपने भक्तों की परेशानियों को दूर कर उनकी मनोकामनाओं को पूरी करती है। लेकिन पश्चिम बंगाल में देवी को मां नहीं बल्कि बेटी के तौर पर पूजा जाता है। स्थानीय मान्यता के अनुसार देवी दुर्गा कैलाश पर्वत जो उनका ससुराल है, 5 दिनों के लिए मायके आती है। इसी वजह से दुर्गा पूजा के दौरान पश्चिम बंगाल में उपवास नहीं बल्कि जमकर खाने खिलाने का दौरा चलता है।

इन पहलुओं से पता चलता है की नारी सदैव से ही सशक्त रही है तथा आगे भी अग्रिम स्थान पर ही रहेगी।

कविता भारद्वाज, हिन्दी विभाग

पितृपक्ष अमावस्या महत्व, पूजा विधि और धार्मिक मान्यताएं

पितृपक्ष अमावस्या हिंदू धर्म में एक अत्यंत महत्वपूर्ण दिन है, जिसे श्राद्ध पक्ष के दौरान मनाया जाता है। यह विशेष अमावस्या तिथि उन पूर्वजों के प्रति श्रद्धांजलि अर्पित करने के लिए होती है, जिन्होंने इस संसार को त्याग दिया है। यह तिथि पितरों की आत्मा की शांति के लिए श्राद्ध, तर्पण और पिंडदान करने के लिए सबसे उत्तम मानी जाती है। पितृपक्ष अमावस्या को सर्वपितृ अमावस्या भी कहा जाता है, क्योंकि इस दिन सभी पितरों के लिए एक साथ श्राद्ध किया जा सकता है।

पितृ पक्ष का महत्व: पितृ पक्ष का आरंभ भाद्रपद माह की पूर्णिमा से होता है और आश्विन माह की अमावस्या तक चलता है। यह 15 दिनों का समय होता है, जिसे पितरों के लिए समर्पित माना जाता है। हिंदू मान्यताओं के अनुसार, श्राद्ध और तर्पण के माध्यम से पितरों की आत्मा को शांति मिलती है और उनके आशीर्वाद से वंशजों की उन्नति होती है। पितृ पक्ष अमावस्या उन पितरों के लिए विशेष है, जिनकी मृत्यु तिथि ज्ञात नहीं होती, या जिनका श्राद्ध किसी कारणवश सही समय पर नहीं हो पाया हो।

श्राद्ध और तर्पण विधि

1. **स्नान और शुद्धि:** इस दिन सबसे पहले स्नान कर शुद्ध वस्त्र धारण किए जाते हैं। इसके बाद श्राद्ध करने वाले व्यक्ति को पवित्र स्थान पर बैठकर श्राद्ध कर्म आरंभ करना चाहिए।

2. **पिंडदान:** पितरों की आत्मा की शांति के लिए चावल, तिल और आटे से बने पिंड (गोलाकार खाद्य पदार्थ अर्पित किए जाते हैं।

3. **तर्पण:** तर्पण करने के लिए जल में तिल, फूल और कुश मिलाकर उसे सूर्य और पितरों के नाम पर अर्पित किया जाता है। इसे अंजलि के रूप में जल का अर्पण करना भी कहा जाता है।

4. **भोजन का अर्पण:** श्राद्ध के दिन पितरों के लिए विशेष भोजन बनता है, जिसमें खीर, पूरी, सब्जी, दही आदि का समावेश होता है। इस भोजन को ब्राह्मणों को अर्पित किया जाता है या गाय, कुत्ते और कौवे के लिए रखा जाता है।

5. **दान:** श्राद्ध के बाद ब्राह्मणों और गरीबों को अन्न, वस्त्र, और अन्य आवश्यक वस्तुएं दान में दी जाती हैं।

धार्मिक मान्यताएं

हिंदू धर्म में मान्यता है कि पितृपक्ष के दौरान पितरों की आत्माएं पृथ्वी पर आती हैं और अपने वंशजों से श्राद्ध की आशा करती हैं। जो व्यक्ति श्रद्धा से श्राद्ध करता है, उसे पितरों का आशीर्वाद प्राप्त होता है और उनके जीवन में सुख-समृद्धि आती है। वहीं, जो व्यक्ति इस कर्म को नहीं करता, उसे पितृ दोष का सामना करना पड़ सकता है, जिससे उसके जीवन में बाधाएं उत्पन्न हो सकती हैं। पितृ पक्ष अमावस्या पूर्वजों की स्मृति में एक विशेष दिन है, जिसमें उनकी आत्मा की शांति के लिए पूजा-अर्चना और दान-पुण्य किए जाते हैं। यह केवल धार्मिक अनुष्ठान नहीं, बल्कि हमारे पूर्वजों के प्रति कृतज्ञता और सम्मान व्यक्त करने का एक माध्यम है। हिंदू संस्कृति में इसे पारिवारिक और सामाजिक कर्तव्य के रूप में देखा जाता है, जिससे न केवल पितरों की आत्मा को शांति मिलती है, बल्कि वंशजों के जीवन में भी सकारात्मक ऊर्जा और समृद्धि का संचार होता है।

दशहरा: अधर्म पर धर्म की विजय का पर्व

दशहरा, जिसे विजयदशमी के नाम से भी जाना जाता है, हिंदू धर्म का एक प्रमुख त्योहार है। यह पर्व बुराई पर अच्छाई की जीत का प्रतीक है और अश्विन मास के शुक्ल पक्ष की दशमी तिथि को मनाया जाता है। दशहरा को विभिन्न क्षेत्रों में अलग-अलग तरीके से मनाया जाता है, लेकिन इसका मुख्य उद्देश्य अधर्म पर धर्म की विजय का उत्सव मनाना है। इस दिन भगवान राम ने रावण का वध किया था और देवी दुर्गा ने महिषासुर नामक असुर पर विजय प्राप्त की थी, इसलिए यह पर्व न केवल वीरता और साहस का प्रतीक है, बल्कि नैतिकता और धार्मिकता का भी संदेश देता है।

दशहरे का महत्व

दशहरे का धार्मिक और सांस्कृतिक दोनों दृष्टिकोण से अत्यधिक महत्व है। यह त्योहार असत्य, अहंकार, और अधर्म पर सत्य, विनम्रता और धर्म की विजय का प्रतीक है। भगवान राम और रावण के युद्ध की कथा से हमें यह सीख मिलती है कि चाहे बुराई कितनी भी शक्तिशाली क्यों न हो, अंत में सत्य और धर्म की ही जीत होती है। इसी प्रकार, देवी दुर्गा की महिषासुर पर विजय से यह संदेश मिलता है कि जब अधर्म अपनी सीमा पार कर जाता है, तो धर्म उसका नाश करता है।

दशहरे की कथा

दशहरा मुख्य रूप से दो प्रमुख धार्मिक कथाओं से जुड़ा हुआ है। पहली कथा भगवान राम और रावण के युद्ध से संबंधित है। रामायण के अनुसार, भगवान राम ने अपनी पत्नी सीता को रावण के चंगुल से छुड़ाने के लिए लंका पर आक्रमण किया था। नौ दिनों तक चलने वाले इस युद्ध में भगवान राम ने अंततः दशमी के दिन रावण का वध किया, और इसी कारण इस दिन को विजयदशमी के रूप में मनाया जाता है।

दूसरी कथा महिषासुर मर्दिनी से संबंधित है। देवी दुर्गा ने नौ दिनों तक महिषासुर नामक असुर से युद्ध किया और दशमी के दिन उसे पराजित किया। इसलिए, इस दिन को शक्ति की देवी दुर्गा की उपासना के रूप में भी मनाया जाता है, विशेषकर भारत के पूर्वी और उत्तर-पूर्वी हिस्सों में।

दशहरे की परंपराएं

1. **रामलीला:** दशहरे के दौरान भारत के कई हिस्सों में रामलीला का मंचन होता है, जिसमें भगवान राम की कथा का नाट्य रूपांतरण प्रस्तुत किया जाता है। यह रामायण के विभिन्न अध्यायों को जीवंत करता है और लोगों को भगवान राम के आदर्श जीवन से प्रेरणा लेने का अवसर प्रदान करता है।

2. **रावण दहन:** इस दिन का मुख्य आकर्षण रावण, कुंभकर्ण और मेघनाद के विशाल पुतलों का दहन होता है, जो बुराई के अंत का प्रतीक है। इसे देखने के लिए लोग बड़ी संख्या में एकत्र होते हैं और पटाखों की गूंज के बीच रावण के पुतले को जलते हुए देख खुशी मनाते हैं।

3. **शस्त्र पूजा:** विजयादशमी के दिन शस्त्रों की पूजा का विशेष महत्व है। प्राचीन काल में इस दिन योद्धा अपने शस्त्रों की पूजा करते थे और नए अभियानों के लिए तैयार होते थे। आज भी सेना और पुलिस बलों में शस्त्र पूजा की परंपरा जीवित है। कई लोग अपने कार्य उपकरणों की भी पूजा करते हैं, जैसे किसान अपने हल की, और व्यापारी अपने बही खातों की।

4. **स्नेह मिलन:** दशहरे के अवसर पर परिवार और मित्रों के बीच स्नेह मिलन का आयोजन होता है। लोग एक-दूसरे को विजयदशमी की शुभकामनाएं देते हैं और मिठाइयों का आदान-प्रदान करते हैं।

भारत के विभिन्न हिस्सों में दशहरा

भारत के अलग-अलग हिस्सों में दशहरा अलग-अलग रूपों में मनाया जाता है।

उत्तर भारत में रामलीला और रावण दहन प्रमुख हैं, जबकि पश्चिम बंगाल और असम में दुर्गा पूजा के रूप में इसे मनाया जाता है। कर्नाटक के मैसूर में दशहरे का विशाल जुलूस निकाला जाता है, जहां हाथियों और सजावट से सजी सवारियां प्रमुख आकर्षण होती हैं। वहीं गुजरात में इसे नवरात्रि के साथ जोड़कर गरबा और डांडिया के रूप में मनाया जाता है।

दशहरा केवल एक त्योहार नहीं, बल्कि यह अच्छाई की विजय और जीवन में नैतिकता की आवश्यकता का प्रतीक है। यह पर्व हमें याद दिलाता है कि चाहे परिस्थितियां कितनी भी कठिन क्यों न हों, अंत में सच्चाई और धर्म की ही जीत होती है। दशहरा हमें आत्मनिरीक्षण करने, अपने जीवन में व्याप्त बुराइयों को पहचानने और उन्हें समाप्त करने की प्रेरणा देता है। भारतीय संस्कृति में दशहरे का संदेश सार्वभौमिक है और यह हमें सिखाता है कि जीवन में हमेशा सच्चाई, नैतिकता और धर्म का अनुसरण करना चाहिए।

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। Title-Code:- HARBIL01906 **प्रबंध सम्पादक:** डॉ. अलका मित्तल
मोबाईल नम्बर: 9306940790 **नोट:** सभी विवादों का न्यायक्षेत्र भिवानी न्यायालय होगा **Gmail:** anupama.express@ammb.ac.in