



**KRISHAN LAL KOHLI SARASWATI BAL
MANDIR SR. SEC. SCHOOL, MEHRAULI**

DRISHTI

**(E- Magazine)
2020-21**

विद्या भारती - आधारभूत विषय

शारीरिक शिक्षा

योग

संगीत

12 JAN 1863 - 4 July 1902

संस्कृत

नैतिक एवं आध्यात्मिक शिक्षा

‘ हमें ऐसी शिक्षा चाहिए जिससे चरित्र का निर्माण हो, मन की शक्ति बड़े, बुद्धि का विकास हो और मनुष्य अपने पैर पर खड़ा हो सके। ’

- स्वामी विवेकानंद

“मन समर्पित तन समर्पित और यह जीवन समर्पित
चाहता हूँ मातृ-भूतुझको अभी कुछ और भी दूँ ॥”



स्वर्गीय श्री कृष्णलाल कोहली
25/03/1919 - 16/08/2018



दृष्टि

वार्षिक ई - पत्रिका

सत्र 2020-21

सरस्वती बाल मंदिर वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय

वार्ड न.6 महरौली नई दिल्ली-110030

दूरभाष सं 011-26645770,8448015410

sbmmehrauli@gmail.com

www.sbmmehrauli.com

संचालक

समर्थ शिक्षा समिति, दिल्ली

सम्बद्ध

विद्या भारती अखिल भारतीय शिक्षा संस्थान

संचालक मण्डल

मुख्य संपादक



सुनीता मुरघई

अंग्रेजी विभाग



जटा शंकर
तिवारी

हिंदी विभाग



ऋतु सिंह

संस्कृत विभाग



नरेन्द्र सिंह

डिज़ाइनर



अन्जनीत झा

कंप्यूटर
ग्राफ़िक



अजीत कुमार
पाण्डेय



समर्थ शिक्षा समिति (पंजी0)

सरस्वती शिशु/बाल मंदिर परिसर, (डेसू कार्यालय के पास),

आराम बाग, पहाड़गंज, नई दिल्ली-110055

E-mail: samiti59@yahoo.com



हर्ष का विषय है कि आपका विद्यालय अपनी वार्षिक ई-मैगजीन प्रकाशित करने जा रहा है विद्यालय के विकास और प्रगति के विवरण से प्रसन्नता की अनुभूति हुई।

शिक्षा के दो आयाम हैं बौद्धिक विकास और भावनात्मक विकास। बौद्धिक विकास आवश्यक है पर वही सब कुछ नहीं है। हमारी आने वाली पीढ़ी अपने देश और समाज की बनावट के अनुरूप अपने व्यक्तित्व का निर्माण करें। वे संस्कारी बने, अनुशासित बने, चरित्र संपन्न बने, व्यसन मुक्त बने और अपनी संस्कृति को जीने वाली बने। विद्यार्थी का शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक एवं भावात्मक सर्वांगीण विकास ही हमारा लक्ष्य है।

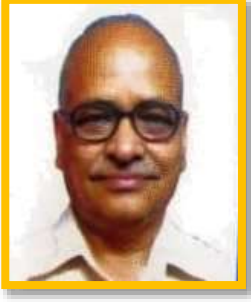
विगत सप्ताह विद्यालय में जाने का शुभ अवसर मिला, वहाँ सभी आचार्यों प्रधानाचार्य व कर्मचारियों से व्यक्तिगत बातचीत विद्यालय के प्रगति के लिए आप सभी का उत्साह और प्रतिबद्धता देख कर अच्छा लगा।

कोरोना की विषम परिस्थिति में हमारे आचार्यों ने नई तकनीक के क्षेत्र में अच्छा प्रयास किया सभी ने गहन प्रशिक्षण से नई तकनीक के माध्यम से अध्यापन कार्य सुचारू रूप से संचालित किया। विद्यालय में विद्यार्थियों की संख्या के साथ-साथ गुणवत्ता का विकास भी करें। विद्यालय के सर्वांगीण विकास हेतु बहुत-बहुत शुभकामनाएँ।

सुखराज सेठिया

अध्यक्ष समर्थ

शिक्षा समिति



समर्थ शिक्षा समिति (पंजी0)

सरस्वती शिशु/बाल मंदिर परिसर, (डेसू कार्यालय के पास),

आराम बाग, पहाड़ गंज, नई दिल्ली-110055

E-mail: samiti59@yahoo.com



शुभ सन्देश

कोरोना वायरस के संक्रमण काल संपूर्ण विश्व में निरंतर प्रभावित हो रहा है। भारत भी वर्तमान चुनौतियों को स्वीकार करते हुए श्रेष्ठ भारत के निर्माण को सुनिश्चित करने में लगा है यँ तो आज वातावरण में चारों ओर कोविड-19 का हाहाकार मचा है।

ऐसे समय में ई पत्रिका दृष्टि प्रकाशित कर महरौली विद्यालय ने सभी शिक्षको, छात्र-छात्राओं व अभिभावकों को लेखन की अभिव्यक्ति दी है।

विद्यालय विद्या भारती का उद्देश्य न केवल ऐसी युवा पीढ़ी का निर्माण करना है जो हिंदुत्व निष्ठ राष्ट्रभक्ति से ओतप्रोत हो बल्कि शिक्षा के जरिए सुसंस्कृत समाज की स्थापना भी कर सके। इस पत्रिका के द्वारा समग्र विचार प्रवाह को उचित स्थान दिया गया है।

यह पत्रिका विद्यार्थियों के संपूर्ण विकास को सशक्त साधन बनेगी। मैं इस पत्रिका के प्रकाशित होने पर सरस्वती बाल मंदिर महरौली दृष्टि के संपादक मंडल को भी शुभकामनाएँ देता हूँ।

आपका शुभेच्छु

रामगोपाल अग्रवाल

उपाध्यक्ष

समर्थ शिक्षा समिति



समर्थ शिक्षा समिति (पंजी0)
सरस्वती शिशु/बाल मंदिर परिसर, (डेसू कार्यालय के पास),
आराम बाग, पहाड़गंज, नई दिल्ली-110055

E-mail: samiti59@yahoo.com

शुभ – संदेश

हर्ष का विषय है कि सरस्वती बाल मंदिर, महरौली छात्रों के व्यक्तित्व विकास एवं मौलिक अभिव्यक्तिपरक क्षमताओं के विकास को सुअवसर प्रदान करने के उद्देश्य से 'वार्षिक ई पत्रिका' प्रकाशित करने जा रहा है।

कोरोना काल की इन कठिन परिस्थितियों में विद्यार्थियों में अपने श्रेष्ठ सामाजिक, सांस्कृतिक व आध्यात्मिक मूल्यों के प्रति सच्ची लगन एवं जागरूकता पैदा करना अति आवश्यक है।

विद्यालय पत्रिका विद्या भारती के लक्ष्य के अनुरूप विद्यार्थियों को हिन्दुत्व-निष्ठ एवं राष्ट्रभक्ति से ओत-प्रोत करने में सहायक होगी एवं अभिभावकों, आचार्यों तथा छात्रों का ज्ञान-वर्धन करेगी। इसके साथ ही पत्रिका वर्तमान समस्याओं और उनसे निदान पाने के उपायों पर भी प्रकाश डालेगी।

इन विषम परिस्थितियों में आपके द्वारा किये जा रहे इस पुनीत कार्य के लिए मैं समिति परिवार की ओर से हार्दिक शुभकामनाएं प्रेषित करते हुए, इस प्रयास की सफलता की कामना करता हूँ।

पुनश्च, हार्दिक बधाई।

कुलवीर कुमार

महामंत्री समर्थ शिक्षा समिति



समर्थ शिक्षा समिति ,दक्षिणी विभाग
गो.ला .त्रे. स .बा .म.विद्यालय परिसर
नेहरु नगर ,नई दिल्ली -110065



Message

Greetings to all the students, teachers, parents and cooperative staff members. I would specially mention Shree Raj Kumar Sharma ji who as the Principal has set an example with his dedication and hard work.

It is the efforts of all that have made this school such a good educational institute.

We have to keep on working for the never ending process of serving the society by providing value based education.

Now with the adoption of National Education Policy, our system of imparting education will see a substantial change. Our teachers will have to be trained for it's implementation. Great efforts have been made to make this policy excellent. I take this opportunity to compliment the entire team, who were involved in making NEP,2020.

Let us all pledge to build a better Bharat.

Sangeeta ji

President

South Samiti



समर्थ शिक्षा समिति ,दक्षिणी विभाग
गो.ला .त्रे. स .बा .म.विद्यालय परिसर
नेहरु नगर ,नई दिल्ली -110065



SECRET OF SUCCESS

Everybody in life wants success. It has rightly been said "Success is the effect not the cause".

Thus the secret of success is the right action.

After having chosen the goal, don't act as per your likes and dislikes. All your actions should be towards the fulfilment of the goal.

We should not always keep the success in our mind. After having chosen our goal, we should do the allotted work with full dedication and hard work.

We should always have in mind that no one else is our enemy rather "Man himself is his enemy and man himself is his friend". A disciplined mind is one's friend and indisciplined mind is one's enemy.

As we grow up, we should know the importance of values in life. We need to utilize our time reasonably. We should learn to strengthen our relation with friends, co-workers and relatives.

I, therefore, suggest that we should study and imbibe teachings of The Gita to gain peace and success in all stages of our life.

V.K.KOHLI

Mantri South Samiti



सन्देश

अध्यक्षा के कलम से

मानव जीवन को विकसित करने के लिए शिक्षा एक ऐसा माध्यम है जिसके द्वारा देश न केवल अपनी हजारों सालों की संस्कृति संजोकर रख रहा है बल्कि उसे आधार बनाकर भविष्य में दुनिया के विकसित देशों के साथ कदम मिलाकर चल भी रहा है।

हमारा संकल्प है कि हम अपने विद्यार्थियों को उत्कृष्ट शिक्षा प्रदान करें, जो न केवल उन्हें आर्थिक रूप से सक्षम एवं स्वावलंबी भारतीय नागरिक के रूप में सुसज्जित करें अपितु देश की प्रगति में भी अपना सार्थक योगदान दें। उन्हें देशसेवी और संवेदनशील बनाने में सक्षम हो, अपने देशवासियों की सेवा में तत्पर रहें और देश के अति संवेदनशील स्थानों पर जाकर लोगों की सहायता कर सकें ताकि हमारे देश की सीमाएँ सुरक्षित रहें। यह संस्थान ऐसे ही उत्तम शैक्षणिक, आध्यात्मिक, प्राणिक और मानसिक आधारभूत संरचना एवं सर्वश्रेष्ठ संकायों के द्वारा छात्रों के ज्ञानोपार्जन के साथ अनुशासन व चरित्र निर्माण में सहयोग प्रदान कर रहा है।

आचार्य, छात्र एवं छात्राएँ इस शताब्दी के माध्यम से कदम से कदम मिलाकर बढ़े और अपने देश को अपने समय में ही विकसित देश के रूप में देखें।

मेरी शुभकामनाएँ विद्यालय परिवार के साथ।

सरला सिंह

अध्यक्षा



From The Manager's Pen

It gives me immense pleasure to share with you that our school magazine is being brought out for the year 2020-21 amidst the challenges posed by the deadly virus, Covid-19. This shows the abiding commitment of our students and teachers and their unflinching faith in the pace and positivity of life " Charaiveti, Charaiveti".

The school magazine is a vibrant platform for expression of ideas, creativity and imagination of our students.

This year's magazine would incorporate the activities of the students and contributions of our highly esteemed staff members, presenting a panorama of development and growth of the school.

I take this opportunity to congratulate all members of the editorial team for bringing out this magazine. The students also deserve my sincere applause for their creative pursuits. I hope that it proves to be an expression of brilliant ideas which is bound to leave an imprint on the mind of the readers.

With Best Wishes.

Dr. Chandra Shekhar Dubey
Manager.



प्रधानाचार्य की लेखनी से

सरस्वती बाल मंदिर महरौली विद्यालय की ई पत्रिका दृष्टि आप सबके समक्ष प्रस्तुत करते हुए अत्यंत हर्ष और आनंद का अनुभव हो रहा है। मानव जीवन को विकसित करने के लिए शिक्षा एक ऐसा साधन है जो छात्र को ज्ञानोपार्जन के साथ-साथ अनुशासन और चरित्र निर्माण में सहयोग भी करता है। स्वामी विवेकानंद जी के अनुसार जिसके जीवन में ध्येय नहीं, जीवन का कोई लक्ष्य नहीं, उसका जीवन व्यर्थ है लेकिन हमारे लक्ष्य और कार्यों का उद्देश्य शुभ हो। सरस्वती बाल मंदिर विद्यालय विद्या भारती द्वारा दिए गए उद्देश्यों की पूर्ति हेतु निरंतर अग्रसर है। विद्या भारती आधारभूत विषय शिक्षण के साथ – साथ बालक के सर्वांगीण विकास हेतु प्रतिबद्ध है। संस्कार समाज की आत्मा है जो एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक जाते हैं। महरौली विद्यालय शिक्षा के इन्हीं आयामों की पूर्ति करता हुआ निरंतर आगे बढ़ रहा है। हमारी संकल्पना अपने विद्यालय को एक आदर्श के रूप में स्थापित करने की है जहाँ छात्र भैया / बहिन के शारीरिक, बौद्धिक, मानसिक, सामाजिक एवम सांस्कृतिक विकास और उनके चरित्र गठन की हर संभव कोशिश विद्यालय द्वारा की जा रही है। वर्तमान समय शिक्षा सम्प्रेषण और ग्रहण करने की दृष्टि से अभूतपूर्व परिवर्तन लाया है। आज विश्व कोरोना जैसी वैश्विक महामारी का सामना कर रहा है सब तरफ बेचैनी, निराशा का साम्राज्य है छात्र असमंजस की स्थिति में अपने भविष्य को लेकर चिंतित है ऐसे में अपने कर्तव्यों को सर्वोपरि रख विद्यालय छात्रों को शिक्षा के साथ – साथ आशा, मनोबल और सकारात्मक दृष्टिकोण देने की ओर प्रयासरत है। मानसिक दशा के साथ शारीरिक, बौद्धिक, सामाजिक विकास द्वारा उनको जीवन की चुनौतियों के लिए तैयार करने का लक्ष्य विद्यालय लिए हुए है। इसके लिए समय – समय पर अनेक विशेषज्ञों, काउंसलिंग सत्र का मार्गदर्शन लिया गया फिर चाहे वो ड्रिल सेशन हो या बालिकाओं को स्वास्थ्य के प्रति सजग करते हुए आगे बढ़ने की प्रेरणा देना हो। योग, संगीत, विज्ञान प्रतिगोगिताओं में महरौली क्षेत्र में उच्चतर स्थान प्राप्त कर हमारे छात्रों ने अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। व्यवस्था की सफलता ही विद्यालय की सफलता है और हमारी नियमित चलती ऑनलाइन कक्षाएँ इसका प्रमाण हैं जहाँ हर अध्यापक नवीन तकनीकों का प्रयोग कर अपने विषय को पारंगत तरीके से बच्चों तक पहुँचाने में रत है। शैक्षणिक स्तर पर हमारा उद्देश्य शिक्षा को रुचिपूर्ण बना परिणामों की गुणवत्ता को एक उच्च स्तर तक ले जाने की रहेगी। पाठ्यक्रम के अतिरिक्त हिंदी सप्ताह, अंग्रेजी सप्ताह, विज्ञान सप्ताह द्वारा विषय को खेल – खेल के तरीके से सिखाना इसकी विशेषता रही। इस विषम परिस्थिति में छात्रों की प्रेरणा बन उन्हें स्वामी विवेकानंद जी के कथन --- “श्रेष्ठ व्यक्तियों को प्राप्त करके ज्ञान प्राप्त करो”, ये दृष्टिकोण देना विद्यालय का लक्ष्य रहेगा। हमारे विद्यार्थी हमारी सम्पत्ति हैं, उनके आत्मविश्वास की ये चमक न केवल स्वयं उनको बल्कि परिवार और राष्ट्र को भी चमकाएगी यही ध्येय विद्यालय का भी है। महात्मा गाँधी जी ने कहा है –

शिक्षा का अर्थ है -- आत्मविश्वास और आत्मविश्वास का अर्थ है “अपने पर विश्वास।”
आप सबके सहयोग से विद्यालय निरंतर उन्नति के पथ पर गतिशील रहते हुए समाज को एक नई ऊर्जा और दिशा प्रदान करे, इसी आशा व शुभकामना के साथ

राज कुमार शर्मा
(प्रधानाचार्य)



Editorial

We feel immense pleasure to release our unique magazine “Drishti”. It is a pious attempt to give shape to the creativity of the budding artists during the pandemic. This is a challenging time for both the teachers and the students. No one would have imagined a year ago that school would be closed and the teachers will take online classes to teach the students from their homes. This physical distancing has brought us closer to our students. There is no limitation of school hours for clearing their doubts and counselling on their academic and personal issues.

It has become more challenging to fulfil the aim of Vidya Bharati that is all round development of the students. But we teachers are doing our best for the same. Yoga and Physical education teachers are guiding the students how to remain fit during pandemic. Apart from online classes, online competitions are also being organized. Online festivals are being celebrated, students are sharing videos and pictures of the festival celebrations from their homes. They participated in Swadeshi, Hindi, English, Science and Maths week enthusiastically. The teachers, the students and the parents welcomed New Education Policy and participated in online competitions organized by Vidya Bharati.

I extend my heartiest thanks to all my near and dear ones who have spared their time, energy and resources in the publication of the magazine facing the challenges of Covid 19. I would like to express my sincere thanks to our institution heads for their guidance through entire process of planning and publication of the magazine. I am thankful to all those budding talents who responded my call and made fabulous efforts to give shape to their creativity. I thank all the dignitaries for devoting their valuable time to send their best wishes for the magazine in the form of the messages.

At last I would like to conclude with a quote of Late Shri APJ Abdul Kalam, " Look at the sky. We are not alone."

The whole universe is friendly to us and conspires only to give the best to those who dream to flourish."

Sunita Murghai
(Chief Editor)

सर्वांगीण विकास

ALL ROUND DEVELOPMENT



शारीरिक विकास

PHYSICAL DEVELOPMENT



करो योग रहो निरोग



दक्षिणी विभागीय सूर्य नमस्कार प्रतियोगिता, 2020

(गुणात्मक श्रेणी)

परिणाम

I. शिशु वर्ग भैया
तृतीय -सत्यम



II. शिशु वर्ग बहनें
प्रथम - दीपिका बिष्ट
द्वितीय - राधा
तृतीय - कनिका



IV. बाल वर्ग बहनें
प्रथम - अंकिता
द्वितीय - जागृति

VII. तरुण वर्ग भैया
द्वितीय – प्रियांशु

V. किशोर वर्ग भैया
द्वितीय – अमृतेश

VIII. तरुण वर्ग बहनें
प्रथम - सुरभि
द्वितीय - प्राची

VI. किशोर वर्ग बहनें
द्वितीय - निधि
तृतीय – परिधि

प्रांतीय सूर्यनमस्कार प्रतियोगिता का परिणाम

गुणात्मक

शिशु वर्ग

नाम	स्थान	कक्षा
दीपिका बिष्ट	प्रथम	IV

बाल वर्ग

अंकिता	द्वितीय	VI
--------	---------	----

तरुण वर्ग

सुरभि	द्वितीय	XI-A
संख्यात्मक		

शिशु वर्ग

दीपिका	द्वितीय	IV
--------	---------	----

बाल वर्ग

जागृति	प्रथम	VII
--------	-------	-----

किशोर वर्ग

परिधि	प्रथम	IX-B
साहिल	द्वितीय	IX-B

तरुण वर्ग

प्राची	तृतीय	X-A
मयंक	तृतीय	XI-A



हम राष्ट्रीय सुरक्षा प्रहरी



पोषक आहार

स्वस्थ शरीर का आधार



MANTRAS OF PHYSICAL



मानसिक विकास

MENTAL DEVELOPMENT





LEARNING IS FUN



GLIMPSES OF ACTIVITY CLASS

कक्षा द्वितीय







संगीत विभाग

भारतीय कला में संगीत का स्थान सर्वोपरि है। संगीत को संस्कृति का अलंकार और संस्कृति को संगीत का अलंकार कहा गया है। संगीत हमें प्रेरित करके उदारता की ओर ले जाता है। इसी से मानव मन में प्रतिष्ठित करुणा मानवीय संवेदना के रूप में प्रस्फुटित होती है। इन्हीं बातों को ध्यान में रखकर संगीत को विद्या भारती ने पांच आधारभूत विषयों में महत्वपूर्ण स्थान दिया है। ताकि बालक को अंतर्निहित शक्तियां देवी रूप में प्रकट हो सके। अच्छे भारतीय संगीत से उसमें संस्कारों व एकाग्रता का मार्ग निहित हो।

भारतीय नेताओं से निकलने वाले स्वर्ण से श्रद्धा आस्था और मन की एकाग्रता उत्पन्न होती है। जिसके कारण परमात्मा के साक्षात्कार की सहज अनुभूति से हम आनंदित हो उठते हैं। देशभक्ति के गीतों की रचनाओं का गायन चाहे हम शास्त्रीय संगीत में करें चाहे कर्नाटकी संगीत में करें वे रचनाएं हमेशा गायक और श्रोताओं दोनों को ही देश के लिए जीने और मरने की प्रेरणा देगा।

शास्त्रीय संगीत में राग व उनके सुनने से फायदे

- १ राग दुर्गा - आत्मविश्वास बढ़ाने वाला।
 - २ राग यमन - कार्य शक्ति बढ़ाने वाला।
 - ३ राग देश कार - उत्थान व संतुलन साधने वाला।
 - ४ राग बिलावल - आध्यात्मिक उन्नति व संतुलन साधने वाला।
 - ५ राजहंस ध्वनि - सत्य असत्य को परिभाषित करने वाला।
 - ६ राग भैरवी - इंगला नाडी सशक्त करता है।
 - ७ राग भूप - शांतता निर्माण संतुलन साध कर अंधकार मिटाने वाला।
 - ८ राग मालकोश - अतिशय शांत मधुर राग प्रेमभाव निर्माण हेतु।
 - ९ राग भैरव - शांत वृत्तीय शुद्ध इच्छा निर्माण हेतु।
 - १० राग जैजैवंती - सुख समृद्धि यश देने वाला।
- विशुद्धि की सभी समस्या दूर करने की क्षमता रखता है।
- ११ राग भिम पलासी - संसार सुख देने वाला।
 - १२ राग सारंग - आत्मविश्वास भगाकर परिस्थिति का ज्ञान देने वाला और अत्यधिक मधुर राग।



(Music competition)

1st - Shivangi 9th B

2nd - Kritika 9th A

3rd - Anshita 9th A

(Dance competition)

1st position - Isha 7th A

2nd position - Preeti 8th A

3rd position - Gaurika and Rishika 7th A

(Dance competition)

1st - Kritika 9th A

2nd - Vedika 9th B

3rd - Swaleha 9th A

(Singing competition)

1st position - Neetu 7th A

2nd position - Gaurika and Aditya pandey 7th A

3rd position - Bhavarth 8th B and Anant pandey 6th A

3rd position - Bhavarth 8th B and Anant pandey 6th A



**KARISHMA OF OUR SCHOOL GOT 1ST PRIZE AT DISTRICT
LEVEL KALA UTASAV COMPETITION 2020-21**

UNDER SAMAGRA SHIKSHA

ORGANIZED BY DIRECTORATE OF EDUCATION



स्वर साधना के कुछ मधुर क्षण





रंगों से सजाकर लाए हैं माँ के लिए असीम प्यार



ENGLISH AND HINDI WRITING IN PRIMARY



बौद्धिक विकास



Intellectual Development

हिंदी दिवस

रिपोर्ट

सरस्वती बाल मंदिर, महरौली में हिंदी सप्ताह 14 सितंबर से 19 सितंबर तक उत्साहपूर्वक मनाया गया। कक्षा नर्सरी से बारहवीं के भैया /बहिनों ने हर गतिविधि में बढ़-चढ़ कर भाग लिया। सुलेख, कविता-कहानी पाठ,पोस्टर, फ्लैश कार्ड, नुक्कड़ नाटक, संवाद,समाचार संवाददाता , लघु पुस्तकालय , रस आधारित कविता गान,लेखक-कवि परिचय, स्केच,विषय विशेष पर जानकारी,शब्दकोष प्रतियोगिता जैसी अनेक गतिविधियाँ हिंदी सप्ताह का हिस्सा रहीं। विद्यालय के भैया /बहिनों की रचनात्मकता हिंदी सप्ताह की सफलता के लिए बेहद प्रशंसनीय रही ।

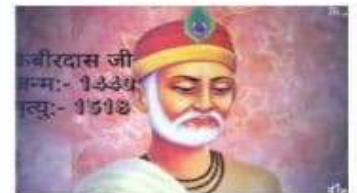
हिंदी सप्ताह की झलकियाँ



विद्यया यन्मनुष्यो कथं न जीवति.....



पद्मधार लखन
कक्षा IX-X
कबीर दास





मेरा अपना लघु पुस्तकालय हिंदी सप्ताह (16.09.20)



ENGLISH WEEK CELEBRATION

English week was celebrated from 23.11.2020 to 30.11.2020 by the students of classes III – VIII. The Students participated in many activities like poem recitation, storytelling, and action songs, quiz based on stories .The students from class VI to VIII made videos and PPT's explaining various grammatical topics like Tenses, Prepositions etc. They also narrated stories through PPT's.

Story Telling



Poem Recitation



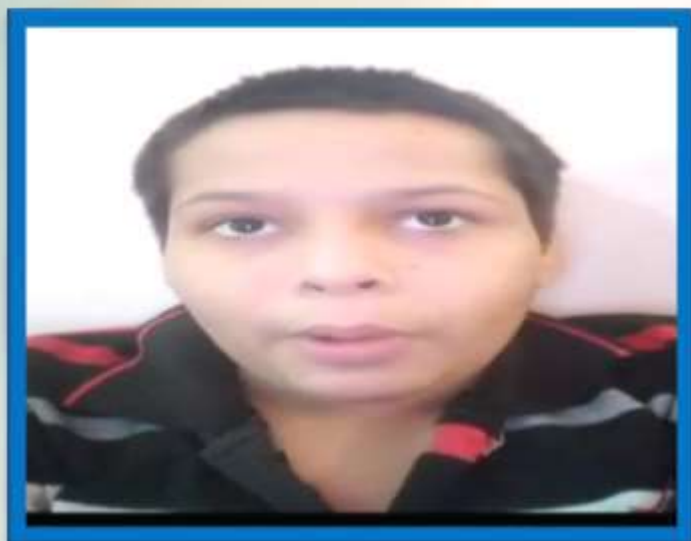
MATHEMATICS WEEK

Mathematics week was celebrated from 16 -11-2020 to 17-11-2020. All the students of class VI to VIII class participated in different activities enthusiastically. Many students participated in Mathematics activities. Some students preformed presentations on Indian Mathematicians.

USE OF GEOMETRICAL FIGURES IN SALAD AND RANGOLI



Shakuntala Devi _My Inspiration



SCIENCE WEEK

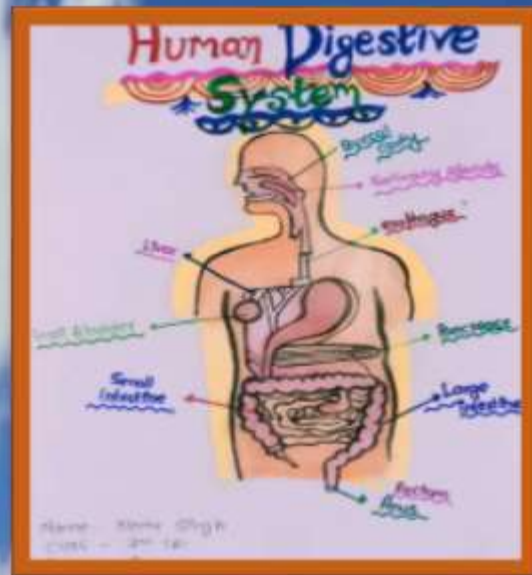
Science week was celebrated to inculcate observational skills and scientific temperament in students in our school in the month of October. Students of class IV and V participated enthusiastically in the events. Various science activities were performed by students at home. The students gave their suggestions on first aid and personal safety measures through recorded videos.

Science week (Middle section) 9 Nov. -15 Nov.2020.

During science week celebration theme for class VI was " Science of food we eat " . Various activities like poster making, sprout preparation, presentation on importance of food we eat were organized. Similarly theme for class VII was " Apne Sharir ko jane" in which students were made aware of different body organs , their functioning and food good for it . For class VIII - theme was "Science with fun" in which students performed interesting activities at home. On the last day Environment quiz was organized in which students participated enthusiastically. It was a successful event..



ACTIVITIES DURING SCIENCE



आओ खेल-खेल में सीखें हम



कविता वाचन



ज्ञान विज्ञान मेला



SCIENCE FAIR

Our students participated in South zonal science /Maths/S.Gyan/Sanskrit Fair held online on 31.10.2020 at SVM Vasant Vihar. Our Science and Sanskriti Gyan quiz, Kishor Varg won first Prize, Acharya PPT (Sanskriti Gyan) also got first prize , 3 teams have bagged second prize and 5 teams got Third prize.

State level Science/Maths and Sanskriti Fair was held on 18.11.2020 at SBM Panjabi Bagh, Our students/teachers team got 3 Second and 4 third Prizes.

SOUTH ZONE GYAN VIGYAN MELA 31.10.2020

Result Saraswati Bal Mandir, Mehrauli -110030

S.NO	EVENT	VERG	POSITION
1	SCIENCE QUIZ	KISHORE	FIRST
2	SCIENCE PAPER READING	KISHORE	THIRD
3	SANSKRITI GYAN QUIZ	SHISHU	THIRD
4	SANSKRITI GYAN QUIZ	KISHOR	FIRST
5	SANSKRITI GYAN APER READING	AACHARYA	FIRST
6	SANSKRITI KATHA KATHAN	SHISHU	THIRD
7	SANSKRITI KATHA KATHAN	BAL	THIRD
8	SANSKRITI GYAN ASHU BHASHAN	KISHOR	FIRST
9	SANSKRIT QUIZ	SHISHU	THIRD
10	SANSKRIT QUIZ	BAL	SECOND
11	VAIDIK GANIT PAPER READING	AACHARYA	THIRD
12	VAIDIK GANIT PAPER READING	KISHOR	THIRD
13	VAIDIK GANIT QUIZ	KISHOR	SECOND

English Section



Dr. Sarvepalli Radhakrishnan



PLACE OF MOTHER TONGUE IN TEACHING ENGLISH

Place of Mother Tongue in Teaching English difference between learning the Mother Tongue and A Foreign Language.

The learning of the mother tongue differs from learning the foreign language in a number of ways.

The learning of mother tongue is a natural process. The child has the strongest motivation to learn it. It is because he wants to express his needs and wants. If the child does not learn the mother tongue, he cannot adjust himself in society.

On the other hand, a foreign language is an artificial process. Mostly the child has little motivation to learn it. The will to learn foreign language is missing.

The child learns the mother tongue in a natural environment. He is surrounded by a number of teachers. His parents and relatives coax him to learn the language. He listens his Mother tongue most of his waking hours. The foreign language is taught in an artificial environment. Sometimes the child comes in contact with the foreign language in classroom for the first time. There are a number of holidays in the school and the time devoted to the learning the foreign language is limited.

The child learns the mother tongue in situations. The grown-ups point to certain things and tell the child their names. The child listens to a lot of sentences in the mother tongue and he himself tries to imitate them.

Thus he grabs the situations or concepts and the language simultaneously.

When the child learns the mother tongue, his mind is clean slate and no other language is getting in the way. But when he learns the foreign language, his habits of the mother tongue interfere with the habits of the new language.

J.S.TIWARI

GAYATRI MANTRA

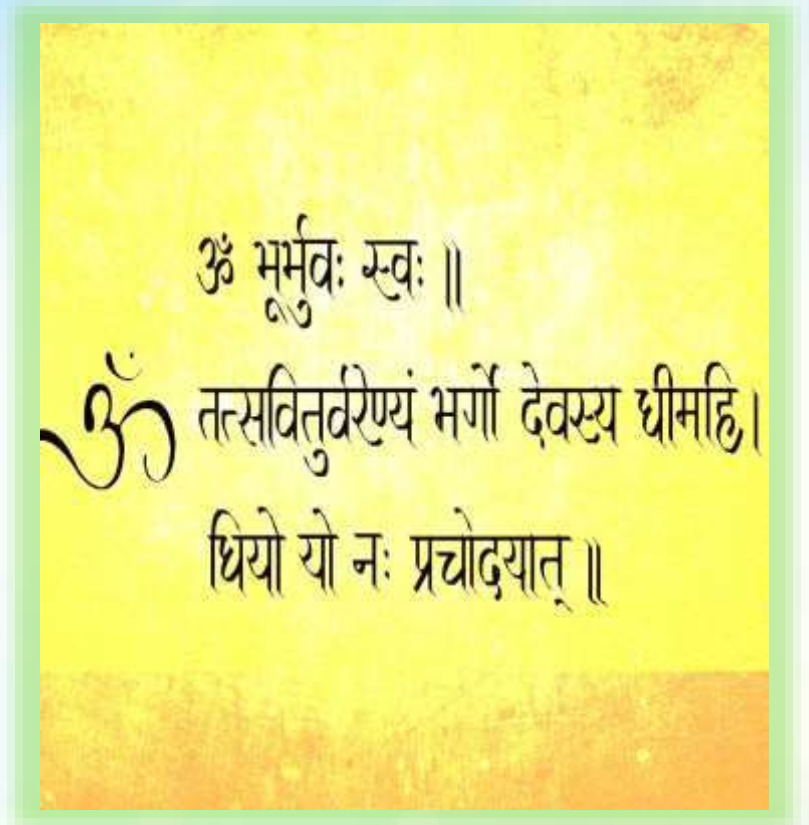
DO YOU KNOW HOW MANY DEITIES ARE MENTIONED IN GAYATRI MANTRA?

There are 26 gods in Gayatri Mantra

That is why it's called the mother of all mantras.

OM

Tat	-	Ganesh
Sa	-	Narasimha
Vi	-	Vishnu
Tu	-	Shiva
Va	-	Krishna
Re	-	Radha
Ni	-	Lakshmi
Yam	-	Agni
Bha	-	Indra
Rgo	-	Saraswati
De	-	Durga
Va	-	Hanuman
Sya	-	Prithvi
Dhee	-	Surya
Ma	-	Shri Ram



Hi - Seeta
Dhi - Chandra
Yo - Yama
Ya - Brahma
Na - Varuna
Pra - Lakshmi and Vishnu
Cho - Hayagreeva
Da - Hamsa
Yaad - Tulasi



Gayatri has fire in the face,

Brahma the creator in forehead, Vishnu the protector in heart
and Shiva the destroyer on top of head.

So it's a combination of all Gods.

Goddess Gayatri confers the boon of Intelligence, Protection as
Savitri and Learning as Saraswati.

Gayatri is therefore called Sarvadevata Swarupini.

Anupma

PRT

ONLINE CLASSES

WHY TEACHING AND LEARNING REMOTELY IS A LEARNING EXPERIENCE FOR ALL

One of the biggest casualties of the Covid-19 pandemic and the resultant lockdown has institutionalised education. Schools have been shut to prevent the spread of the virus and this has given a way to online classrooms, a very new concept in India even for the most sophisticated schools. The teachers and schools are putting extra efforts to engage students in classes by revamping timetables, shifting discussions online, taking feedback from parents and monitoring students constantly. While there are some who are doing the bare minimum and using WhatsApp to stay connected with the students.

Advantages, disadvantages of online classrooms

The online classes, whatever the enabling technology, is only as good as the teachers and the ability of the students to grasp the new teaching technique. One of the teachers felt students are actually more active in online classrooms, compared to physical ones. “This could be because this is a new concept and they are excited to explore it with the teachers. They also don’t get distracted by their classmates, which frequently happens in a regular class.”

Teacher constantly face the problem of network in absence of black board “We miss the clarity that a blackboard gives us, we are kind of making do with the virtual whiteboard on Zoom.”

Teachers do find the absence of a blackboard a disadvantage and network connectivity a constant problem. (Source: Reuters)

There are other concerns too. “Our education system still expects children to write exams. It’s difficult to monitor actual writing in a virtual mode. They might get good at typing, but getting them to readjust to offline mode. Many students have not been able to take advantage of the virtual platform because they do not have a suitable device at home or lack a good internet connection.

“But essentially, it does solve the purpose of engaging with students,” adding that it also helps then continue learning despite the lockdown.

“It has its own share of disadvantages too. Too much screen time can be perilous for health. Prolonged online sessions can be overwhelming and may lead to problems related to vision, body posture and sleep disorder,” Kawatra adds.

Figuring out the new trends

Most schools are sorting out the timetable according to subject weightage, spread across the entire week.

The Students who miss their classes, are contacted instantly through WhatsApp and proper reasons are asked. “We have time-tables, breaks and prayer. They are with us since morning till afternoon.

BHUMIKA JANGRA

X 'A'

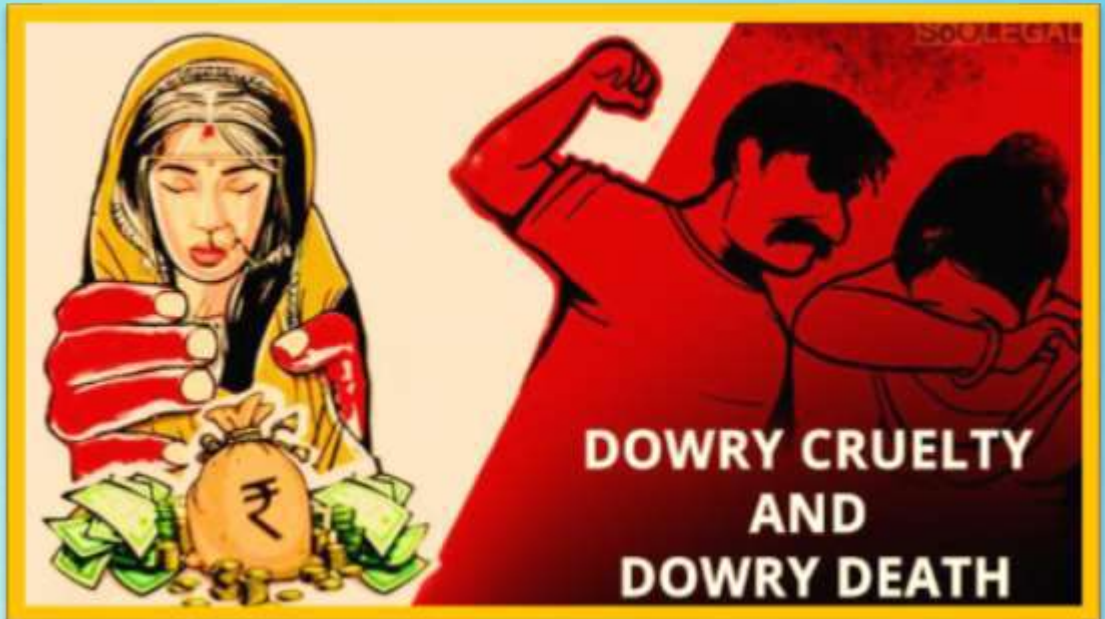


A VIRUS WHICH IS MORE HARMFUL THAN COVID-19 IS DOWRY.

A harmful virus -Dowry is an old practice in our country.A number of gifts which parents can give to their daughters. But making girl's parents offer large sums by force is a sin. At the time of marriage they have to mortgage their land or sell everything to satisfy the bridegroom's parents. Dowry custom is the greatest evil in India. It is a slur. Government deserves all praises for taking stern measures against dowry- seekers. Society should also condemn such offenders. If dowry is a must, let it consist of virtuous time payment, right education and good character.Let everyone of us pledge to uproot this evil from this holy land i.e. India.

Sonam

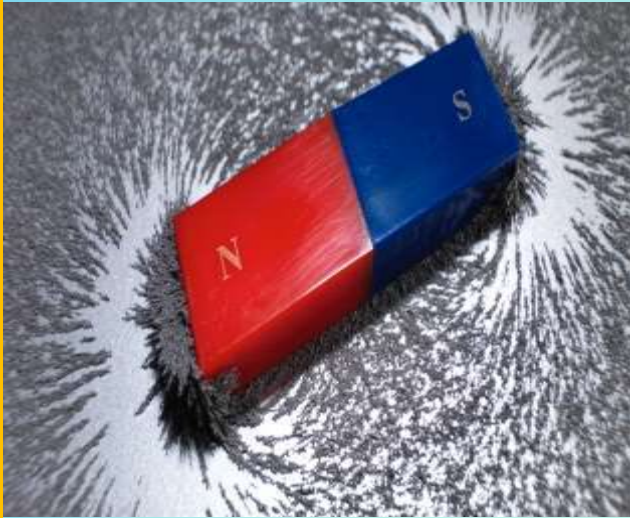
IX-A



WORLD OF MAGNETS

WHAT ARE MAGNETS: You must have heard about magnets, you might know that they attract metals towards them. But is this the only thing they do? No, they are far more important in our lives than you can imagine. Magnets attract metals towards them by its magnetic field. A magnetic field is a region around a magnetic material or a moving electric charge within which the force of magnetism acts.

ELECTROMAGNET DIY: We can create magnets using electricity and they are called electromagnets. Let me share a quick DIY with you to experience this by yourself. Take an iron nail and wrap any kind of insulated wire around it. Then connect the two ends of the wire to a battery. Congratulations, you have created your very first electromagnet. Now bring stapler pins or iron clips close to the nail, you will see that the nail attracts the stapler pins.



MAGNETS IN MEDICAL: Magnets are used in medical science. They are used in MRI machines in hospitals. The MRI machine uses a giant electromagnet by which we can scan human bodies. This machine uses the magnetic field of the magnet to scan the human body. With the help of magnets, it creates a 3D model of the body. The invention of MRI machines has helped doctors to understand the human body more deeply.

MAGNETS PRODUCE ELECTRICITY: Magnets can also produce electric-current. This ability of magnets is used in electric generators. The generator uses a solenoid which rotates inside a magnetic field. A solenoid is a cylindrical coil of wire. This produces electric current in the solenoid which is used for various works. Water Dams also use magnets to produce electricity. Flowing water of dam is used to rotate a solenoid inside the dam machinery which produces electricity for our use.

MAGNETS IN OUR HOUSES: In summers we all use fans and coolers to keep ourselves cool during hot summer days. These appliances are also a gift of electromagnets. The fan uses electromagnetic fields to rotate the blades. Every kind of rotating objects mostly uses electromagnets for their functioning. We all know about electric cars. These are only possible by the discovery of electromagnets. Our water motors, mixer grinders, washing machine use the same principle for their working.

Tanishq Kashla

Class 11 A.

ATMA NIRBHAR BHARAT

‘Atma Nirbhar’ is a Hindi phrase meaning self-dependent (‘Atma’ means self and ‘Nirbhar’ means dependent). This self dependency motive has been aroused by our Hon’ble Prime Minister Shri Narendra Modi ji during the recent times to support the local labourers and artisans in the economically disastrous period of lockdown in view of the pandemic Covid-19. This phrase came into the limelight only recently but do you know that this beautiful motto can be implemented in each and every aspect of life.

Atma Nirbharta or self dependency in Adult Life



For most of the adults the only aspect missing in their rush life is self dependency which has a tremendous effect on their productivity as well as their social and personal life. For example husbands are often dependent on their wives for household chores and kitchen works. Due to this there is non-required work load on the wife and the situation worsens if the lady is employed. Atma Nirbharta in Student Life as students, we always listen from teachers to ask innumerable doubts which would lead to our development. Have you ever wondered what if we ourselves could answer our questions? It would lead to the development of our problem solving ability and boost our creativity. If we only would be dependent on others for problem solving and clearing our concepts, no doubt we can score well in any paper written exam but sooner or later we would be in a mess while dealing with problems in life.

Atma Nirbharta and True Independence-

Preferring Indian goods would result in development of our Indian economy. As a good income would increase the lifestyle of our people and the GDP of our country would boom leading to a healthy economy. As a result our government would be able to provide its citizens with a world of good facilities. Imagine a Bharat of where no one goes to sleep empty stomach where every woman is able to walk fearlessly in the streets and where no soldier dies protecting the motherland! Independence is not just about living around freely. Just take a look around and see how many foreign products are lying around your table or bed. True independence is being self reliant in every manner, be it a small needle or a fighter aircraft.

In the recent times, India with a world of human resources and power is seen as a poor and developing country. The Indian market is nowadays flooded with foreign import goods and

materials. Even foreign films make huge earnings in the Indian box office. This is because, we citizens act selfishly.

Foreign products either are too cheap which is preferred by the lower and the middle class or they are too priced and highly qualitative which is preferred by the upper class. In this manner our Indian industries struggle due to lack of availability of a good market. Recently, this issue has been addressed by our beloved Prime Minister of India Shri NarendraModiji which has led to a movement across the country. While exercising our rights, we must not forget to undertake our duties to usher in an Atma Nirbhar Bharat.

SHRIBALLABHA

XII A



FAILURE IS THE STEPPING STONE OF SUCCESS

Failure and success are the two sides of the coin. Like success, we should accept failure also. This saying means that if a person fails once, he should not lose heart. He must observe his mistakes and try to overcome them in his next attempt. Repeated efforts lead one to success. Failures give us a new point of view through which we can achieve success. So we should always regard failure as the first step for stepping stone to success.



The story of King Bruce and the spider is an excellent example. He lost eight battles and the eighth time, he lost very heavily so that he had to hide in the cave. There he saw a spider trying to build a web. The spider could not link the web at a particular point though it tried a number of times but finally it was successful, this inspired him and he again organized an army which defeated his enemy finally.

Even in science invention and discoveries do not happen overnight. Thomas Alva Edison was a very great inventor and he tried more than a thousand times to make a filament bulb. Later, on being successful, Edison stated that he succeeded because he found a thousand ways to make filament bulb

So failure should be regarded as the inefficiency of the person concerned. If a man armed with the experiences of failure picks up courage and goes on doing a thing, success will be his. Failure provides a chance of self-improvement; so we should face them boldly and cheerfully.

- SHRUTI



IMPORTANCE OF YOGA

Yoga is most important for everyone's life as it helps in balancing the relationship between body and mind. It is type of exercise which helps in learning physical and mental discipline through regular practice. It was originated in India during ancient times. Yoga word is originated from the Sanskrit language and has two meanings, one is union and another is discipline. It enhances both the body and mind together.

It is a physical, mental, emotional, and spiritual practice. It was practiced earlier by the religious people. Yoga is a practice of healthy body and control of breathing.

"Yoga is a science of living a healthy life forever"

Anushka Singh

XII B



COMPUTER CARE

1. Install Antivirus Software

Antivirus software is responsible for catching viruses in spammy downloads and fishy websites. Some programs are free, while others cost around 1000 to 1500 Rs. per year. Even if you choose to pay for the software, it's still far less than what it would cost to have to restore your system.



2. Perform Regular Software Updates

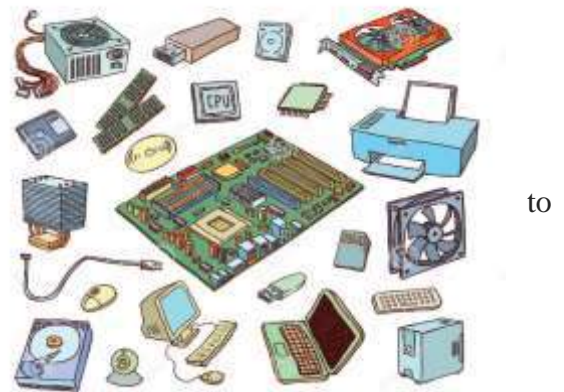
Software updates keep your PC running smoothly. Updates generally contain fixes for bugs and glitches as well as enhanced security features.

3. Run Computer Maintenance

Computer maintenance is a vital step in protecting your computer. On a PC, defragment your computer regularly and clean the registry. Scans and updates are also necessary.

4. Backup Files

It's a good idea to backup all files, in case anything happens your computer. External hard drives are the popular choice for backing up photos, videos and other files. Software-based backups are also useful and allow you to go back in your workstation PC's timeline in case of a glitch.



5. Keep Your Keyboard Crumb Free

It's common to eat over your keyboard, but it's a habit you should stop. Crumbs are more than a nuisance; they can damage the internal parts of the keyboard.

6. Clean the Screen

Another part of your gaming computer that you should keep clean is the screen. Follow the manufacturer's recommendations for cleaning, and always use a soft cloth or wipes specifically made for electronics.

7. Remove Dust from Vents and Fans

The fan and vents keep your gaming PC from getting too hot, but dust can get inside and cause them to run slow. Luckily, you can either clean the fan and vents yourself or take your laptop to a computer shop.

8. Use a Surge Protector

Just one power surge can fry your gaming computer while it's plugged in. Protect your system with an inexpensive surge protector, and carry one with you, too.



9. Avoid Extreme Temperatures

Moderate temperatures of 68 to 71 degrees Fahrenheit are ideal temperatures for computers. Avoid leaving your laptop in a hot car or cold, damp basement for instance.

10. Carry Laptops in Cases

If you bring your computer with you to school or work, make sure that you transport it in a padded carrying case. These cases not only protect computers from scratches and dents, but also they prevent them from getting dust and debris inside the fans, vents, etc.

Take care of your gaming PC and it will reward you with a long life!

Ajit Kumar Pandey

T.G.T Computer (I.T)



Pen Is Mightier Than The Sword

Great conquerors have been guilty of shedding blood, and causing misery. Their conquests have not led to any lasting results. The sword kills men, spreads bitterness, and encourages evil. The pen is the healer of wounds. It comforts the troubled hearts. It applies healing balm to the wounds given by the sword. It is the most useful at the same time the best instrument spreading truth and religion. The pen unites and produces love and fellow feelings. The government of the sword rests on fear and cannot last long, but that of the pen rests on peace and goodwill. The pen conquers the heart and its conquests are more lasting. The pen of Aristotle and Plato still rule the world.... The sword is helpless before the mighty pen. *The only person succeeds who knows, where to use pen and where to use sword.*



Chanchal

IX –A

ROLE OF YOUTH IN MAKING INDIA

Youth is the future of the nation. Youth is full of innovative ideas. He is best suited for both nation and economy to grow. He is ready to face any challenge in life. He knows how to update through modern technology. The youth of the nation wants the country corruption free. He desires India to be at the top of the world. The Youth of today is always ready for experimentation for the development of nation. Old generation needs to coordinate with young generation for the bright future of the nation. A country cannot develop without the involvement of the youth to achieve the goals. So the future of the nation lies in the hands of youth.

Amritesh Singh

X B

WHY I LOVE MY SCHOOL

I like my school,
I love my school,
Here everybody works,
According to rule,
I love all the teachers,
Who sincerely build,
The peaks of our career,
With all their charms cheers
I love Principal sir,
A Principal of principles,
Who is greater than the greatest,
And better than the best.
I shall be here this year again,
With my heart and Souls train.
Oh, my S.B.M school!
You are darling of my heart,
You have taught me
What's life's art.

Kritika

IX A



SCIENTIFIC FACTS

Why can't we see air?

In order to see something, it needs to interact with light either by absorbing, scattering, reflecting or refracting. Air is composed of various gases and as we already know, the molecules of gases are loosely packed so, the light passes through the air as a little chance of interacting with air molecules. Hence, the air is effectively not able to reflect the light.

How does hand sanitizer work?

Hand sanitizer contains at least 60% alcohol based active ingredients which is all about the coating of viruses and bacteria kill them. so, as you rub the hand sanitizer, heat generates and it evaporates taking the germ particles with it .

PreetiToppno

XII A



FOOD OFTEN IGNORED

PULSES

If we say that we want to be healthy or we want to have a balanced diet. It is compulsory for us to include pulses in our diet. The term pulse is derived from the Latin word "puls" meaning thick soup or porridge. Pulses are the edible seeds of plants in the legume family. Pulses are body building food, rich in proteins.



Pulses are a part of the legume family but the term "pulse" refers only to the dried seed. Peas, edible beans, lentils and chickpea are the most common varieties of pulses. Like their cousins in the legume family, pulses are the nitrogen fixing crops that improve the environmental stability of annual cropping system.

Children usually tend to ignore all types of pulses and have a great interest in all kinds of Spicy foods, junk food unaware of the amount of helpful and important nutrients that pulses provide. Pulses are an excellent source of fibre, iron (if eaten with the source of vitamin C), folate, manganese, potassium, magnesium, phosphorus, zinc etc. They are also low in fat and are free of saturated fats and cholesterol.

Children must consume an adequate amount of pulses as pulse have a vital role in the growth and development of the body and they need a proper diet for their growth. So parents must include pulses in their daily diet chart because children are the future of the nation.

Ruchi Gupta

PRT



ECO CLUB ACTIVITIES

7

Tree plantation drive was undertaken at Saraswati Bal Mandir , Mehrauli on 14 August 2020. This programme was attended by The Chairperson, The Principal and school staff . All 50 plants were planted to beautify the school.

The Principal emphasized on the importance of plants regarding pollution and global warming at occasion of Prakriti Vandan Mahotsav programme (29 August 2020).

The students of SBM Mehrauli along with their parents planted saplings of Tulsi; Champa etc. to worship the Nature at Prakartik Vandan Mahotsav.

Nutrition week

The students of SBM, Mehrauli celebrated Nutrition Week from 1 August, 2020 to 7 August 2020. All the students enjoyed nutritious food during this week. They also made charts and posters to highlight the importance of nutritious food.

Ozone Day was also celebrated on 4 September 2020.

Akshma Nirala

TGT



FACTS ABOUT COVID-19

What is COVID-19?

COVID-19 is a disease caused by a new strain of coronavirus. 'CO' stands for corona, 'VI' for virus, and Formerly, this disease was referred to as '2019 novel coronavirus' or '2019-nCoV.'

The COVID-19 virus is a new virus linked to the same family of viruses as Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) and some types of common cold.

What are the symptoms of COVID-19?

Symptoms can include fever, cough and shortness of breath. In more severe cases, infection can cause

Pneumonia or breathing difficulties. More rarely, the disease can be fatal. These symptoms are similar to

The flu (influenza) or the common cold, which are a lot more common than COVID-19. This is why testing

Is required to confirm if someone has COVID-19.

How does COVID-19 spread?

The virus is transmitted through direct contact with respiratory droplets of an infected person (generated Through coughing and sneezing). Individuals can also be infected from and touching surfaces Contaminated with the virus and touching their face (e.g., eyes, nose, mouth). The COVID-19 virus may Survive on surfaces for several hours, but simple disinfectants can kill it.

Who is most at risk?

We are learning more about how COVID-19 affects people every day. Older people, and people with

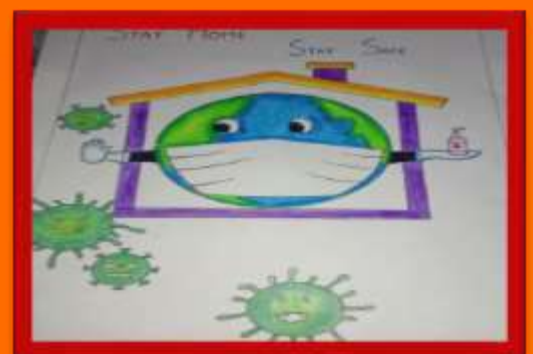
Chronic medical conditions, such as diabetes and heart disease, appear to be more at risk of developing

Severe symptoms. As this is a new virus, we are still learning about how it affects children. We know it is

Possible for people of any age to be infected with the virus, but so far there are relatively few cases of

COVID-19 reported among children. This is a new virus and we need to learn more about how it affects children. The virus can be fatal in rare cases, so far mainly among older people with pre-existing medical conditions.

What is the treatment for COVID-19?



There is no currently available vaccine for COVID-19. However, many of the symptoms can be treated
And getting early care from a healthcare provider can make the disease less dangerous. There are
Several clinical trials that are being conducted to evaluate potential therapeutics for COVID-19.



How can the spread of COVID-19 be slowed down or prevented?

As with other respiratory infections like the flu or the common cold, public health measures are critical to slow the spread of illnesses. Public health measures are everyday preventive actions that include:

- ✓ staying home when sick;
- ✓ covering mouth and nose with flexed elbow or tissue when coughing or sneezing. Dispose of used tissue immediately;
- ✓ washing hands often with soap and water; and
- ✓ cleaning frequently touched surfaces and objects.

As we learn more about COVID-19 public health officials may recommend additional actions.

Akshma Nirala

TGT (Science)



World Mental Health Day

World Mental Health (WMH) Day was first celebrated in 1992. It was created to raise awareness of just how common mental health issues are, fight against stigma and campaign for better conditions and treatment for people who have a mental health problem. The number of people and organisations involved in celebrating WMH Day has grown and grown, and now many countries, such as Australia, actually have a Mental Health Week, which includes WMH Day on 10 October. Each year there is a different theme. For example, in 2017 the theme was mental health in the workplace.

Mental health in the workplace

Employers should create an environment which supports good mental health. This also helps to reduce the number of days employees take off work.

Employers should help employees to achieve a good work–life balance by encouraging them to take breaks and holidays and discouraging them from working at home in the evenings and at weekends. Employees should also feel that they can talk to their managers about any problems they might have, and employers should be supportive.



Get some exercise

Of course, we also need to look after our own mental health. Most people know that exercise is good for your body, but did you also know how good it is for your mental health? Regular exercise can really help you deal with anxiety and depression. Spending time in nature can also make people more relaxed and reduce stress. So why not get your exercise by going for a walk in a park or the countryside?

Eat well

Your diet can also change your mood. If you eat crisps, cake, chocolate, etc., your blood sugar will rise and fall, making you feel cross and tired. Make sure you are eating enough vegetables and fruit or you may be missing some nutrients you need to feel good. It's also important to drink enough water – being thirsty can make it difficult to think clearly.

What to do on World Mental Health Day

World Mental Health Day encourages us to be more aware of both our own mental health and other people's. As well as looking after yourself, think about how you could support other people. For example, you could find out more about common issues such as anxiety and depression, so you will understand friends' and colleagues' problems better. You could also encourage your workplace to start a wellness programme that would benefit everyone – they might offer free exercise classes or encourage employees to take walks at lunchtime. Companies with wellness programmes have found employees take 28 per cent less time off for sickness.

Anything you do on WMH Day, even just talking to people about it, will help us all to understand and support people better.



Jaithra
IX B

CLEANLINESS IN SCHOOL.

I always strive to keep my school as clean as possible whenever I see any wrapper or garbage in the corridor or at any other place, I immediately dispose it off in the dustbin. I always flush the toilet before and after the use. I tell and inspire all my classmates to wash their hands before and after eating their lunch. Being the class monitor, I have assigned certain duties to every child of my class to maintain the proper hygiene of the place and this rule has been emulated as a role model and is being followed very strictly in each and every class of our school. Few children of our class have been assigned the responsibility to maintain cleanliness in the washrooms, some for corridors and some for class cupboards. Seniors have been appointed to maintain the hygiene in playground. Strict fines are imposed on the students who are found throwing garbage here and there. Whenever it's observed that our classroom is not clean, I call the sweeper to clean the place properly in our classroom. We have a duster for those who litter the class because according to the class rules the one who litters the class will clean it. We regularly clean our desks and chairs to maintain the cleanliness in the class. I feel the cleanliness is the cornerstone of discipline and a trademark of success. By cleanliness of our body and surroundings, we gradually move towards divinity, "Cleanliness is Next to Godliness".



NitinYadav.

X B



LOCKDOWN IS TOUGH.

Washing your hands frequently,
Covid- 19 broke out recently,
We all must do our part,
Stay indoors, maybe do some art,
We might moan but we must stay at home.
Being at home to protect the NHS is vital,
Now the decision is final,
We are on lockdown to protect the vulnerable,
Some of us may be miserable,
But everything will be better soon..

Aditi Singh

XII C



Neutron Star : A Massive Mystery

A neutron star is a type of compact star remnant that can result from the gravitational collapse of a massive star during a Type II supernova, Type Ib and Ic supernovae event. Such stars are composed almost entirely of neutrons, which are subatomic particles without electrical charge and roughly the same mass as protons. Neutron stars are very hot and are supported against further collapse because of the Pauli exclusion principle. This principle states that no two neutrons (or any other fermionic particle) can occupy the same place and quantum state simultaneously.

A typical neutron star has a mass between 1.35 and about 2.1 solar masses, with a corresponding radius of about 12 km if the Akmal- Pandharipande -Ravenhall (APR) Equation of state (EOS) is used.

A neutron star's density increases as its mass increases, and, for most Equations of State (EOS), its radius decreases in a non-linear way. For example, EOS radius predictions for a 1.35 M star are: FPS 10.8 km, UU 11.1 km, APR 12.1 km, and L 14.9 km. For a more massive 2.1 M star radius predictions are: FPS undefined, UU 10.5 km, APR 11.8 km, and L 15.1 km.

In contrast, the Sun's radius is about 60,000 times that. Neutron stars have overall densities predicted by the APR EOS of 3.7×10^{17} to $5.9 \times 10^{17} \text{ kg/m}^3$ (or 2.6×10^{14} to 4.1×10^{14} times the density of the Sun), which compares with the approximate density of an Atomic nucleus of $3 \times 10^{17} \text{ kg/m}^3$.

The neutron star's density varies from below $1 \times 10^9 \text{ kg/m}^3$ in the crust increasing with depth to above $6 \times 10^{17} \text{ kg/m}^3$ or $8 \times 10^{17} \text{ kg/m}^3$ deeper inside.



This density is approximately equivalent to the mass of the entire human population compressed into the size of a sugar cube.

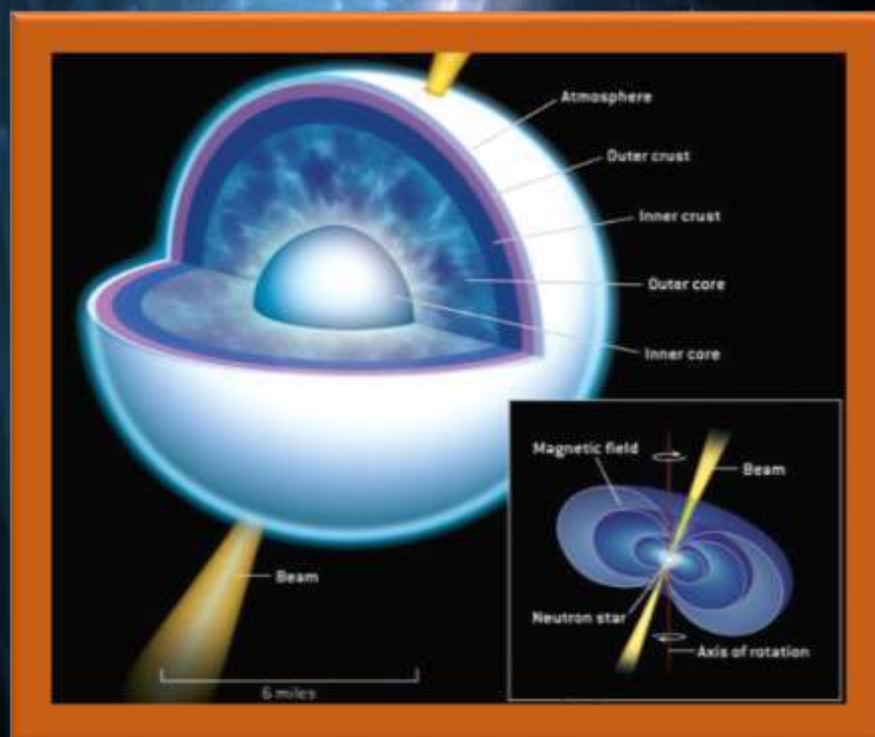
In general, compact stars of less than 1.44 solar masses, the Chandrasekhar limit, are white dwarfs; above 2 to 3 solar masses (the Tolman-Oppenheimer-Volkoff limit), a quark star might be created, however this is uncertain.

producing a black hole or explosion of the star.

The neutron subatomic particle was discovered in 1932 by Sir James Chadwick. By bombarding the hydrogen atoms in paraffin with emissions from beryllium that was itself being bombarded with alpha particles, he demonstrated that these emissions contained a neutral particle that had about the same mass as a proton. In 1935 he was awarded the Nobel Prize in Physics for this discovery.

In 1934, Walter Baade and Fritz Zwicky proposed the existence of the neutron star, only a year after Chadwick's discovery of the neutron.

Even before the discovery of neutron, in 1931, neutron stars were anticipated by Lev Landau, who wrote about stars where "atomic nuclei come in close contact, forming one gigantic nucleus" (published in 1932). However, the widespread opinion that Landau predicted neutron stars proves to be wrong.



In seeking an explanation for the origin of a supernova, they proposed that the neutron star is formed in a supernova. Supernovae are suddenly appearing dying stars in the sky, whose luminosity in the optical night outshine an entire galaxy for days to weeks. Baade and Zwicky correctly proposed at that time that the release of the gravitational binding energy of the neutron stars powers the supernova: "In the supernova process mass in bulk is annihilated". If the central part of a massive star before its collapse contains (for example) 3 solar masses, then a neutron star of 2 solar masses can be formed. The binding energy E of such a neutron

star, when expressed in mass units via the mass-energy equivalence formula $E = mc^2$, is 1 solar mass. It is ultimately this energy that powers the supernova.

In 1965, Antony Hewish and Samuel Okoye discovered "an unusual source of high radio brightness temperature in the Crab Nebula". This source turned out to be the Crab Nebula neutron star that resulted from the great supernova of 1054.

In 1967, Iosif Shklovsky examined the X-ray and optical observations of Scorpius X-1 and correctly concluded that the radiation comes from a neutron star at the stage of accretion.

In 1967, Jocelyn Bell and Antony Hewish discovered regular radio pulses from the location of the Hewish and Okoye radio source. This pulsar was later interpreted as originating from an isolated, rotating neutron star. The energy source of the pulsar is the rotational energy of the neutron star. The largest number of known neutron stars are of this type.

In 1971, Riccardo Giacconi, Herbert Gursky, Ed Kellogg, R. Levinson, E. Schreier, and H. Tananbaum discovered 4.8 second pulsations in an X-ray source in the constellation Centaurus, Cen X-3. They interpreted this as resulting from a rotating hot neutron star. The energy source is gravitational and results from a rain of gas falling onto the surface of the neutron star from a companion star or the interstellar medium.

In 1974, Antony Hewish was awarded the Nobel Prize for Physics "for his decisive role in the discovery of pulsars" without Samuel Okoye and Jocelyn Bell who shared in the discovery.

A neutron star has some of the properties of an atomic nucleus, including density, and being made of nucleons. In popular scientific writing, neutron stars are therefore sometimes described as giant nuclei. However, in other respects, neutron stars and atomic nuclei are quite different. In particular, a nucleus is held together by the strong force or strong gravitation, while a neutron star is held together by gravity. It is generally more useful to consider such objects as stars.

Bhavya Jain,

X A

TO ALL THE TEACHERS

From hand-holding to screen sharing

From chalk to chat

From blackboard to whiteboard

From real to virtual

The journey was difficult

But you didn't give up

From offline to online

From keeping quiet to speaking up

From no mobile to turn on your mobile

From conventional to technical

The journey was difficult

But You didn't give up

From notebook to screenshot

From teacher's assessment to self assessment

From classroom to zoom

From school to home

The journey was difficult

But you did not give up

Aryan vats

VIII A

TUMMY YUMMY

“The first wealth is health.”

Ever missed your monthly health checkup? Ever forgot to eat your snacks Which usually consist of burgers and pizzas?

Well, no. We never like to eat healthy things that are satisfactory to our taste buds. If So what about our health?

Pulses are basically dried up edible seeds which are obtained from plants. They are a powerpack of proteins along with many other nutrients. Some of them are black gram, soya beans, kidney beans, chickpeas, gram, green grams etc.



They are the most important food group in the pyramid after cereals. They are considered as a good source of nutrition as they provide significant quantities of proteins and calories.

Remember your mother telling you to eat sprouts or sprouted pulses, repeating many times, its benefits?

Sprouts contain a significant amount of routine and dietary fibre, Vitamin K, folate, pantothenic acid, vitamin C, vitamin A etc.

They also comprise of manganese, copper, zinc , magnesium, iron and calcium. They revitalize the mind by providing a refreshing taste when garnished with some vegetables and lime juice.

Always try to opt for something that's 'Tummy yummy'.

Rachna Grover

PRT



MURDER OF ENGLISH

1. Both of you stand together separately.
2. Will you hang the calendar or I will hang myself.
3. Give me a blue pen of any color.
4. Pick up the paper and fall in the dustbin.
5. Why are you looking at monkeys outside when I am inside?
6. All of you stand in straight circle.
7. I have two daughters both are girls.

JOKES

1. A man is talking to God.

MAN:- God, how a long a million years?

GOD:- For me it's a minute.

MAN:- God, how much is a million dollars?

GOD:- For me it's a penny.

MAN:- God can I have a penny?

GOD:- Wait a minute.

2. TEACHER:- What is symbol of barium?

STUDENT:- Ba.

TEACHER:- What is symbol of sodium?

STUDENT:- Na.

TEACHER:- What will we get if 1 atom of Ba and 2 atom of Na are combined?

STUDENT:- BANANA.

Aditi Singh

X B



हिन्दी विभाग

जयशंकर प्रसाद



हिंदी दिवस

हिंदी सप्ताह कार्यक्रम रूपरेखा

14.09.20 नर्सरी से कक्षा II
बधाई संदेश ,पोस्टर रंग भरें, स्लोगन
बोलेंगे

15.09.20 कक्षा III से V
सुलेख , कविता , स्वर व व्यंजन शब्द
रचना (फ़्लैश कार्ड्स)

16.09.20 कक्षा VI से VIII
कहानी , कविता , पहेलियाँ, लघु
पुस्तकालय (एक्टिविटी)

17.09.20 कक्षा IX से X
नुक्कड़ नाटक , समाचार
संवाददाता , कविता वाचन (रस
आधारित)

18.09.20 कक्षा IV से X
शब्दकोष प्रतियोगिता

19.09.20 कक्षा XI से XII
हिंदी भाषा का महत्व , विषय विशेष
पर अपने विचार

सभी गतिविधियाँ कक्षाचार्य तस्वीरों ,
वीडियो के रूप में लेकर विद्यालय के
एक्टिविटी ग्रुप में भेजेंगे ।

हिन्दी शब्दकोष प्रतियोगिता परिणाम

वर्ग : शिशु (IV-V)

नाम	कक्षा	स्थान
आरव	V	प्रथम
नेत्रा सिंह	IV	द्वितीय
युगांश	V	तृतीय

वर्ग : बाल (VI-VIII)

नाम	कक्षा	स्थान
अभिमन्यु	VI	प्रथम
केशव गुप्ता	VII	द्वितीय
पून्या जोली	VII	तृतीय

वर्ग : किशोर (IX-X)

नाम	कक्षा	स्थान
साहिल सिंह	X 'अ'	प्रथम
वेदिका मिश्रा	IX 'ब'	द्वितीय
दिव्या	X 'ब'	तृतीय
श्रेष्ठ सेठ	IX 'अ'	तृतीय

नई शिक्षा नीति : एक विद्यार्थी का दृष्टिकोण

परिचय

शिक्षा पूर्ण मानव क्षमता को प्राप्त करने का एक न्यायसंगत और न्यायपूर्ण समाज के विकास और राष्ट्रीय विकास को बढ़ावा देने के लिए मूलभूत आवश्यकता है।

34 वर्ष बाद देश में एक नई शिक्षा नीति लागू की जा रही है। इससे पहले 1986 में राष्ट्रीय शिक्षा नीति आई थी। मोदी सरकार ने 2016 से ही नई शिक्षा नीति लाने की तैयारी शुरू कर दी थी और इसके लिए एक कमेटी का गठन भी किया था। परंतु इस नीति को केंद्र सरकार ने 22 जुलाई 2020 को पारित किया।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 अभी इतनी जल्दी लागू होने वाली नहीं है, सरकार ने खुद राष्ट्रीय शिक्षा नीति के सुझाव को पूरी तरह से लागू करने के लिए 2040 का लक्ष्य रखा है हालांकि इसके कई सुझाव आने वाले दो-तीन वर्षों में लागू हो सकते हैं।

उद्देश्य

- नई शिक्षा नीति का उद्देश्य सभी छात्रों को उच्च शिक्षा प्रदान करना है।
- नई शिक्षा नीति का उद्देश्य 2025 तक पूर्व माध्यमिक शिक्षा (3 से 6वर्ष की आयु सीमा) को सार्वभौमिक बनाना और 2025 तक सभी के लिए मूलभूत साक्षरता और संख्यात्मकता प्रदान करना है।
- रटकर सीखने को कम करने और इसके बजाय समग्र विकास तथा 21वीं सदी के कौशल जैसे आलोचनात्मकचिंतन, रचनात्मकता, वैज्ञानिक दृष्टिकोण, वैश्विक सहयोग, बहुभाषिक समस्या, नैतिकता, सामाजिक जिम्मेदारी और डिजिटल साक्षरता को प्रोत्साहित करने के लिए पाठ्यक्रम और शिक्षा शास्त्र को 2022 तक परिवर्तित किया जाएगा।
- नई शिक्षा नीति ने 2030 तक 3 से 8 वर्ष की आयु के सभी बच्चों के लिए मुफ्त और अनिवार्य स्कूली शिक्षा, सत प्रतिशत भागीदारी प्राप्त करने का एक उद्देश्य भी निर्धारित किया है।

स्कूली शिक्षा में बदलाव

नई शिक्षा नीति के तहत सरकार छात्रों के लिए नया पाठ्यक्रम तैयार करेगी। इसके लिए 3 से 8 वर्ष के छात्रों के लिए 5+3+3+4 का ढांचा तैयार किया गया है। जिसके तहत छात्रों की शुरुआती स्तर की पढ़ाई के लिए 5 वर्ष की योजना बनाई गई है। इसमें 3 वर्ष प्री प्राइमरी और कक्षा 1 व 2 को भी जोड़ा गया है, इसके बाद कक्षा 3, 4 और 5 को अगले स्तर में 3 वर्ष के लिए रखा गया है।

इसके अलावा कक्षा 6,7,8 को भी 3 वर्ष की योजना में रखा गया है। आखिरी स्तर की योजना 4 वर्ष की बनाई गई है जिसमें कक्षा 9,10,11 व 12 को रखा गया है।

- 3 से 8 वर्ष के बच्चों के लिए “अर्ली चाइल्डहुड केयर” व शिक्षा को प्रारंभ किया जाएगा।
- एन.सी.ई.आर.टी द्वारा “फाउंडेशन लिटरेसी एंड न्यूमेरेसी नेशनल मिशन” शुरू किया जाएगा।
- कक्षा 6 और उसके बाद के छात्रों को 21वीं सदी के कौशल के एक भाग के रूप में स्कूलों में कोडिंग सिखाई जाएगी।
- अब 5 वीं तक की पढ़ाई अब मातृभाषा में होगी।
- एक्स्ट्रा करिकुलर एक्टिविटी में करिकुलम में शामिल की जाएगी।
- वोकेशनल पर कक्षा 6 से जोर दिया जाएगा। इसके अंतर्गत स्थानीय व्यवसायिक विशेषज्ञों जैसे कि माली, कुम्हार, कलाकार, कारपेंटर आदि के साथ-साथ कक्षा 6 से दसवीं तक की पढ़ाई के दौरान कुछ समय के लिए 10 दिन बैगलैस पीरियड भी होगा।
- बोर्ड एग्जाम दो भाग में होंगे जिससे कि छात्रों पर कम दबाव पड़े।
- छात्रों को 360 डिग्री समग्र रिपोर्ट कार्ड मिलेगा जो ना केवल विषयों में उनके द्वारा प्राप्त अंकों के बारे में सूचित करेगा बल्कि उनके कौशल और अन्य महत्वपूर्ण बिंदुओं को भी बताएगा।
- चूंकि बच्चे 2 से 8 वर्ष की आयु के बीच सबसे जल्दी भाषा सीखते हैं और बहुभाषावाद छात्रों के लिए अधिक लाभकारी होता है इसलिए बच्चों को प्रारंभिक अवस्था से ही 3 भाषाएं सिखाई जाएगी।
- अब स्कूलों में कला, वाणिज्य, विज्ञान स्ट्रीम का कोई कठोर पालन नहीं होगा। छात्र अब जो भी पाठ्यक्रम चाहे वह ले सकते हैं।

विकलांग बच्चों के लिए विभिन्न नए प्रावधान

विकलांग बच्चों को क्रॉस विकलांगता प्रशिक्षण संसाधन केंद्र, आवास सहायक उपकरण और अन्य सहायता तंत्रों के अनुरूप शिक्षकों के समर्थन के साथ निम्न चरण से उच्च शिक्षा तक नियमित स्कूली शिक्षा प्रक्रिया में पूरी तरह से भाग लेने में सक्षम बनाया जाएगा। उनकी आवश्यकताओं के अनुरूप प्रत्येक राज्य/जिले में कला संबंधी, कैरियर संबंधी और खेल संबंधी गतिविधियों में भाग लेने के लिए एक विशेष बोर्डिंग स्कूल के रूप में “बाल भवन” स्थापित करने के लिए प्रोत्साहित किया जाएगा।

भारतीय सांकेतिक भाषा का विकास

भारतीय साइन लैंग्वेज (आई.एस.एल.) देश में लागू किया जाएगा और राज्य पाठ्यक्रम सामग्री विकसित की जाएगी जिसे सुनने वाले छात्रों द्वारा उपयोग किया जाएगा।

उच्च शिक्षा में बदलाव

- अब मल्टीपल एंट्री और एग्जिट का विकल्प होगा, पहले वर्ष के लिए सर्टिफिकेट, दूसरे वर्ष के बाद डिप्लोमा और तीसरे और चौथे वर्ष के बाद डिग्री दी जाएगी।
- नई शिक्षा नीति के तहत एमफिल कोर्स को खत्म किया जाएगा।
- लीगल और मेडिकल कॉलेजों को छोड़कर सभी उच्च शिक्षण संस्थानों का संचालन एकल नियामक सिंगल रेगुलेटर के जरिए होगा।
- क्षेत्रीय भाषाओं में कोर्स शुरू किए जाएंगे।
- वर्चुअल लैब्स विकसित की जाएंगी।
- टेक्नोलॉजी और ऑनलाइन एजुकेशन पर जोर दिया जाएगा।
- यूनिवर्सिटीज और उच्च शिक्षण संस्थानों में प्रवेश के लिए कॉमन एंट्रेंस एग्जाम होंगे।
- सभी सरकारी और निजी उच्च शिक्षण संस्थानों के लिए एक तरह के मानदंड तय किए जाएंगे।
- दिव्यांग जनों के लिए शिक्षा में बदलाव भी लाया जाएगा।

निष्कर्ष

नई शिक्षा नीतिका उद्देश्य शिक्षा प्रणाली को आधुनिक शिक्षा प्रणाली बनाना है और 2030 तक सतत विकास लक्ष्यों की आवश्यकता के अनुरूप लचीला, बहुविषयक बनाना है। नीति का आशय कई मायनों में आदर्श प्रतीत होता है लेकिन यह वह अमल है जहां सफलता की कुंजी निहित है।

साहिल सिंह

दशमी अ



जैसा बोओगे वैसा काटोगे

तीन चोर थे। एक रात उन्होंने एक मालदार आदमी के यहाँ चोरी की। चोरों के हाथ खूब माल लगा। उन्होंने सारा धन एक थैले में भरा और उसे लेकर जंगल की ओर भाग निकले। जंगल में पहुँचने पर उन्हें जोर की भूख लगी। वहाँ खाने को तो कुछ था नहीं, इसलिए उनमें से एक चोर पास के एक गाँव से खाने का कुछ सामान लाने गया। बाकी के दोनों चोर चोरी के माल की रखवाली के लिए जंगल में ही रहे।

जो चोर खाने का सामान लाने गया था, उसकी नीयत खराब हो गई। पहले उसने होटल में खुद छककर भोजन किया। फिर उसने अपने साथियों के लिए खाने का समान खरीदा और उसमें तेज जहर मिला दिया। उसने सोचा कि जहरीला खाना खाकर उसके दोनों साथी मर जाएँगे तो सारा धन उसी का हो जाएगा।

इधर जंगल में दोनो चोरों ने खाने का समान लाने गए, अपने साथी चोर की हत्या कर डालने की योजना बना ली। वे उसे अपने रास्ते से हटाकर सारा धन आपस में बाँट लेना चाहते थे।

तीनों चोरों ने अपनी-अपनी योजनाओं के अनुसार कार्य किया। पहला चोर ज्यों ही जहरीला भोजन लेकर जंगल में पहुँचा कि उसके साथी दोनों चोर उस पर टूट पड़े। उन्होंने उसका काम तमाम कर दिया। फिर वे निश्चिंत होकर भोजन करने बैठे। मगर जहरीला भोजन खाते ही वे दोनों भी तड़प-तड़प कर मर गए।

इस प्रकार इन बुरे लोगों का अंत भी बुरा ही हुआ।

शिक्षा -बुराई का अंत बुरा ही होता है।

निशान्त तिवारी

नवमी-ब



हास्य पूर्ण दोहे

काल पढ़े सो आज पढ़, आज पढ़े सो अब
फीस डबल हो जाएगी, फिर पड़ेगा कब ।

टीचर कुर्सी पर बैठ ,सब की परीक्षा लेते
जिसका जैसा फेस है ,वैसे नंबर देते ।

गणित है इतनी कठिन, गति ना जाने कोय
ज्यों -ज्यों पीछे भागे हम, तो तो आगे होय ।

अंग्रेजी पर केवल करो, एकमात्र विश्वास
जो केवल चैंपियन पढ़े, वही होगा पास ।

परीक्षा में मेहनत सब करें, पहले करे ना कोय
जो पहले मेहनत करें, तो फेल काहे को होय ।

आजकल जो हाय करें, वह है मॉडर्न लोग
सिर झुका जो प्रणाम करें ,वह पुरातन लोग ।

"शोले "देखत युग गया, "धर्मद्र" बना ना कोय
"इंडियन "को देखकर, "सनी देओल" सा होय ।

दिव्यांश गुप्ता
छठी ए

क्रोध से हानि

ऋषिकुमार कण्व और प्रगाथ सहोदर भाई थे । कण्व आयु में प्रगाथ से काफी बड़े थे । प्रगाथ जब छोटे थे , तभी माता - पिता परलोक सिधार गए थे । कण्व का प्रगाथ के प्रति वात्सल्य - भाव भी रहता था । कण्व जब शिक्षा ग्रहण करने गुरुकुल गए तो प्रगाथ भी उनके साथ ही गए थे । दोनों गुरुकुल से वापस भी एक - साथ ही आए थे ।

जिस प्रकार कण्व का प्रगाथ के प्रति वात्सल्य - भाव था , उसी प्रकार प्रगाथ की भी अपने बड़े भाई कण्व में अगाध भक्ति और श्रद्धा थी । वे सदा उनका अपने पिता के समान सम्मान करते थे । यही कारण था कि ऋषि कण्व का जब विवाह हुआ , तो प्रगाथ अपनी भाभी के प्रति मातृवत् व्यवहार करते थे । कण्व की पत्नी भी उन्हें अपने पुत्र के समान ही मानती थीं । इस प्रकार इस परिवार का आश्रम - जीवन बड़ा ही सुख और स्नेहमय बीत रहा था ।

एक दिन की बात है कि कण्व समिधा लेने के लिए वन में गए तो समीप ही कहीं समिधाएँ न मिलने पर वे गहन वन में चले गए । उनके लौटने में पर्याप्त विलम्ब हो गया । उनकी पत्नी यज्ञ - वेदी के समीप बैठी इसी विषय पर चिन्तन कर रही थी । प्रगाथ भी वहीं बैठकर साम - गान कर रहे थे । भैया को आने में विलम्ब हो रहा था । बड़ी शीतल और मधुर बयार बह रही थी । साम - गान करते - करते प्रगाथ को निद्रा आने लगी तो वे वहीं भाभी की गोद में सिर रखकर सो गए ।

कुछ विलम्ब से ऋषि कण्व जब समिधा लेकर लौटे तो उन्होंने दूर से ही देखा कि कोई उनकी पत्नी की गोद में सो रहा है । ऋषि को अनायास ही क्रोध आ गया । यज्ञवेदी के समीप आकर उन्होंने समिधाओं को पटक दिया । उसके आघाता से जो ध्वनि हुई , उससे ऋषिपत्नी की ध्यानावस्था टूटी , किन्तु प्रगाथ की प्रगाढ़ निद्रा भंग नहीं हुई । ऋषिपत्नी ने अपने पति की ओर देखा और वह 'देव! इतना ही कह पाई थीं कि कण्व ने तभी प्रगाथ की पीठ पर जोर की लात मारी । प्रगाथ की नींद खुल गई । वे उठे और उन्होंने बड़े भाई को प्रणाम किया । कण्व तो उस समय साक्षात् क्रोध की मूर्ति बने खड़े थे । उसी क्रोध में उन्होंने अपने पुत्र - समान भाई से कहा- " अब तुम्हारे लिए इस आश्रम का द्वार बन्द है , तुम तुरन्त यहाँ से प्रस्थान करो । प्रगाथ हाथ जोड़े खड़े थे । भाई की आज्ञा सुनकर उन्होंने कहा- " भैया ! आप तो मेरे लिए पिता के समान हैं और भाभी को मैं सदा से ही माता मानता आया हूँ । अब आप कह रहे हैं कि यहाँ से निकल जाओ । भला बताइए , मेरा और कौन है ? " प्रगाथ के शब्दों से कण्व के हृदय में वात्सल्य का संचार - सा हुआ , तदपि पूर्ण समाधान अभी भी नहीं हुआ था ।

तभी उनकी पत्नी ने भी कहा- " आप यह क्या कह रहे हैं ? प्रगाथ ठीक कह रहा है । मैंने तो आपके आश्रम में पैर रखते ही उसको पुत्रवत् मान लिया था और उसी भाव से उससे व्यवहार करती आई हूँ । बड़े भाई की पत्नी के लिए अपना देवर सदा पुत्र के समान ही होता है , यही परम्परा भी है । देव ! आप क्रोध में क्या यह साधारण - सी बात भी भूल गए हैं ? " पत्नी के वचनों ने आग में पानी का काम किया । कण्व का क्रोध शान्त होने लगा । उन्हें लगा कि उनसे भयंकर भूल हो गई है । उन्होंने प्रगाथ को प्रगाढ आलिंगन में लेते हुए कहा- " मेरे भाई ! दोष मेरे नेत्रों का है । मैंने तुम पर व्यर्थ ही शंका की , मुझे इसका खेद है । " भाई की बात सुनकर प्रगाथ उनके चरणों में झुका और उन्हें पुनः प्रणाम किया । प्रसन्न होकर ऋषि कण्व ने घोषणा की- " आज से प्रगाढ हमारा भाई ही नहीं , अपितु पुत्र भी है । आश्रम का वातावरण फिर उसी प्रकार निर्मलता से परिपूर्ण हो गया ।

जयत्र गुप्ता

नवी (बी)



// नारी शक्ति //

प्राचीन काल से ही हमारे समाज में झांसी की रानी, कल्पना चावला और इंदिरा गांधी जैसी बहुत सी महिलाएँ रही हैं। जिन्होंने समय-समय पर नारी शक्ति का परिचय दिया है और समाज में बताया है कि नारी अबला नहीं सबला है। महिलाएँ अपने जीवन से जुड़े निर्णय स्वयं लेती हैं। आज भी महिला कोमल और मधुर ही हैं लेकिन उसने अपने अंदर की नारी शक्ति को जागृत किया है और अन्याय का विरोध करना शुरू किया है। आज के युग में भले ही नारी जागरूक हो गई हो उसने अपने शक्ति को पहचाना है लेकिन वह आज भी सुरक्षित नहीं है आज भी नारी को निःसहाय और कमजोर समझा जाता है। पुरुषों को नारी का सम्मान करना चाहिए और उन पर इतना भी अत्याचार नहीं करो कि उनकी सहनशक्ति खत्म हो जाए और वह शक्ति का रूप ले ले क्योंकि जब जब नारी का सब्र टूटा है तब तक प्रलय आई है। नारी देवियों का रूप है इसलिए नारी शक्ति सब पर भारी है। नारी से ही यह दुनिया सारी है।

हम सब को नारी शक्ति को प्रणाम करना चाहिए और आगे से उनकी मदद करनी चाहिए क्योंकि यदि देश की नारी विकसित होगी तो घर, गली और पूरा देश विकसित होगा।

समस्त नारी सत्ता को समर्पित कुछ पंक्तियाँ ---

- * यह शक्ति स्वरूपा नारी है, यह शक्ति स्वरूपा नारी है।।
- * यह दुर्गा है यह काली है, यह शक्ति स्वरूपा नारी है।।
- * यह मां भी है और बेटी भी, यह झांसी की मरदानी है।।
- * जीवन का किया सृजन इसने, है मौत भी इससे हारी है।।
- * यह शक्ति स्वरूपा नारी है, यह शक्ति स्वरूपा नारी है।।

अंकित शर्मा दशमी 'अ'

विद्या धन : अमूल्य धन

विद्या सबसे बड़ा धन है। विद्या धन हम से कोई नहीं चुरा सकता है। विद्या धन को हम बाँट सकते हैं। सब को ज्ञान दे सकते हैं। विद्या धन ऐसा धन है जो बाँटने से बढ़ता है। यह कभी खत्म नहीं होता। विद्या का ही परिणाम है कि हम अपने विवेक का प्रयोग कर आसानी से जीवन निर्वाह कर पाते हैं।

विद्या से हम सब जीवन में सब कुछ हासिल कर सकते हैं। विद्या से हम एक स्वतंत्र रूप से जीवन व्यतीत कर सकते हैं। बुद्धि के कारण संसार में मानव को सर्वश्रेष्ठ माना गया है। विद्या से सब प्रकार का सुख और यश प्राप्त होता है। विद्या के द्वारा मनुष्य की बुद्धि का विकास होता है। हर एक व्यक्ति को अधिक से अधिक विद्या प्राप्त करनी चाहिए।

विद्या हमारे लिए बहुत जरूरी है। हमें अपनी विद्या को अपने जीवन में बहुत महत्व देना चाहिए। हमें खुद भी पढ़ना चाहिए और दूसरों को भी विद्या के महत्व के बारे में जानकारी देनी चाहिए।

अभिषेक नेगी

नवी- आ'

॥ माँ ॥

हमारे हर मर्ज की दवा होती है माँ,
कभी डांटती है हमें तो कभी गले लगा लेती है माँ ।
हमारी आँखों के आँसू अपनी आँखों में समा लेती है माँ,
हमारी खुशियों में शामिल होकर अपने गम भुला देती है माँ ।

जब भी कभी ठोकर लगे हमें याद आती है माँ,
दुनिया की तपिश में हमें आँचल की शीतल छाया देती है माँ ।
खुद चाहे कितनी भी थकी हो हमें देख कर अपनी थकान भुला देती है माँ,
प्यार भरे हाथों से हमेशा हमारी थकान मिटा देती है माँ ।

बात जब भी हो लज़ीज़ खाने की तो हमें याद आती है माँ,
रिश्तों को खूबसूरती से निभाना सिखाती है माँ ।
लफ़्ज़ों में जिसे बयां नहीं किया जा सके ऐसी होती है माँ,
भगवान भी जिसकी ममता के आगे झुक जाए ऐसी होती है माँ ।

कृतिका वर्मा
नवमी अ'



चेहरे की सुंदरता

अपने चेहरे की सुंदरता को बढ़ाइये-ईश्वर के वरदान, हँसी को अपनाइये

"मुस्कान थके हुए का विश्राम है, उदास के लिए दिन का प्रकाश है, और कष्ट के लिए प्रकृति का सर्वोत्तम उपहार है।"

हँसी को हर कोई अपनाना चाहता है। हँसी से किसी को भी दोस्त बना सकते हैं, तो रोते हुए को भी हँसा सकते हैं। रोज 1 घंटा हँसने से 400 कैलोरी तक मोटापा भी कम होता है। मोटापा तो आजकल आम चीज़ है। इस कोविड -19 महामारी में तो लोग जैसे हँसना भूल ही गए हैं। रोज इतने भारतीय भाई बहनों की मृत्यु से तो पूरा देश परेशान है। लेकिन इस बीच हमें अपनी सेहत का भी ध्यान रखना है। जो केवल हँसाने से ही हो सकता है। कहते हैं जो व्यक्ति खुले मन से हँसता है, वे कभी बुरा व्यवहार व क्रोध नहीं करता। फलतः वह अपने सभी कार्यों में आगे रहता है। हँसने से हृदय और मस्तिष्क बेहतर कार्य करता है। कहते हैं कि मन से हँसो अच्छा लगेगा। अपने मित्र को हँसाओ, वह प्रसन्न होगा। शत्रु को हँसाओ, तुमसे घृणा कम करेगा। अनजान को हँसाओ, तुम पर भरोसा करेगा। उदास को हँसाओ, उसका दुख घटेगा। एक वृद्ध को हँसाओ, स्वयं को जवान समझेगा। बालक को हँसाओ, उसके स्वास्थ्य में वृद्धि होगी। सभी कष्ट, थकान को आप भूल जायेंगे और अपने लक्ष्य के मार्ग पर बनें रहेंगे, क्योंकि हँसी से उत्साह बढ़ता है और उत्साहित मनुष्य कुछ भी कर सकता है। अंततः----

"मुस्कान हैं जीवन का अनमोल खजाना,
मुस्कान से बनता है जीवन सुहाना।
सफलता का एक सूत्र याद रखना,
चाहें कुछ भी हो मुस्कान मत भूल जाना।"

सोनम
नवमी 'अ'



"हमारी मातृभाषा हिंदी"

हिंदी हमारी आन है, हिंदी हमारी शान है,
हिंदी हमारी चेतना, वाणी का शुभ वरदान है।
हिंदी हमारी वर्तनी ,हिंदी हमारा व्याकरण,
हिंदी हमारी संस्कृति ,हिंदी हमारा आचरण।
हिंदी हमारी वेदना, हिंदी हमारा गान है,
हिंदी हमारी आत्मा है, भावना का साज़ है।
हिंदी हमारे देश की ,हर तोतली आवाज़ है,
हिंदी हमारी अस्मिता, हिंदी हमारा मान है।
हिंदी निराला, प्रेमचंद की लेखनी का गान है,
हिंदी में तुलसी, सूर, मीरा जायसी की तान है।
जब तक गगन में चांद, सूरज की लगी बिंदी रहे,
तब तक वतन की राष्ट्रभाषा, ये अमर हिंदी रहे।
दिशा राजपूत
नवमी अ



मातृभूमि को नमन

जिसकी अनुपम छवि के आगे ,
बलि- बलि जाता नील गगन है ,
ऐसी प्यारी मातृभूमि को !
मेरा तो सौ बार नमन है !!
मेरा सौ- सौ बार नमन है !!!

जिसने आर्यदेव उपजाए ,
अवतारों को गोद खिलाया ।
जग के तीन बड़े देवों को
जिसने है पालना झुलाया ॥
प्राची की किरणें जिस भू को ,
करती सदा प्रथम वंदन हैं
ऐसी प्यारी मातृभूमि को !
मेरा तो सौ बार नमन है !!
मेरा सौ सौ बार नमन है !!!

सूरज अर्ध चढ़ाता जिसको,
सागर चरण पखारे ।
नीलगगन चंदन माटी पर ,

अपना तन मन वारे ॥
पपीहा पढ़े प्रभाती,
गावे कोयल तुमरी मीठी ,
श्यामा श्याम पुकारे हर दिन,
तोता करता राम भजन है
ऐसी प्यारी मातृभूमि को !
मेरा तो सौ बार नमन है !!
मेरा सौ सौ बार नमन है !!!

सिंहों के दांतों को गिनकर ,
हमने सीखा गणित यहाँ हैं ।
पढ़ा लिखा इसका तुलसी है ,
और अनपढ़ा कबीर रहा है ॥
किसके -किसके नाम गिनाऊँ,

इसके पुत्र अनमोल रत्न है,
ऐसी प्यारी मातृभूमि को !
मेरा तो सौ बार नमन है!!
मेरा सौ सौ बार नमन है!!!

-राजेन्द्र अग्रवाल (पी. जी. टी. गणित)

स्वप्न

मैंने सोच लिया है एक ,
विद्यालय के निर्माण का ।
हिंदुत्व के अटूट सम्मान पर
देशभक्ति के पहचान का ॥
रख दी है नींव लाल ईंटों के ,
संग एक नया प्रकल्प का ।
प्रयोग किया है नीर सीमेंट,
सद्भाव व दृढ संकल्प का ॥
पानी डाला है जन संपर्क ,
स्नेह व भारतीय संस्कार का ।
करनी नहीं वरन हाथ है,
मां के दुलार और प्यार का ॥
शिक्षा हुई धन्य देख
युवा-पीढ़ी के क्रियाकलाप का ।
राष्ट्र जीवन हो सुसंपन्न अब,
नाश हो सब संताप का ॥
शिक्षा प्राप्त सुसंस्कृत छात्र
जाएंगे अभावग्रस्त क्षेत्रों में ।
अज्ञान ,व्यथा व अन्याय मिटाने ,
निकलेंगे गिरिकंदराओं व खेतों में ॥
बना सुंदर - सबल विद्यालय
हम सबका यह अपना घर ।
'इदं न मम् 'के सार्थकता से
बन रहा यह अद्भुत धरोहर ॥



" प्रभाकर मिश्रा "
भौतिकी विज्ञानाचार्य

हमेशा विनम्र बनो

भीष्म पितामह कुरुक्षेत्र के मैदान में मृत्यु शैया पर पड़े थे। सभी पांडव उन्हें घेरे हुए थे। धर्मराज युधिष्ठिर ने भीष्म पितामह से कहा- पितामह आप जीवन पर्यंत हमारा मार्गदर्शन करते रहे आपसे हमने जीवन में बहुत कुछ सीखा अब आप महाप्रयाण यात्रा के लिए जा रहे हैं हमें कुछ ऐसा ज्ञान दो जो आगे जीवन में हमारे काम आ सके। पितामह ने कहा कि मैं तुम्हें नदी की एक लघु कथा सुनाता हूँ।



एक बार समुद्र ने नदी से पूछा कि तुम्हारे प्रवाह में बड़े-बड़े वृक्ष चट्टानें बह जाती हैं लेकिन तुम छोटे पौधे, लता, बेली तथा भाषा को कुछ को नहीं बहा पाती हो। नदी ने कहा कि बड़े वृक्ष अपने बड़े होने के अहंकार में झुकने को तैयार नहीं होते सीधे तने तन कर खड़े रहते हैं छोटे पौधे, घास, बेली नम्रता के साथ झुक जाती हैं और मुझे रास्ता दे देती हैं। आप तो जानते हैं कि विनम्रता के आगे अहंकार हमेशा पराजित होता आया है पितामह कहा कि इस कथा में ही जीवन का संदेश है। व्यक्ति को हमेशा विनम्र बनना चाहिए। इसी भाव से अपने जीवन के मार्ग में आगे बढ़ना चाहिए। इतना कहकर भीष्म पितामह ने सदा सदा के लिए विदा ले ली।

भुवन चंद्र लोहनी (पी.जी.टी हिन्दी)

कविता (हिंदी भाषा)

मिश्री से भी मीठी है जो,
वह मेरी हिंदी भाषा है।
अंग्रेजी भी पढ़ती हूं मैं,
पर लगे ना उसमें मेरा ध्यान।
जो दिल से दिल को जोड़ती,
वह मेरी हिंदी भाषा है।
मिश्री से भी मीठी है जो,
वह मेरी हिंदी भाषा है।
हिंदी का सम्मान करें हम,
इससे है भारत की शान।
भारत की पहचान है हिंदी,
भारत मां की शान है हिंदी।
वीर सपूतों की भूमि है हिंदी,
भारतीयों का आधार है हिंदी।
मां की ममता है हिंदी,
पिता की छाया है हिंदी।
मिश्री से भी मीठी है जो,
वह मेरी हिंदी भाषा है।
मिश्री से भी मीठी है जो,
वह मेरी हिंदी भाषा है।

संगीता मोंगिया

(शिशुवाटिका आचार्या)

हमारा
पहचान
हमारा गर्व।

कविता (स्वदेशी अपनाओ, विदेशी भगाओ)

स्वदेशी अपनाओ ,विदेशी भगाओ
दिवाली मनाओ ,मत निकालो देश का दिवाला ।
सामान खरीदो अपने देश का, सस्ता हो या महंगा
सबक सिखाओ ,विदेशियों को ॥
जो खाता हमारा निवाला
स्वदेशी अपनाओ,विदेशी भगाओ ।
कसम खाओ, सामान नहीं खरीदेंगे
चाहे चाइनीस हो या किसी भी देश का ॥
इस संदेश को फैलाओ इतना
सागर में पानी है जितना ।
स्वदेशी अपनाओ ,विदेशी भगाओ
इस मंत्र को अपनाओ ॥
चारों तरफ खुशियां फैलाओ
स्वदेशी अपनाओ विदेशी भगाओ ॥



पूनम जोशी
(शिशु वाटिका आचार्या)



संस्कार

हमारे देश की महान संस्कृति की एक देन संस्कार भी है जिनका प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में बड़ा महत्व है। एक तरह से संस्कार जीवन के आभूषण समझे गये हैं व्यक्ति का समाज में मूल्य तथा सम्मान बहुत बढ़ जाता है। साधारण शब्दों में संस्कार का हिंदी में अर्थ होता है संवारना ।

जिस तरह हीरे एवं सोने का खनन के समय कई अवशिष्टों के साथ धूल, मिट्टी से सना होता है जब उसे अच्छी तरह साफ़ किया जाता है फिर उसे तराशने के बाद ही चमक मिलती है। हीरे को तराशने के बाद उसकी महीन घिसाई की जाती है। उसके बाद ही वह पत्थर हीरा बनता है और हमारे लिए बहुमूल्य आभूषण तैयार किये जाते हैं।

हीरे की कीमत संस्कारों के बाद ही बढ़ती है। संस्कारों के बिना उसकी कोई कीमत नहीं रह जाती है। प्रकृति की छोटी से छोटी वस्तु से लेकर बड़ी से बड़ी चीज को उपयोग में लाने के लिए संस्कारों की आवश्यकता पड़ती है। जिस अन्न से हमारी काया बनती है उसे खेत में बोने के बाद दाने निकालकर उसका प्रसंस्करण कर चक्की से आटा पीसने के बाद ही यह हमारे लिए रोटी बनाने योग्य बनता है, ये समस्त संस्कार के उदाहरण हैं।

एक बालक के मन पर बड़ों द्वारा किए प्रत्येक कर्म एवं बात का गहरा असर होता है। बालक जो कुछ देखता, सुनता है उसे शिक्षा मिलती है वे ही उसके संस्कार बन जाते हैं। जीवन के आरम्भिक दिनों में जिन संस्कारों की नींव डाली जाती है उसका जीवन उसी अनुरूप बन जाता है।

हमने इतिहास में ऐसे कई विलक्षण उदाहरणों को देखा है जिन्होंने जीवन की शुरुआत में ही माँ - बाप अथवा अपने गुरुजनों के व्यवहार, आचरण से प्रभावित होकर संस्कारवान बनकर अपना नाम बनाया है। वीर भरत माता शंकुलता के कारण ही महान वीर बन सका जो आगे जाकर महान सम्राट बने और हमारे देश का नाम भी उन्हीं के नाम पर पड़ा था। जीजाबाई के कारण ही शिवाजी जैसे देशभक्त हुए।

ध्रुव अपनी माताजी के संस्कार उन्ही की प्रेरणा के चलते अमर हुए । महाभारत के महान यौद्धा अभिमन्यु के जीवन पर उनके माता- पिता के आदर्श , संस्कारों का बड़ा असर रहा, जिसके चलते उन्हें महान यौद्धाओं में गिना जाता हैं । संस्कार परम्परा के कारण मानव में दैवीय गुण उत्पन्न हो जाते हैं, अब तक जितने भी संत महात्मा बने हैं उनके जीवन निर्माण संस्कार के ही परिणाम हैं.

आदरणीय स्वामी विवेकानंद का जीवन संस्कार से चरित्र निर्माण का बेहतरीन अनुभव हैं. व्यक्ति में जितने अधिक अच्छे संस्कार हो उनका चरित्र उतना ही अच्छा बन जाता हैं. जिस व्यक्ति में बुरे संस्कारों की प्रबलता अधिक होती हैं वह चरित्र हीन बन जाता हैं. कोई इन्सान अच्छे विचार रखे, सत्कर्म करे तो उसके विचारों एवं सत्कार्यों से आने वाली पुष्टे संस्कारित होगी और यह युवा पीढ़ी में बढ़ते बुरे संस्कारों को रोकने में प्रभावी हो सकता हैं ।

संस्कारों और जीवन के सम्बन्ध में महर्षि अरविन्द के विचार महत्वपूर्ण हैं. उन्होंने कहा था संस्कार जीवन के अस्तित्व के साथ आरंभ होते हैं। मानव को सही पथ पर अग्रसर होने में संस्कार की अहम भूमिका हैं। अतः श्रेष्ठ संस्कार को अपनाने वाले मनुष्य में दैवीय गुणों का जन्म होता हैं. हरेक व्यक्ति को संस्कारवान बनना आज के समय की महत्ती आवश्यकता हैं ।

दिया धीमान
ग्यारहवीं - ग



दोहे

छिमा बड़न को चाहिए, छोटन को उत्पात।
कर रहीम हरि कर घटचौ, जो भृगु मारी लात॥

तरुवर फल नहि खात है, सरबर पियाहि न पान।
कहि रहीम पर काज हित, संपति सँचहि सुजान॥

दुख में सुमिरन सब करे, सुख में करें न कोय।
जो सुख में सुमिरन करे, तो दुख काहे होए॥

खैर, खून , खांसी, सुखी, बैर, प्रीति, मदपान।
रहिमन दाबे न दबै, जानत सकल जहांन॥

जो रहिमन ओछो बढै, तौ अति ही इतराय।
प्यादे सों फर्जी भयो, टेढ़ो टेढ़ो जाय॥

रहिमन थारे दिनन को, कौन करे मुँह स्थाह।
नहीं छलन को परतिया, नहिं कारन को ब्याह॥

अब गई आदर गया, नैनन गया स्नेही।
ये तीनों तब ही गये, जबहि कहा कुछ देहि॥

खीरा सिर ते काटिये, मालियत नमय लगाए।
रहिमन करुये मुखन को, चाहियत इहै सजाय॥

महिमा कुमारी

सत्य का महत्व

“तीन चीजें ज्यादा समय तक नहीं छुपाई जा सकतीं -सूर्य , चंद्रमा और सत्य”

बुद्धि सत्य मानव की सबसे बड़ी शक्ति है। सत्य का अर्थ है “ सते हितं” अर्थात जिसमें हित या कल्याण निहित हो। साधारण भाषा में जो सच है , यथार्थ है उसे जानना , समझना मानना, कहना



और उसके अनुसार ही व्यवहार करना सत्य है। वाणी और मन का यथार्थ होना ही सत्य है। सत्य सरल और सीधे स्वभाव से कहा जाता है , जबकि झूठ बोलने वाले के मन में कपट भाव छिपा होता है। सत्य भूत, भविष्य और वर्तमान तीनों काल में एक सा रहता है। मानव बोध में सत्य के प्रति श्रद्धा और असत्य के प्रति घृणा स्वाभाविक रूप से पाई जाती है।

हमारे प्राचीन धार्मिक ग्रंथों में सत्य की अनेक विशेषताएँ बताई गई हैं।

“ चंद्र टरे सूरज टरे , टरे जगत व्यवहार ।

पै दृढ़ सत्य हरिश्चंद्र को, टरे न सत्य विचार ॥

सत्यवादी राजा हरिश्चंद्र सत्य बोलने के कारण आज तक की पीढ़ी के लिए सम्मान के पात्र हैं। महाराज मनु ने धर्म के दस लक्षण बताए हैं, जिनमें सत्य का स्थान प्रमुख है। महाभारत शांत

पर्व में कहा गया है – “सत्यस्य वचनं श्रेयः” यानि सत्य वाणी ही श्रेष्ठ है।” सत्मेव जयते “ अर्थात् सत्य की सदा ही जय होती है। सत्य की महिमा बताते हुए कहा गया है ----

सांच बराबर तप नहीं, झूठ बराबर पाप।

जाके हृदय सांच है, ताके हृदय आप ॥

सत्य का महत्त्व तभी है जबकि सत्य को जीवन में मन, वचन, कर्म से स्वीकार किया जाए और प्रयोग किया जाए। सत्य का उपदेश देना जितना सरल है उसे जीवन में उतरना उतना ही कठिन है। समाज में परस्पर विश्वास की नींव का आधार सत्य ही है। सत्य के पालन हेतु सत्य का ज्ञान परम आवश्यक है, अक्सर देखने में आता है कि व्यक्ति अज्ञान, स्वार्थ, अहंकार, अंध विश्वास, हठ एवं दुराग्रह के चलते असत्य ही बोलता चला जाता है। अगर किसी बर्तन में गन्दगी भरी है तो कोई भी बुद्धिमान व्यक्ति उसमें दूध नहीं डालेगा, जब तक की उस गन्दगी को साफ़ न कर ले। ठीक इसी प्रकार हमारे मन मस्तिष्क में सत्य तभी समा सकता है, जब हम असत्य को बाहर निकाल फेंकेंगे।

निष्कर्ष रूप में यदि कोई समाज या देश सत्य को जीवन का मूल आधार बनाए तो निश्चय ही वह देश प्रगति के शिखर पर पहुँच जाता है क्योंकि समाज की अधिकतर समस्याओं की मूल जड़ असत्य ही है। जो लोग सिद्धांतों पर जीते हैं और सच का साथ देते हैं अंत में विजय उन्हीं की होती है, क्योंकि सत्य ही जीवन है और जीवन ही सत्य है।

ऋतु सिंह (टी.जी.टी.हिन्दी)



भारतीय संस्कृति

पूरे विश्व में भारत अपनी संस्कृति और परंपरा के लिये प्रसिद्ध देश है। ये विभिन्न संस्कृति और परंपरा की भूमि है। भारत विश्व की सबसे पुरानी सभ्यता का देश है। भारतीय संस्कृति का महत्वपूर्ण तत्व अच्छे शिष्टाचार, तहज़ीब, सभ्य संवाद, धार्मिक संस्कार, मान्यताएँ और मूल्य आदि हैं। अब जबकि हरेक की जीवन शैली आधुनिक हो रही है, भारतीय लोग आज भी अपनी परंपरा और मूल्यों को बनाए हुए हैं। विभिन्न संस्कृति और परंपरा के लोगों के बीच की घनिष्ठता ने एक अनोखा देश, 'भारत' बनाया है। अपनी खुद की संस्कृति और परंपरा का अनुसरण करने के द्वारा भारत में लोग शांतिपूर्ण तरीके से रहते हैं।

भारतीय संस्कृति विश्व की सबसे प्राचीन संस्कृति है जो लगभग 5,000 हजार वर्ष पुरानी है। विश्व की पहली आम है अर्थात् भारत एक विविधता पूर्ण देश है जहाँ विभिन्न धर्मों के लोग अपनी संस्कृति और परंपरा के साथ शांतिपूर्ण तरीके से एक साथ रहते हैं। विभिन्न धर्मों के लोगों की अपनी भाषा, खान-पान, रीति-रिवाज़ आदि अलग हैं फिर भी वो एकता के साथ रहते हैं।

पूरे विश्वभर में भारतीय संस्कृति बहुत प्रसिद्ध है। विश्व के बहुत रोचक और प्राचीन संस्कृति के रूप में इसको देखा जाता है। अलग-अलग धर्मों, परंपराओं, भोजन, वस्त्र आदि से संबंधित लोग यहाँ रहते हैं। विभिन्न संस्कृति और परंपरा के रह रहे लोग यहाँ सामाजिक रूप से स्वतंत्र हैं इसी वजह से धर्मों की विविधता में एकता के मजबूत संबंधों का यहाँ अस्तित्व है।

कई सारे युग आए और गए लेकिन कोई भी इतना प्रभावशाली नहीं हुआ कि वो हमारी वास्तविक संस्कृति को बदल सके। नाभि रज्जु के द्वारा पुरानी पीढ़ी की संस्कृति नयी पीढ़ी से आज भी जुड़ी हुई है। हमारी राष्ट्रीय संस्कृति हमेशा हमें अच्छा व्यवहार करना, बड़ों की इज़्ज़त करना, मजबूर लोगों की मदद करना और गरीब और जरूरत मंद लोगों की मदद करना सिखाती है।

श्रीति सेठ

ग्यारहवीं 'ब'

हंस और कौआ (कहानी)

बहुत समय पहले की बात है। एक हंस और एक कौआ में गहरी मित्रता थी। दोनों मित्र एक ऊँचे अंजीर के पेड़ पर रहते थे। एक दिन की बात है। गर्मी का मौसम था। शरीर जलाता सूरज ठीक सिर पर पहुँच चुका था। एक थका-हारा यात्री सूरज की गर्मी से अपनी रक्षा करने के लिए उसी अंजीर के पेड़ की छाया में आकर बैठ गया। पेड़ की छाया में बैठते ही गर्मी से बेहाल यात्री को नींद आने लगी। वह वही पेड़ के नीचे सो गया। पेड़



की ऊँची डाल पर बैठा शांति से उस यात्री को देख रहा था। जब उसने उस यात्री के चेहरे पर सूर्य की तेज़ किरणें पड़ती देखी तो उसने सोचा कहीं धूप के कारण उसकी नींद ना टूट जाए। यह सोच कर उदार और भले पक्षी ने अपने पंख फैला दिए। उसके फैले हुए पंखों से टकरा के यात्री के चेहरे पर पड़ने वाली धूप रुक गई। दूसरी ओर कौआ बड़ा ही शरारती था। वह हमेशा दूसरों को तंग करने में लगा रहता था। जब उसने पेड़ के नीचे सोए हुए यात्री को धूप से बचाने वाले हंस को देखा, तो वो शांत ना बैठा। वह उन्हें परेशान करने की तरकीबें सोचने लगा। तभी उसे एक शैतानी सूझी। कौआ यात्री के सिर के ठीक ऊपर वाली डाल पर जा बैठा और मल-त्याग कर तेजी से उड़ गया। कुछ देर बाद यात्री की नींद खुल गई। उसने महसूस किया कि उसके चेहरे पर कुछ गिरा हुआ है। उसने सोचा यह ज़रूर पेड़ पर बैठे किसी दुष्ट पक्षी का काम है। कौआ तो पहले ही पेड़ से जा चुका था। अब पेड़ पर केवल हंस बैठा था। यात्री ने जैसे ही ऊपर नज़र डाली, उसे ऊँची डाली पर बैठा हंस दिखाई दिया। यात्री हंस के किए उपकार से अनजान था। उसने सोचा, 'ज़रूर ही इसी दुष्ट पक्षी ने मेरे चेहरे को गन्दा किया है। इसे तो सज़ा मिलनी चाहिए।' यह सोचकर उसने एक बड़ा सा पत्थर उठाकर हंस को दे मारा। बेचारा हंस यह ना समझ सका कि उसकी ओर आने वाली वस्तु पत्थर है। पत्थर सीधा जाकर हंस के कोमल सिर में जा लगा। बेचारा हंस घायल होकर ज़मीन पर आ गिरा और कुछ देर तक तड़पते हुए उसकी मृत्यु हो गयी। उस परोपकारी हंस को एक ऐसे अपराध के लिए अपनी जान गंवानी पड़ी, जो उसने किया ही नहीं था। उसकी भूल तो बस इतनी थी कि उसने उस दुष्ट कौए पर विश्वास कर उस से दोस्ती की थी। अतः दुष्ट और धूर्त के साथ रहने से सदा बचना चाहिए।

अनंत पाण्डेय 6 'अ'



ज्ञान का सूत्र (कहानी)

प्राचीन काल में छात्र गुरुकुल में ही रह कर पढ़ा करते थे । छात्र यज्ञोपवित संस्कार के बाद शिक्षा ग्रहण के लिए गुरुकुल में चले जाते थे । गुरुकुल में गुरु के समीप रह कर आश्रम की देखभाल किया करते थे और अध्ययन भी किया करते थे ।

वरदराज एक ऐसा ही छात्र था । यज्ञोपवित संस्कार होने के बाद उसको भी गुरुकुल में भेज दिया गया । वरदराज आश्रम में जाकर अपने सहपाठियों के साथ घुलने मिलने लगा . आश्रम के छात्रों और सहपाठियों से उसके मित्रवत सम्बन्ध थे । वरदराज व्यावहारिक तो बहुत था लेकिन था जड़ मति का । जहाँ गुरु जी द्वारा दी गयी शिक्षा को दूसरे छात्र आसानी से समझ जाते वहीं वरदराज को काफी मेहनत करनी पड़ती और वो समझ नहीं पाता ।

गुरु जी वरदराज को आगे की पंक्ति में बैठकर विशेष ध्यान देने लगे । लेकिन फिर भी उस पर कोई असर नहीं पड़ता दिख रहा था । गुरुजी को वरदराज के अशिक्षा से बहुत दुःख होता गुरु जी उसके लिए विशेष प्रयत्न करते जाते । वरदराज के वर्ग के सारे साथी उच्च वर्ग में चले गए लेकिन वरदराज उसी वर्ग में रहा । वरदराज के प्रति अपने सारे प्रयासों से थक कर गुरु जी उसे जड़मति मानकर एक दिन आश्रम से निकाल दिया ।

अपने साथियों से अलग होता हुआ वरदराज भारी मन से गुरुकुल आश्रम से विदा होने लगा . दुःख तो बहुत हो रहा था उसे इस वियोग का लेकिन वो कुछ कर नहीं सकता था ।

अवसाद से उसके मुख सूखे जा रहे थे । वह पानी की तलाश में कोई जलाशय खोजने लगा । मार्ग में कुछ दूर चलने पर उसे एक कुआँ दिखाई दिया । कुआँ की जगत पर चिंतामग्न जा कर बैठ गया । वहाँ वह देखता है कि कुएँ से एक चरखी लगी है जिसके सहारे एक मिट्टी का पात्र बंधा है ।

कुएँ के जगत पर एक शिला पड़ी है जिसपर मिट्टी के बर्तन का गहरा निशान पड़ा है ।

वरदराज के दिमाग में यह बात कौंध गयी ।

वह सोचने लगा , कैसे मिट्टी का एक कमजोर पात्र ने एक कठोर पत्थर पर इतना बड़ा दाग बना दिया है ?

अवश्य ही मटके का यह निरंतर प्रयास है जिसके कारण यह संभव हुआ है .

जब एक मिट्टी का पात्र बार - बार के प्रयास से ऐसा कर सकता है तो मैं क्यों नहीं ? वह वापस आश्रम की ओर लौट गया । कहा जाता है वरदराज को आश्रम से उस कुएँ तक आने में जो समय लगा था उससे आधे समय में वह आश्रम वापस आ गया और गुरु जी के चरणों में लिपट गया । गुरु जी ने उसे वापस आने का कारण पूछा तो वरदराज ने कुएँ के समीप में अपनी सारी आपबीती सुना दी । गुरु जी को वरदराज के मुख पर अब नया आत्मविश्वास दिखाई दे रहा था । उन्होंने उसे फिर से पढ़ाना शुरू किया ।

अब वरदराज बदल चुका था . निरंतर अभ्यास से उसने जटिल से जटिल सूत्रों को समझ लिया । वह अपने साथियों को पाणिनि के व्याकरण सूत्रों को समझाने लगा ।

करत-करत अभ्यास के, जड़मति होत सुजान।
रसरी आवत जात तैं, सिल पर परत निसान॥

दोहा का अर्थ:

कुएँ से पानी खींचने के लिए बर्तन से बाँधी हुई रस्सी कुएँ के किनारे पर रखे हुए पत्थर से बार - बार रगड़ खाने से पत्थर पर भी निशान बन जाते हैं। ठीक इसी प्रकार बार -बार अभ्यास करने से मंद बुद्धि व्यक्ति भी कई नई बातें सीख कर उनका जानकार हो जाता है।



आदित्य पाण्डेय सप्तमी 'अ'

कंप्यूटर आज की जरूरत

कंप्यूटर आज की सुपरफास्ट जीवनशैली का हिस्सा बन चुका है। आज कल लॉक डाउन में छात्र / छात्राएँ ऑनलाइन कक्षाएँ ले रहे हैं इसमें समय से पहले कोई खराबी न आए, इसके लिए जरूरी है - इसकी सही देखरेख। और सावधानी की आवश्यकता है इससे संबंधित उपयोगी टिप्स।

कंप्यूटर के बिना आज जिंदगी की कल्पना भी नहीं की जा सकती, चाहे स्टूडेंट्स हों या प्रोफेशनल्स हों या फिर हाउसवाइव्स हों। सभी की जिंदगी में इसकी अहमियत है। साल में किए गए एक सर्वे की रिपोर्ट के अनुसार 80 मिलियन भारतीय कंप्यूटर और स्मार्ट फ़ोन का इस्तेमाल करते हैं। ऐसे में यह जरूरी हो जाता है कि लोगों को इसके रख-रखाव और देखभाल का सही तरीका पता हो, ताकि यह लंबे समय तक सही स्थिति में काम करता रहे। तो आइए जानते हैं इन तरीकों के बारे में।



1. पानी, चाय, कॉफी, कोल्ड ड्रिंक आदि पेय पदार्थों को कंप्यूटर से दूर रखें। असावधानीवश इनके कंप्यूटर पर गिर जाने से ये अंदरूनी माइक्रोइलेक्ट्रॉनिक कंपोनेंट्स को नुकसान पहुंचा सकते हैं, इलेक्ट्रिकल डैमेज हो सकता है, या शॉर्ट सर्किट होने से इसका डेटा भी करप्ट हो सकता है।
2. खाने की चीजें कंप्यूटर से दूर रखें। ये की-बोर्ड की कीज के बीच फंस कर कीटों को आकर्षित कर सकती हैं। कीट की-बोर्ड के अंदर स्थित सर्किट को नुकसान पहुंचा सकते हैं। डेस्कटॉप और लैपटॉप की कीज को साफ करने के लिए आप इयरबड या सॉफ्ट टूथब्रश का इस्तेमाल कर सकते हैं।
3. कंप्यूटर को इस्तेमाल करने से पहले अपने हाथ अच्छी तरह साफ कर लें। तेल, धूल-मिट्टी आदि के संपर्क में आने से उसमें गंदगी जम जाती है जो बेहद नुकसानदेह साबित हो सकती है।
4. अगर आपके पास लैपटॉप है तो उसे कभी भी फ्लैप के सहारे न पकड़ें। उसे हमेशा बेस के सहारे पकड़ें। फ्लैप बेहद पतला होता है और जोर पड़ने से वह अलग हो सकता है।

5. डेस्कटॉप या लैपटॉप के तार के ऊपर कुर्सी या मेज जैसी कोई भारी चीज रखकर खिसकाने से बचें। ऐसा करने से तार कमजोर हो सकता है। बार-बार ऐसा होने पर वह टूट भी सकता है।

6. कंप्यूटर को धूप में रखने पर इसका तापमान अचानक बढ़ सकता है। इसे हमेशा धूल, धूप और मॉयस्चर से दूर ठंडे, छायादार और सूखे स्थान पर रखें।

7. कंप्यूटर के मदरबोर्ड और ग्राफ़िक कार्ड जैसे हिस्सों को हमेशा उनके किनारों की मदद से पकड़ें। कभी भी उनकी कनेक्टिंग पिन्स और ट्रांजिस्टर्स को हाथ न लगाएं।

8. डिस्क ड्राइव को बेहद सावधानी के साथ खोलें। हडबडी में या बलपूर्वक खोलने से इनके अंदरूनी पॉइंट्स खराब हो सकते हैं।

9. इयरफोन, डेटाकेबल या चार्जिंग केबल जैसी डिवाइसेज को उचित स्लॉट में प्लग करें। किसी डिवाइस को गलत स्लॉट में लगाने से वह स्लॉट हमेशा के लिए खराब हो सकता है।

10. लैपटॉप को कभी धूप में खडी कार के अंदर न छोड़ें। कार के अंदर का तापमान बढ़ने से वह खराब हो सकता है।

11. अगर आपके पास डेस्कटॉप है तो उसे इस्तेमाल न होने पर कवर कर दें। अगर लैपटॉप है तो उसे गैजेट बैग के अंदर रखें।

12. लैपटॉप को बेड के ऊपर रखकर इस्तेमाल करने से बचें। लंबे समय तक ऐसा करने पर उसका फैन बेड की धूल-मिट्टी को सोख लेता है और ब्लॉक हो जाता है।

13. उपयोग न होने पर कंप्यूटर /लैपटॉप/ स्मार्ट डिवाइस को बंद कर दे ।



अजित कुमार पाण्डेय

कंप्यूटर आचार्य



~ ये दुनिया जान ले ~

ये दुनिया जान ले....

हमें पहचान ले....

कि हम सब एक हैं....

हमको है जान से प्यारा, हिंदुस्तान हमारा

चमकाएंगे हमेशा, हम हिंद का सितारा

आजाद हम रहेंगे, जबतक बहेगी गंगा...

जब तक है चांद सूरज लहराएगा तिरंगा

मजहब है देशभक्ति

जय हिन्द अपना यह नारा।

हर नौजवान शिवाजी, प्रताप से नहीं कम

खा जाए दुश्मनों को, दशमिश की तरह हम

दुश्मनों का इस पर साया, पड़ने कभी ना देंगे

अपने वतन की रक्षा, जान दे कर हम मरेंगे

मजहब है देशभक्ति

जय हिंद अपना यह नारा।

सिध्दीका गौतम खोब्रागडे

ग्यारहवीं 'अ'

विज्ञान एक वरदान या अभिशाप

विज्ञान का अर्थ होता है विशिष्ट ज्ञान। किसी वस्तु या विषय के बारे में विशेष और व्यवस्थित ज्ञान होना। आज तक जो भी तरह-तरह के आविष्कार और खोज हुई हैं वे सब विज्ञान के ही परिणाम थे। विज्ञान का हमारे जीवन में इतना महत्व हो गया है कि हम सोते-जागते विज्ञान के आविष्कारों को अपने पास देखते हैं और उन्हें प्रयोग में लाते हैं। विज्ञान ने हमारे जीवन को कितना सुखी बना दिया है, यह कहने की आवश्यकता नहीं है। विज्ञान एक वरदान की तरह है जिसे मानव अपने जीवन में प्रयोग करता है।

विज्ञान ने मनुष्य के जीवन को सरल और सुखमय बनाने के लिए बहुत से आविष्कार किये हैं जैसे घरेलू कामों को सुखमय बनाने के लिए प्रेस, फ्रिज, मिक्सर जैसी मशीनों का आविष्कार किया है। पहले लोग प्लेग, मलेरिया, डेंगू, हैजा जैसी बीमारियों से ग्रस्त होकर मर जाते थे लेकिन आज के समय में विज्ञान ने इस सब बीमारियों को अपने नियंत्रण में कर लिया है। आज के समय में दुश्मनों से अपनी बड़े जहाजों, ट्रेनों, विमानों और कृत्रिम गृह तक बनाए जा चुके हैं। विज्ञान उस नौकर की तरह होता है जिससे मनुष्य कुछ भी करवा सकता है और आवश्यकता के अनुसार उसके साथ कुछ भी कर सकता है। आज के मनुष्य का पूरा जीवन विज्ञान के वरदानों के आलोक से ही तो आलोकित है। सुबह से लेकर शाम तक हम जो भी काम करते हैं वो सब सिर्फ विज्ञान के साधनों की वजह से ही संचालित होते हैं। जिन साधनों का प्रयोग हम अपने दैनिक जीवन में प्रयोग करते हैं वे सभी हमें विज्ञान के वरदान के रूप में प्राप्त हुए हैं।

विज्ञान का एक पक्ष वरदान है तो एक पक्ष अभिशाप भी है। विज्ञान एक ऐसा साधन है जिससे असीम शक्ति प्राप्त की जा सकती है। मनुष्य जिस तरह से चाहता है उस तरह से इसका प्रयोग कर सकता है। विज्ञान ने मनुष्य को अपने भविष्य के प्रति भयभीत कर दिया है। आज के समय में पूरा विश्व एटम बम और मिसाइलों के डर से काँप रहा है। इन सब की वजह से प्रदूषण में वृद्धि हुई है और वायुमण्डल की ओजोनमंडल को भी बहुत नुकसान पहुँचा है। आज के विज्ञान की वजह से मनुष्य का जीवन और अधिक खतरों से भर गया है। बिजली विज्ञान की एक महान देन है लेकिन बिजली का एक झटका ही मनुष्य की जान ले लेता है। अतः विज्ञान एक तलवार की तरह होता है जिससे मनुष्य की रक्षा भी की जा सकती है और अपने आप को हानि भी पहुँचाई जा सकती है। यह बात मनुष्य पर निर्भर करती है कि वह उसका प्रयोग कैसे करता है?

सुरभि मिश्रा

ग्यारहवीं “अ”

सपनों में रख आस्था

सपनों में रख आस्था कर्म तू किए जा,
त्याग से ना डर आलस परित्याग किए जा।
गलती कर ना घबरा।
गिर कर फिर हो जा खड़ा।
समस्याओं को रास्ते से निकाल दे,
चट्टान भी हो तो ठोकर से उछाल दे।
रख हिम्मत तूफ़नों से टकराने की,
ज़रूरत नहीं है किसी मुसीबत से घबराने की।
जो पाना है बस उस की एक पागल की तरह चाहत कर,
करता रह कर्म मगर साथ में खुदा की इबादत भी कर।
फिर देख किस्मत क्या-क्या रंग दिखलाएगी,
तुझ को तेरी मंज़िल मिल जाएगी, मंज़िल मिल जाएगी।

पूजा

ग्यारहवीं स

लालची कुत्ता

मेरे गांव में एक लालची कुत्ता था। उसका नाम शेरू था। प्रातः काल भोजन की तलाश में इधर - उधर घूम रहा था। रास्ते में उसे एक रोटी का टुकड़ा मिला। वह बहुत प्रसन्न हुआ। उसने सोचा कहीं दूर जाकर

खाऊंगा, मुंह में रोटी लिए जा ही रहा था कि रास्ते में पुल आया, पुल के नीचे गहरे तालाब का शांत जल था। शेरू को तालाब के में अपनी परछाई दिखाई दी, अरे वाह ! ये क्या ? जल में भी कुत्ता है और उसके मुंह में भी रोटी का टुकड़ा है। शेरू के मन में लालच आ गया उसने सोचा क्यों ना उसकी रोटी भी छीन लूं। कुत्ते को डराने के लिए उसने जैसे ही अपना मुंह खोला उसकी रोटी छपाक से पानी के अंदर गिर गई। वह देखता ही रह गया, लालच में पड़कर शेरू अपनी रोटी से भी हाथ धो बैठा। वह बहुत पछताया और मन में निश्चय किया की कभी भी लालच नहीं करूंगा।

संतोष में जो सुख है वह अन्य कहीं भी नहीं॥

नाम: गौरव

कक्षा:1 'अ'

हमारा विद्यालय।

यह हमारा विद्यालय है,
शिक्षा का उत्तम आलय है।
पढ़ते यहां हम सब बच्चे,
नियम-रीति में है सब सच्चे।
इंग्लिश यहां सिखाई जाती है,
हिंदी यहां पढ़ाई जाती है।
गणित यहां समझाई जाती है,
कला यहां सिख लाई जाती है।
शिक्षक सभी गुणी विद्वान,
देते विद्या का नित दान।
भाई चारे की शिक्षा देते,
देश भक्ति का पाठ पढ़ाते।
यह शिक्षा का उत्तम आलय है,
यह हमारा विद्यालय है।

नव्या दुआ

प्रथम 'ब'

कोरोनावायरस पर कविता

मुश्किल बड़ी घड़ी है
संयम बनाये रखना,
एक फ़ासला बनाकर
खुद को बचाये रखना ।

है जिंदगी नियामत
असमय ये खो ना जाये,
इस देश पर कोरोना
हावी ना होने पाये ।
ये वक्त कह रहा है
घर से नहीं निकलना,
निज शक्ति को बढ़ाना
इस रोग को हराना ।

हाथों को अपने साथी,
कई बार धोते रहना ,
उनको नमन करें हम
सेवा में जो लगे हैं ।
सब कुछ भुला के अपना
दिन-रात जो जुटे हैं,
रहकर सजग हमेशा
अफ़वाहों से भी बचना ।

मुश्किल बड़ी घड़ी है
संयम बनाये रखना ।

मयंक जैन, अष्टमी 'अ'

(सुदर्शन क्रिया)

"सुदर्शन क्रिया" अब एम बी बी एस प्रथम वर्ष का हिस्सा है।

"सुदर्शन क्रिया" को प्रथम वर्ष की एम बी बी एस जैव रसायन पाठ्यपुस्तक में समझाया गया है.....

सुदर्शन क्रिया की जैव रसायनिक प्रक्रिया

"अगर हम ओक्सीजन के रेडिकल्स की संख्या कम कर सकें, तो हम अपने शरीर में एंटी ऑक्सीडेंट की स्थिति में सुधार करते हैं लंबे समय तक जीवित रह सकते हैं।

क्या कभी आपने सोचा है कि हमारे बूढ़े होने का क्या कारण है? क्या है, जिसके परिणाम स्वरूप हमारे शरीर की कोशिकाएं वर्षों से मर रही हैं, या धमनियों में जमाव के कारण दिल रोग विकसित हो जा रहे हैं, या कैंसर से पीड़ित कोशिकाओं का रूप बदल कर गलत तरीके से बढ़ने का कारण बनता है? जितना हम सोचते हैं, उत्तर उतना ही सरल हो सकता है। कुछ शोधकर्ताओं का कहना है कि इन सभी स्थितियों में आम वजह एंटीऑक्सीडेंट की स्थिति है- एंटीऑक्सीडेंट यानी एक रासायनिक प्रक्रिया का स्तर जो हमारी कोशिकाओं और जीन्स में होता है। शोधकर्ताओं का मानना है कि जैसे हम अपने कोलेस्ट्रॉल के स्तर को मापते हैं वैसे ही हम अपनी एंटीऑक्सीडेंट स्थिति को माप सकते हैं और निर्धारित कर सकते हैं कि हम बीमारियों के प्रति कितने संवेदनशील और उपलब्ध हैं।

एक पायलट अध्ययन में, अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान में जैव रसायनशास्त्रियों ने व्यक्तियों की एंटीऑक्सीडेंट स्थिति पर सुदर्शन क्रिया के प्रभाव का अध्ययन किया। सुदर्शन क्रिया एक प्रसिद्ध लयबद्ध श्वास तकनीक है जिसे द आर्ट ऑफ लिविंग कायशालाओ द्वारा सिखाया जाता है। इसमें पहले गले के संकुचन के साथ उज्जायी प्राणायाम या गहरी लंबी साँसों का अभ्यास करते हैं और फिर हाथों के संचालन के साथ धौकनी की भाँति तीव्र और बलपूर्वक साँस छोड़ने का अभ्यास, जिसे भस्त्रिका प्राणायाम कहा जाता है, किया जाता है।

इससे पहले की हम उनके निष्कर्ष के बारे में बात करें, हम अपनी जैव रसायन की कक्षा में वापस जाते हैं और समझते हैं कि एंटीऑक्सीडेंट के स्तर का क्या अर्थ है। फ्री-रेडिकल सिद्धांत के अनुसार, हमारे शरीर की कोशिकाओं, आक्सीजन रेडिकल्स द्वारा लगातार क्षतिग्रस्त और नष्ट की जा रही हैं, बिल्कुल वैसे ही, जैसे, हमारी कारों को धूल और जंग करती हैं। आक्सीजन कण आक्सीजन गैस से अलग होते हैं, ये वो अणु होते हैं जो कोशिकाओं में हो रही प्रतिक्रियाओं के कारण अत्यधिक आवेशित और हानिकारक बायोप्रोडक्ट के रूप में होते हैं।

हमारे शरीर में एक एंटीऑक्सीडेंट रक्षा प्रणाली है, जो लगातार हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली की तरह इन आक्सीजन रेडिकल्स को खोजती और नष्ट करती है, हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली, बिल्कुल हमारी पुलिस की तरह, हमारे शरीर को बैक्टीरिया और वायरस जैसे विदेशी एजेंटों से बचाती है और उन्हें खत्म करती है। यदि हमारे शरीर की एंटीऑक्सीडेंट रक्षा प्रणाली कमजोर है, तो आक्सीजन के कणों की संख्या बढ़ जाती है, जिससे हमारी कोशिकाओं जल्दी मर जाती हैं। यह हमारे हृदय वाहिकाओं के भीतर सूजन और जमाव का परिणाम देता है या कोशिकाओं को कैंसर कोशिकाओं में उत्परिवर्तित करने का संकेत देता है। यदि हम आक्सीजन के रेडिकल की संख्या को कम करते हैं, तो हम अपने शरीर में एंटीऑक्सीडेंट की स्थिति में सुधार करते हैं, और हम लंबे समय तक जीवित रहते हैं और रोग मुक्त जीवन जीते हैं। यह महत्वपूर्ण है कि हम आक्सीजन के कणों के स्तर को कम करने और अपनी रक्षा प्रणाली को मजबूत करने का प्रयास करें। यही पर सुदर्शन क्रिया का अभ्यास हमारे लिए सहायक होता है। हम सुदर्शन क्रिया के माध्यम से अपने एंटीऑक्सीडेंट के स्तर को बढ़ा सकते हैं और अपने शरीर को स्वस्थ रख सकते हैं।

कृष्ण गोपाल शर्मा

पी जी टी (रसायन शास्त्र



..

भ्रष्टाचार : एक गंभीर समस्या

परिचय

अपना कार्य ईमानदारी से न करना भ्रष्टाचार है अतः ऐसा व्यक्ति भ्रष्टाचारी है। समाज में आये दिन इसके विभिन्न स्वरूप देखने को मिलते हैं। भ्रष्टाचार एक ऐसा अनैतिक आचरण है जिसमें व्यक्ति खुद की छोटी इच्छाओं की पूर्ति हेतु देश को संकट में डालने में तनिक भी देर नहीं करता है। भ्रष्टाचार हमारे नैतिक जीवन मूल्यों पर सबसे बड़ा प्रहार है।

भ्रष्टाचार के कारण

देश का लचीला कानून - भ्रष्टाचार विकासशील देश की समस्या है, यहां भ्रष्टाचार होने का प्रमुख कारण देश का लचीला कानून है। पैसे के दम पर ज्यादातर भ्रष्टाचारी बाइज्जत बरी हो जाते हैं, अपराधी को दण्ड का भय नहीं होता है।

व्यक्ति का लोभी स्वभाव - लालच और असंतुष्टि एक ऐसा विकार है जो व्यक्ति को बहुत अधिक नीचे गिरने पर विवश कर देता है। व्यक्ति के मस्तिष्क में सदैव अपने धन को बढ़ाने की प्रबल इच्छा उत्पन्न होती है।

आदत - आदत व्यक्ति के व्यक्तित्व में बहुत गहरा प्रभाव डालता है। एक मिलिट्री रिटायर्ड ऑफिसर रिटायरमेंट के बाद भी अपने ट्रेनिंग के दौरान प्राप्त किए अनुशासन को जीवन भर वहन करता है। उसी प्रकार देश में व्याप्त भ्रष्टाचार की वजह से लोगों को भ्रष्टाचार की आदत पड़ गई है।

मनसा - व्यक्ति के दृढ़ निश्चय कर लेने पर कोई भी कार्य कर पाना असंभव नहीं होता वैसे ही भ्रष्टाचार होने का एक प्रमुख कारण व्यक्ति की मनसा (इच्छा) भी है।

भ्रष्टाचार के विभिन्न प्रकार

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

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

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

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

भ्रष्टाचार को रोकने के उपाय

यह एक संक्रामक रोग की तरह है। समाज में विभिन्न स्तरों पर फैले भ्रष्टाचार को रोकने के लिए कठोर दंड-व्यवस्था की जानी चाहिए। आज भ्रष्टाचार की स्थिति यह है कि व्यक्ति रिश्वत के मामले में पकड़ा जाता है और रिश्वत देकर ही छूट जाता है।

जब तक इस अपराध के लिए कोई कड़ा दंड नहीं दिया जाएगा तब तक यह बीमारी दीमक की तरह पूरे देश को खा जाएगी। लोगों को स्वयं में ईमानदारी विकसित करना होगी। आने वाली पीढ़ी तक सुआचरण के फायदे पहुंचाने होंगे।

निष्कर्ष

हर प्रकार के भ्रष्टाचार से समाज को बहुत अधिक क्षति पहुंचती है। भ्रष्टाचार एक वैश्विक समस्या बन गया है जिससे लगभग सभी विकाशशील देश जूझ रहे हैं। देश से हमारा अस्तित्व है अर्थात् देश के बिना हम कुछ नहीं इसलिए अपने देश को भ्रष्टाचार मुक्त करने का हर संभव प्रयास हर देशवासी को करना चाहिए। हम सभी को समाज का ज़िम्मेदार नागरिक होने के नाते यह प्रण लेना चाहिए, न भ्रष्टाचार करें, न करने दें।

नीतू सिंह

सप्तमी अ

छोटी _ छोटी खुशियों से ही बड़ी खुशियाँ मिलती है।

एक बार एक आदमी एक महात्मा के पास गया और बोला- महात्मा जी मेरे जीवन में कोई खुशी नहीं है मैंने सोचा कि जब मेरी नौकरी लगेगी तो मैं अपने पिता जी को एक गाड़ी गिफ्ट करूँगा लेकिन जब मेरी नौकरी लगी तो पिता जी का देहांत हो गया । फिर सोचा जब मेरा प्रमोशन होगा तो बच्चों को घूमने ले जाऊँगा लेकिन मेरा प्रमोशन ही नहीं हुआ । जब भी मैं किसी खुशी के बारे में सोचता हूँ वह पूरी ही नहीं होती । महात्मा जी उसकी परेशानी समझ गए और उसे बगीचे में ले गए जहाँ फूल खिले हुए थे । महात्मा जी ने बोला _ जो इस कतार में सबसे सुंदर फूल है उसे तोड़ लाओ लेकिन इस बात का ध्यान रखना कि अगर तुम आगे निकल गए तो पीछे मुड़कर मत देखना । वह आदमी आगे बढ़ा और सबसे सुंदर फूल खोजने लगा उसे उस कतार में सुंदर फूल दिखाए दिए लेकिन वह यह सोच कर आगे बढ़ा कि शायद उसे इससे भी सुंदर फूल आगे मिलेगा लेकिन जब वह कतार के अंत में पहुँचा तो उसे वहाँ मुरझाए और कम खिले फूल मिले। उसने उन फूलों में से एक फूल तोड़ लिया और महात्मा जी के पास पहुँचा । महात्मा जी मुस्कुरा कर बोले क्या तुम्हें यही एक फूल मिला था सबसे सुंदर _ वह आदमी बोला - फूल तो बहुत सुंदर _ सुंदर दिखाए दिए परंतु मैं और अच्छे फूल की तलाश में आगे बढ़ा लेकिन जब अंत में पहुँचा तो मुरझाए हुए फूल मिले । तभी महात्मा जी बोले - बेटा हम बड़ी खुशी की तलाश में छोटी - छोटी खुशियों को अनदेखा कर देते हैं और वह बड़ी खुशी हमें हासिल ही नहीं हो पाती। इसलिए हमें अपने जीवन में जो भी छोटी- छोटी खुशियाँ मिले उन्हीं में खुश रहना चाहिए । किसी बड़ी खुशी की तलाश में हम छोटी -छोटी खुशियाँ भी गवाँ देते हैं । अतः हमें अपने जीवन में जो भी छोटी -छोटी खुशियाँ मिले उसमें खुश रहना चाहिए । इस बात को सुनकर वह आदमी वहाँ से खुश होकर चला जाता है । उसे महात्मा जी की इस बात से सीख मिल जाती है॥

अंश शर्मा

षष्ठी अ





बचपन

खूबसूरत सा वो पल था,

मगर क्या करे वो कल था।

कागज़ की कश्ती थी पानी का किनारा था

खेलने की मस्ती थी ये दिल भी आवारा था कहा आ गये इस समझदारी के दल दल में

वो नादान बचपन भी कितना प्यारा था।

सागर अम्बवाता

बारहवीं स



ध्वज

तीन रंगो का वस्त्र नही ये ध्वज देश की जान यही हर भारतीय के दिल का स्वाभिमान है यही है गंगा यही है हिमालय यही हिन्द की जान है और तीन रंगो में रंगा हुआ या अपना हिन्दुस्थान है

मोहित सप्तमी अ

21 वीं सदी में महात्मा गाँधी के शैक्षिक विचारों की प्रासंगिकता

हम सब जानते हैं कि गाँधी जी ने देश के विकास सम्बन्धी कई बिन्दुओं पर अपने विचारों को दुनिया के सामने रखा था। उनमें से एक महत्वपूर्ण बिंदु था भारत की शिक्षा व्यवस्था। आज के दौर में शिक्षा में जो परेशानियाँ या दिक्कतें हम महसूस कर रहे हैं शायद उनका कुछ न कुछ हल तो गाँधी जी के शिक्षा पर दिए गए उनके विचारों से हमें मिले। आज उनकी कई बातों को एक बड़ा तबका प्रासंगिक और जरूरी मान रहा है और धीरे-धीरे उन विचारों का महत्व लोगों को पता लग रहा है। उनका कहना था कि शिक्षा अंग्रेजियत के पीछे भागने, अपने घर परिवार से अलग थलग करने वाली या फिर सिर्फ ज्ञान जानने और रटने पर मजबूर करने वाली नहीं हो, जबकि व्यावहारिक, सांस्कृतिक, सामाजिक और नैतिक मूल्यों को विकसित करने वाली होनी चाहिए। गाँधी ज्ञान आधारित शिक्षा के स्थान पर आचरण आधारित शिक्षा के समर्थक थे। उनके अनुसार शिक्षा प्रणाली ऐसी हो जो व्यक्ति को अच्छे-बुरे का ज्ञान प्रदान कर उसे नैतिक बनने के लिए प्रेरित करे। गाँधी जी का यह मानना भी था कि व्यक्ति अपनी मातृभाषा में शिक्षा को अधिक रुचि तथा सहजता के साथ ग्रहण कर सकता है। अतः वे आरंभिक शिक्षा व्यक्ति को उसकी मातृभाषा में दिए जाने के पक्षधर थे। स्वावलम्बन को महत्व दिए जाने के कारण गाँधीजी का स्पष्ट मानना था कि शिक्षा लोगों में कौशल को बढ़ावा दे, ताकि व्यक्ति लघु एवं कुटीर उद्योगों के माध्यम से स्वावलम्बी बन सके।

गाँधी जी बुनियादी शिक्षा के पाठ्यक्रम के अंतर्गत आधारभूत शिल्प जैसे: कृषि, कटाई-बुनाई, लकड़ी, चमड़े, मिट्टी का काम, पुस्तक कला, मछली पालन, फल व सब्जी की बागवानी, बालिकाओं हेतु गृहविज्ञान तथा स्थानीय एवं भौगोलिक आवश्यकताओं के अनुकूल शिक्षाप्रद हस्तशिल्प इसके आलावा मातृभाषा, गणित, सामाजिक अध्ययन एवं सामान्य विज्ञान, कला, हिंदी, शारीरिक शिक्षा आदि रखा। शिक्षण विधि को वास्तविक कार्य-क्रियाओं और अनुभवों पर आधारित किया।

वर्तमान में हम देखते हैं कि आज युवाओं के पास कई प्रकार की डिग्री है परन्तु रोजगार नहीं है। अतः गाँधीजी ने बहुत वर्ष पहले ही इस समस्या को इंगित कर दिया था और उन्होंने बुनियादी शिक्षा के अंतर्गत उद्योगों पर आधारित शिक्षा पर बल दिया ताकि बालक किसी न किसी हस्तशिल्प को सीखकर आत्मनिर्भर बन सके। बेरोजगारी से मुक्ति प्राप्त कर सके। वर्तमान में अब व्यावहारिक शिक्षा तथा व्यवसायिक शिक्षा को बल दिया जा रहा है।

अतएव गाँधीजी के द्वारा दिए गए शिक्षा के सिद्धांत, उद्देश्य, पाठ्यक्रम, शिक्षण विधि आज भी बालको तथा बालिकाओं, विद्यालय तथा समाज के लिए उतने ही आवश्यक हैं जितने पहले। उनकी महत्वपूर्ण कृति बुनियादी शिक्षा अथवा बेसिक शिक्षा बच्चों को, चाहे वे नगरों के हो या ग्रामों के, समस्त सर्वोत्तम एवं स्थाई बातों से सम्बन्ध रखती है। एवं बालको को स्वावलम्बी बनाने में मददगार सिद्ध हुई है। उनकी शिक्षा केवल मानसिक विकास की ओर ही ध्यान नहीं देती बल्कि शारीरिक, मानसिक, नैतिक एवं आध्यात्मिक विकास के लिए भी उपयोगी हुई है।

कंचन सबरवाल
सामाजिक विज्ञान



श्री चम् कृष्ण शास्त्री

संस्कृत विभाग

सर्वश्रेष्ठगुण-दयाभाव

यस्य चित्तं द्रवीभूतं कृपया सर्वजन्तुषु।
मस्तजानने मोक्षेण किजटा भस्मलेपनैः॥

-चाणक्यनीतिदर्पण

जिस व्यक्ति का चित्त प्राणीमात्र के प्रति दया की भावना से द्रवित हो जाता है उसे ज्ञान व मोक्ष प्राप्त करने और जटाधारण करने व भस्म लेपन करने की क्या आवश्यकता है।

विमर्श- मनुष्य का एक मानवीय गुण है दयाभाव या निःक्रूरता, अन्याय और हिंसक भाव से रहित होना। दयालु व्यक्ति किसी को कष्ट नहीं देता इसलिए पाप से बचा रहता है और किसी को कष्ट में देख नहीं सकता इसलिए यथाशक्ति उसका कष्ट दूर करने का यत्न करता है तो पुण्य का कार्य करता है। 'परोपकार पुण्याय पापाय परपीडनम्' के अनुसार परोपकार करना पुण्य, और दूसरे को कष्ट देना ही पाप है। जो व्यक्ति 'आत्मवत्सर्वभूतेषु' के अनुसार सभी प्राणियों को अपने ही समान समझता है वह किसी को कष्ट नहीं देता। ऐसे दयालु हृदय वाले को जटा धारण करने, भस्म का लेप करने आदि किसी कर्मकांड को करने की आवश्यकता नहीं पड़ती, वह सिर्फ दयाभाव से ही ज्ञान और मोक्ष को उपलब्ध हो जाता है।

मानसी जोशी

पंचमी वी

देववाणी संस्कृतं

संस्कृतम् जगतः एकतमा अतिप्राचीना समृद्धा शास्त्रीया च वर्तते। संस्कृतं जगतः वा भाषास्वेकतमा प्राचीनतमा। भारती, सुरभारती, अमरभारती, अमरवाणी, सुरवाणी, गीर्वाणवाणी, गीर्वाणी, देववाणी, देवभाषा, संस्कृता वाक्, दैवीवाक् इत्यादिभिः नामभिः एतद्भाषा प्रसिद्धा।

भारतीयभाषासु बाहुल्येन संस्कृतशब्दाः उपयुक्ताः। संस्कृतात् एव अधिका भारतीयभाषा उद्भूताः। तावदेव भारत-युरोपीय-भाषावर्गीयाः अनेकाः भाषाः संस्कृतप्रभावं संस्कृतशब्दप्राचुर्यं च प्रदर्शयन्ति।

संस्कृतवाङ्मयं विश्ववाङ्मये अद्वितीयं स्थानम् अलङ्करोति। संस्कृतस्य प्राचीनतमग्रन्थाः वेदाः सन्ति। वेद-शास्त्र-पुराण-इतिहास-काव्य-नाटक-दर्शनादिभिः अनन्तवाङ्मयरूपेण विलसन्ती अस्ति एषा देववाक्। न केवलं धर्म-अर्थ-काम-मोक्षात्मकाः चतुर्विधपुरुषार्थहेतुभूताः विषयाः अस्याः साहित्यस्य शोभां वर्धयन्ति अपितु धार्मिक-नैतिक-आध्यात्मिक-लौकिक-वैज्ञानिक-पारलौकिकविषयैः अपि सुसम्पन्ना इयं देववाणी।

नाम:- शिवांगी वर्मा

कक्षा:- नवमी 'ब'

अस्माकं देशः भारतवर्षः

अस्माकं देशः भारतवर्षम् अस्ति । अयं हि हिमालयात् रामेश्वरम् पर्यन्तम् पुरीतः द्वारका पर्यन्तं प्रसृतः अस्ति । अत्र गंगा, यमुना, गोदावरी, ब्रह्मपुत्र प्रभृतयः नद्यः अमृतोपम् तोयं वहन्ति । अत्र काशी, प्रयाग, मथुरा, प्रभृतयः तीर्थनगराणि सन्ति । अत्र कलकत्ता, बम्बई, मद्रास, कानपुर, दुर्गापुर, राउरकेला प्रभृतयः उद्योगप्रधानाः नगर्यः सन्ति । अत्रैव राम-कृष्ण-गौतमः जाताः । गाँधी-नेहरू-पटेल प्रमुखाः महापुरुषाः अत्रैव उत्पन्नाः । अयं देशः ग्रामप्रधानः कृषिप्रधानश्च कथ्यते । अस्य देशस्य राष्ट्रभाषा हिन्दी अस्ति या संस्कृतभाषायाः आत्मजा अस्ति ।

यशबीर

दशमी अ



कविता

माँ, माँ त्वम् संसारस्य अनुपम् उपहार,
न त्वया सदृश्य कस्याः स्नेहम्,
करुणा-ममतायाः त्वम् मूर्ति,
न कोअपि कर्तुम् शक्नोति तव क्षतिपूर्ति।

तव चरणयोः मम जीवनम् अस्ति,
'माँ'शब्दस्य महिमा अपार,
न माँ सदृश्य कस्याः प्यार,
माँ त्वम् संसारस्य अनुपम् उपहार।

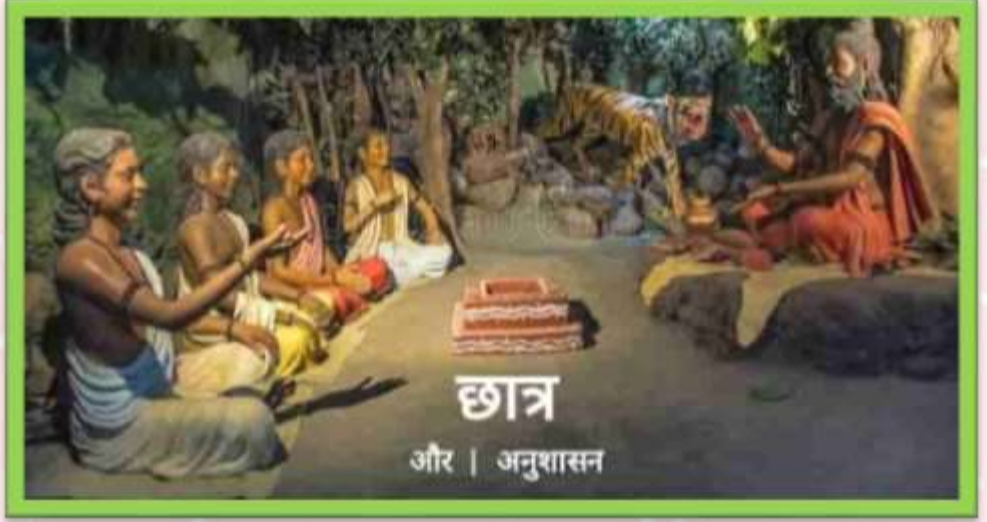
मयंक त्यागी
अष्टमी (अ)

अनुशासन(लघु निबंध)

शासनमनु अनुशासनम् अर्थात् शासनेन निर्मितानि नियमनि पालयन्तः लोकाः अनुशासिताः कथ्यते । अनुशासनभावे समाजे उच्छृङ्खलता आगच्छति । सर्वे स्वैराचरं कुर्वन्तः न कथमपि आत्मोन्नतिम् देशोन्नतिञ्च कर्तुम् समर्थाः । पारिवारिकी व्यवस्था नक्ष्यति । विद्यार्थिनः उद्धण्डाः भविष्यन्ति, वणिजः, अधिकं लाभमेष्यन्ति अतएवानुशासनम् देशस्य समाजस्य, मनुष्याणां छात्राणाञ्च कृते परमावश्यकमस्ति । अस्माकं व्यवहारेषु अपि अनुशासनम् दृश्यते । छात्राणाम् कृते विद्यालय एवानुशासनशिक्षा-केन्द्रमस्ति । अस्मिन्नेव काले छात्राणाम् मनःसु यः प्रभावः सम्पद्यते सः स्थायी भवति । बाल्ये अनुशासनहीनाः जनाः प्राप्ते वयसि अनुशासिता भविष्यन्तीति दुराशामात्रम् ।

अदिति सिंह

दशमी ब



देशभक्तिः

यस्मिन् देशे वयं जन्मधारणं कुर्मः स हि अस्माकं देशः जन्मभूमिः वा भवति । जननी इव जन्मभूमिः पूज्या आदरणीया च भवति । अस्याः यशः सर्वेषां देशवसिनां यशः भवति । अस्याः गौरवेण एव देशवसिनां गौरवम् भवति । ये जनाः स्वाभ्युदयार्थं देशस्याहितं कुर्वन्ति ते अधमाः सन्ति । देशभक्तिः सर्वासु भक्तिषु श्रेष्ठा कथ्यते । अनया एव देशस्य स्वतंत्रतायाः रक्षा भवति । अनया एव प्रेरिताः बहवः देशभक्ताः भगत सिंघः, चन्द्रशेखर आजाद प्रभृतयः आत्मोत्सर्गम् अकुर्वन् । झाँसीश्वरी लक्ष्मीबाई, राणाप्रताप मेवाड़केसरि, शिववीरः च प्रमुखाः देशभक्ताः अस्माकं देश जाता । देशभक्तिः व्यक्ति-समाज -देशकल्याणार्थं परमम् औषधिम अस्ति ।

भूमिका कुमार
नवमी ब

अन्धः किमपि न द्रष्टुम् शक्तः

पंगुः कवापि न चलितुम् शक्तः

मूकः किमपि न वक्तुम् शक्तः

बधिर श्रोतुम् भवत्यशक्तः

वृद्धः न भारं वोढुम् शक्तः

ईर्ष्युः कमपि न सोढुम् शक्तः

नैव धावितुम् स्थूलः शक्तः

लोभी शान्त्या स्वपितुमशक्तः ॥

भूमिका शर्मा

दशमी अ

अमृतम् संस्कृतम्

विश्वस्य उपलब्धासु भाषासु संस्कृतभाषा प्राचीनतमा भाषास्ति। भाषेयं अनेकाषां भाषाणां जननी मता। प्राचीनयोः ज्ञानविज्ञानयोः निधिः अस्यां सुरक्षितः। संस्कृतस्य महत्त्वविषये केनापि कथितम् भारतस्य प्रतिष्ठे द्वे संस्कृतं संस्कृतिस्तथा ।

इयं भाषा अतीव वैज्ञानिकी। केचन कथयन्ति यत् संस्कृतमेव सङ्गणकस्य कृते सर्वोत्तमा भाषा। अस्याः वाङ्मयं वेदैः, पुराणैः, नीतिशास्त्रैः चिकित्साशास्त्रादिभिश्च समृद्धमस्ति। कालिदासादीनां विश्वकवीनां काव्यसौन्दर्यम् अनुपमम्। कौटिल्यरचितम् अर्थशास्त्रं जगति प्रसिद्धमस्ति। गणितशास्त्रे शून्यस्य प्रतिपादनं सर्वप्रथमम् आर्यभट्टः अकरोत्। चिकित्साशास्त्रे चरकसुश्रुतयोः योगदानं विश्वप्रसिद्धम्। संस्कृते यानि अन्यानि शास्त्राणि विद्यन्ते तेषु वास्तुशास्त्रं, रसायनशास्त्रं, खगोलविज्ञानं, ज्योतिषशास्त्रं, विमानशास्त्रम् इत्यादीनि उल्लेखनीयानि।

संस्कृते विद्यमानाः सूक्तयः अभ्युदयाय प्रेरयन्ति, यथा सत्यमेव जयते, वसुधैव कुटुम्बकम्, विद्ययाऽमृतमश्नुते, योगः कर्मसु कौशलम् इत्यादयः। सर्वभूतेषु आत्मवत् व्यवहारं कर्तुं संस्कृतभाषा सम्यक् शिक्षयति।

केचन कथयन्ति यत् संस्कृतभाषायां केवलं धार्मिकं साहित्यम् वर्तते- एषा धारणा समीचीना नास्ति। संस्कृतग्रन्थेषु मानवजीवनाय विविधाः विषयाः समाविष्टाः सन्ति। महापुरुषाणांमतिः, उत्तमजनानां धृतिः सामान्यजनानां जीवनपद्धतिः च वर्णिताः सन्ति। अतः अस्माभिः संस्कृतम् अवश्यमेव पठनीयम्। तेन मनुष्यस्य समाजस्य च परिष्कारः भवेत्। उक्तञ्च-

अमृतं संस्कृतं मित्र !
सरसं सरलं वचः ।
भाषासु महनीयं यद्
ज्ञानविज्ञानपोषकम् ॥

नरेन्द्र सिंह
संस्कृत आचार्य

“उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्यवरान्निबोधत”

भारतवर्षे बहवः महापुरुषाः अभवन्, ये सम्पूर्णविश्वे भारतीयसंस्कृतेः सभ्यतायाश्च प्रसारम् अकुर्वन् । तेषु महापुरुषेषु स्वामी विवेकानन्दः अपि एकः आसीत् । स्वामीविवेकानन्दः बाल्यकालात् एव अतीव प्रतिभासम्पन्नः आसीत् । बाल्यकाले तस्य नाम नरेन्द्रनाथदत्तः आसीत् तस्य जन्म 12 जनवरी, 1863 तमे वर्षे बङ्गालप्रान्तस्य कोलकातानगरे अभवत् । तस्य पितुः नाम श्रीमान् विश्वनाथदत्तः आसीत् । सः न्यायालये अधिवक्ता आसीत् । विवेकानन्दस्य मातुः नाम भुवनेश्वरी देवी आसीत् । विवेकानन्दस्य गृहे सर्वविधा सम्पन्नता आसीत् । महोदयस्य अतीव धार्मिकी प्रवृत्तिः आसीत् । तस्य गुरुः रामकृष्णपरमहंसः तस्मै दीक्षाम् अयच्छत् । स्वामी विवेकानन्दः महान् संस्कृतानुरागी आसीत्, सः प्रतिदिनं संस्कृतस्य स्वाध्यायं करोति स्म । सः आङ्गलम् अपि सम्यक् अपठत्, परन्तु भारते आङ्गलानां शासनं दृष्ट्वा सः अतीव दुःखी अभवत् । 11 सितम्बर, 1893 तमे वर्षे स्वामी विवेकानन्दः अमेरिकादेशस्य शिकागोनगरे आयोजिते विश्वधर्मसम्मेलने भागग्रहणम् अकरोत् । तस्य भाषणे आत्मीयतां ज्ञात्वा तत्र स्थिताः सर्वे आनन्दम् अनुभवन् । महोदयः स्वभाषणे भारतीयसंस्कृतेः उदारतां वैज्ञानिकतां च प्राकटयत् । तस्य प्रवचनैः प्रभाविताः बहवः वैदेशिकाः तस्य शिष्याः अभवन् । तेषु भगिनी निवेदिता भारतम् आगत्य आजीवनं दीन-दुःखीनां सेवाम् अकरोत् । बालिकाशिक्षायाः प्रसारे अपि तस्याः महत्त्वपूर्ण योगदानम् आसीत् । 4 जुलाई, 1902 इति वर्षे अयं युगपुरुषः परमत्वे विलीनः अभवत् । अमृतेश सिंह दशमी ब



बुद्धिर्यस्य बलं तस्य

एकस्मिन् वने एकः सिंहः वसति स्म। सः प्रतिदिनं यथेच्छया वन्यपशून् मारयित्वा खादति स्म। मृत्योः भयात् वन्यजन्तवः भयाकुलाः आसन्। ते अचिन्तयन् अहो! दुर्भाग्यम्। अस्माकं रक्षकः एव अस्मान् भक्षयति। भयाकुलाः ते सर्वे अचिन्तयन् यत् एषः सिंहः प्रतिदिनं बहुपशुघातं करोति। यदि प्रतिदिनम् अस्मासु एकः पशुः स्वयमेव सिंहस्य कृते भोजनार्थं गमिष्यति तर्हि सः अन्यपशूनां वधं न करिष्यति। 'दुःखी-हृदयेन सर्वे जन्तवः एतम् उपायं स्वीकुर्वन्ति।



ततः ते सर्वे सिंहसमीपं गत्वा सर्वा वार्ताम् अकथयन्। सिंहः चिन्तयति एतत् तु उत्तमं कार्यम् अस्ति। भोजनार्थं कुत्रापि गमनस्य आवश्यकता न भविष्यति। सः प्रसन्नमनसा प्राह - यदि भवताम् एतद् अभिमतम् अस्ति तर्हि एवमेव भवतु। 'प्रतिदिनं नियमानुसारेण एकं पशुं खादित्वा सः सिंहः उदरपूर्तिं कुर्वन्नासीत्। क्रमानुसारेण यदा शशकस्य वारः आगतः तदा सः अचिन्तयत् - यदि मृत्युः निश्चिता अस्ति तर्हि सिंहानुनयेन किम्? अतः शनैः-शनैः गच्छामि। ततः सिंहोऽपि क्षुधापीडितः क्रोधस्वरेण उवाच - किमर्थं विलम्बेन आगतोऽसि? शशकः कथयति यत् हे मृगेन्द्र! अत्र मम दोषः नास्ति। मार्गे एकम् अन्यसिंहं पुनरागमनस्य वचनं उक्त्वा अत्रागतोऽस्मि। सिंहः क्रोधेन आहं शीघ्रं चलतु, अहम् अद्यैव तं दुष्टसिंहं मारयिष्यामि। शशकः तम् आदाय कूपं दर्शितवान् गतः (तत्रागत्य शशकः तस्मिन् कूपजले सिंहस्यैव प्रतिबिम्बं दर्शितवान्) कूपे स्वप्रतिबिम्बम् एव द्वितीयं सिंहं मत्वा सः अति-कुपितः अभवत्। सः उच्चैः ध्वनिना गर्जति। कूपात् अपि गर्जनस्य प्रतिध्वनिः आगच्छति। कुपितः सः पुनः सिंहगर्जनाम् अकरोत्। पुनः कूपात् तेनैव प्रकारेण प्रतिध्वनिः आगच्छति। ततः सः मूर्खः च सिंहः क्रुद्धः तं सिंहं मारयितुं कूपे अकूर्दत्। ततः पञ्चत्वं च गतः। अतः उच्यते- "बुद्धिर्यस्य बलं तस्य।"

अंशुमन वत्स

अष्टमी अ

सुभाषितानि

पृथिव्यां त्रीणि रत्नानि जलमन्नं सुभाषितम् ।

मूढैः पाषाणखण्डेषु रत्नसंज्ञा विधीयते ॥ 1 ॥

सत्येन धार्यते पृथ्वी सत्येन तपते रविः।

सत्येन वाति वायुश्च सर्वं सत्ये प्रतिष्ठितम् ॥ 2 ॥

दाने तपसि शौर्ये च विज्ञाने विनये नये ।

विस्मयो न हि कर्तव्यो बहुरत्ना वसुन्धरा ॥ 3 ॥



सद्भिरेव सहासीत सद्भिः कुर्वीत सङ्गतिम्।

सद्भिर्विवादं मैत्रीं च नासद्भिः किञ्चिदाचरेत् ॥ 4 ॥

धनधान्यप्रयोगेषु विद्यायाः संग्रहेषु च ।

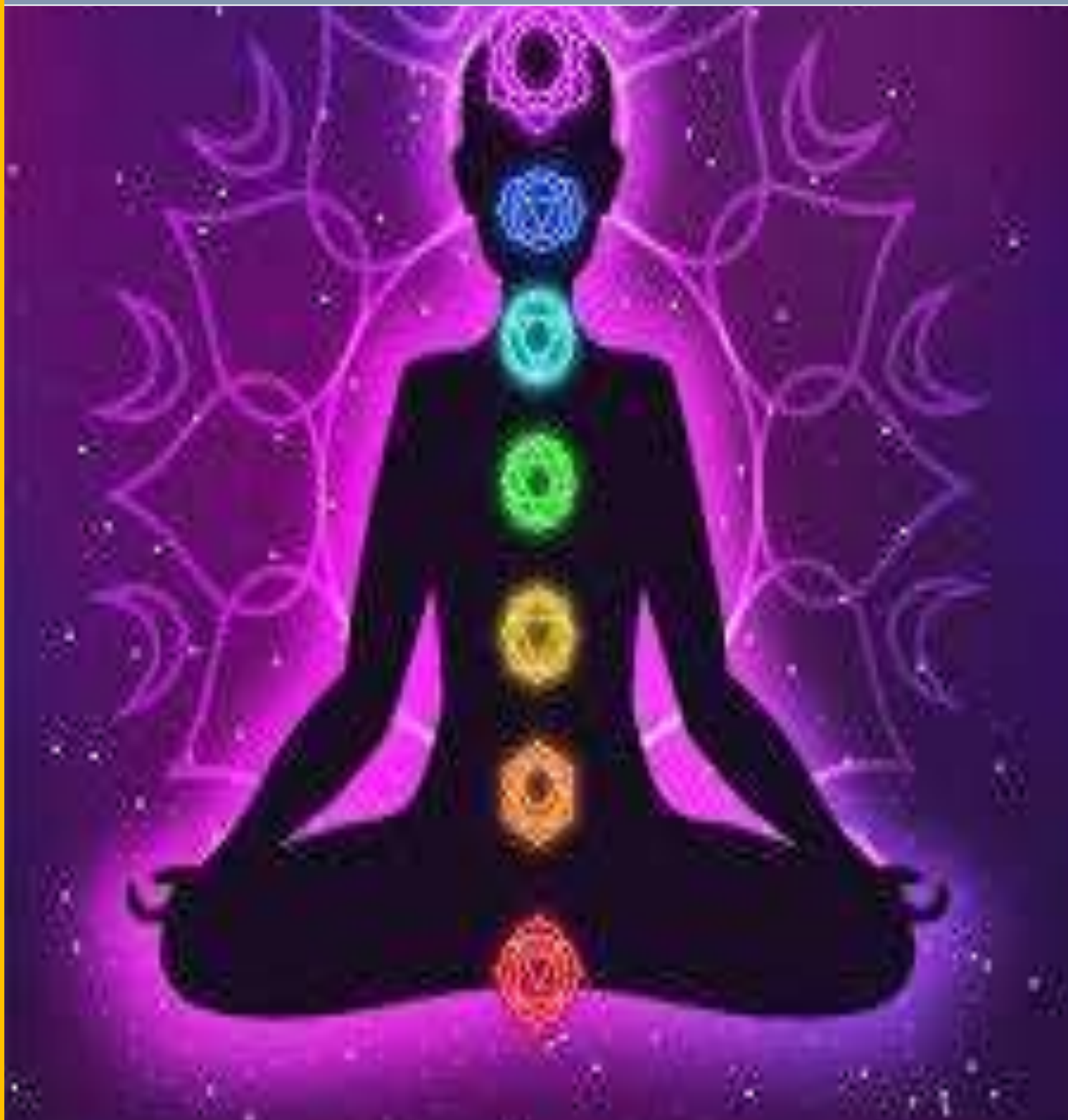
आहारे व्यवहारे च त्यक्तलज्जः सुखी भवेत् ॥ 5 ॥

क्षमावशीकृतिलोके क्षमया किं न साध्यते ।

शान्तिखड्गः करे यस्य किं करिष्यति दुर्जनः ॥ 6 ॥

आध्यात्मिक विकास

SPIRITUAL DEVELOPMENT



रामायण की कुछ झलकियाँ



हमारी परम्पराएँ, हमारे संस्कार



JULY
31

Raksha Bandhan

THE FESTIVAL OF RAKSHA BANDHAN IS NOT ONLY CELEBRATED THE LOVE AND DUTY BETWEEN BROTHERS AND SISTERS, BUT ALSO HAS A SOCIAL SIGNIFICANCE. IT UNDERLINES THE NATION THAT EVERYBODY SHOULD LIVE IN HARMONY AND HENCE SPEAKS ABOUT THE RICH CULTURE AND TRADITION OF INDIA THAT MAKES OUR COUNTRY EXTRAORDINARY. KLK CELEBRATED RAKSHA BANDHAN IN THE PRESENCE OF OUR HONOURABLE PRINCIPAL SIR SHRI **RAJ KUMAR SHARMA** , RESPECTED PRESIDENT SMT. SARLA SINGH , FORMER MANAGER SHRI GOPAL AGARWAL AND SHRI RAJEEV AGARWAL. WE TIED RAKHI TO THE NATIONAL FLAG AND THE PLANTS WHICH SIGNIFIES THE RESPONSIBILITIES TOWARDS OUR NATION AND NATURE.



For more info:

<https://www.facebook.com/100010959661428/videos/1190124868029491/>

AUGUST
06

RAM MANDIR

Congratulations! on the ceremony of the first step towards building great Ram temple. This historic day has been followed by the 134-year long wait. We celebrated by lighting diyas.



[https://www.facebook.com/
photo?
fbid=1194847957557182&set=p
cb.1194848074223837](https://www.facebook.com/photo?fbid=1194847957557182&set=pcb.1194848074223837)

AUGUST
10

Krishna Janmashtami

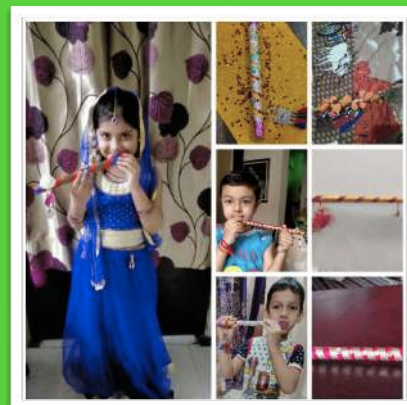
हरे कृष्ण हरे कृष्ण

कृष्ण कृष्ण हरे हरे

हरे राम हरे राम

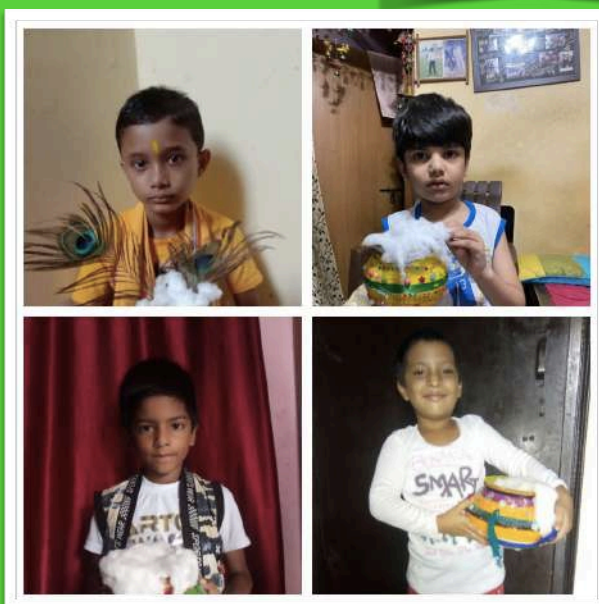
राम राम हरे हरे॥

To spread the joy and blessings of Lord Shree Krishna , we celebrated Digitally Krishna Janmashtami today. May lord Krishna bless you all with values and show you the right path on this auspicious occasion of Janmashtami!



For more info:

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=1198015077240470&id=100010959661428



AUGUST
22

GANESH CHATURTHI

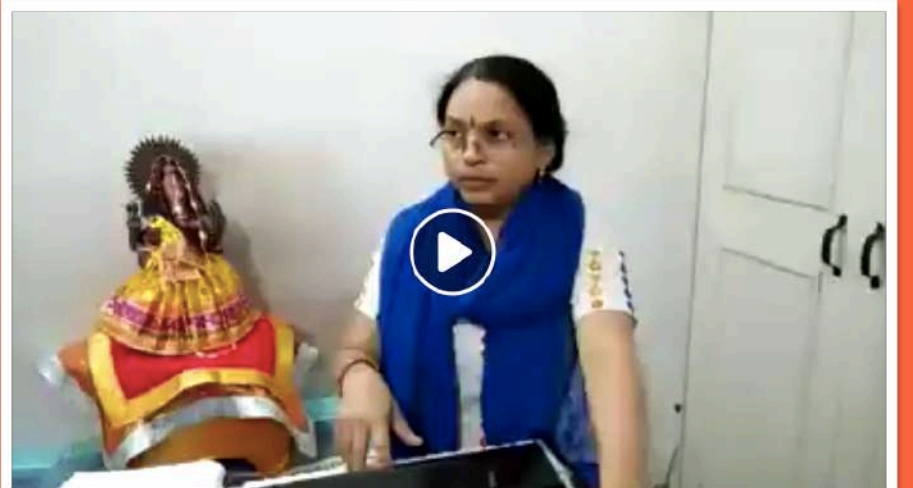
गजाननं भूतगणाधिसेवितं
कपित्थजम्बूफलचारुभक्षणम्
।
उमासुतं शोकविनाशकारकम्
नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ॥

On this occasion of Ganesh Chaturthi, we wish Lord Ganpati visits your home with bags full of happiness, prosperity, and peace.



<https://www.facebook.com/100010959661428/videos/pcb.1208315239543787/1208314692877175/>

<https://www.facebook.com/100010959661428/videos/pcb.1208315239543787/1208313729543938/>



AUGUST

26

RADHA ASHTAMI

