अरुणिमा

स्मारिका 2024-25

भातखण्डे ललितकला शिक्षा समिति द्वारा संचालित

गुरुकुल महिला महाविद्यालय

कालीबाड़ी रोड, रायपुर (छ.ग.) फोन : 0771-4053443

Email: info@gurukulraipur.com

Website : www.gmm.ac.in

स्व. डॉ. अरूण कुमार सेन

संस्थापक अध्यक्ष

बहुआयामी व्यक्तित्व के धनी, भारतीय संगीत के प्रति पूर्ण समर्पित, तपस्वी साधक एवं अंचल के उज्जवल नक्षत्र स्व. डॉ. अरूण कुमार सेन अपनी अद्‌भुत बुद्धिमता, अथक परिश्रम, अविचल कर्तव्यनिष्ठा एवं स्वभावगत मधुरता के लिए एक अनुकरणीय आदर्श थे। उनके कृतित्व की स्मृति अद्यपर्यन्त चिरस्थायी है। वे एक महान संगीतज्ञ, ख्यातिलब्ध शिक्षाविद्, समाजसेवी, नारी शिक्षा के प्रति सैदव समर्पित तथा नाट्य, नृत्य एवं अन्य ललितकलाओं के विकास के लिए सदैव तत्पर रहे। ''कर्म ही पूजा है'' सह सूक्ति आजीवन उनकी युक्ति बनी रही।

प्रतिकूल परिस्थितियों में भी मानसिक संतुलन न खोना, व्यवहार में सामान्यता बनाये रखना उनकी चारित्रिक विशेषता रही। भारतीय संस्कृति, साहित्य, कला को समृद्ध करने तथा सत्यम् शिवम सुन्दरम् के उदात्त भावों का विन्यास करने में छत्तीसगढ़ का अवदान ऐतिहासिक और विशिष्ट ही नहीं वरन उनके लिए मूल्यवान रहा। संगीत और साहित्य में प्रतिभा संपन्न होने के साथ ही, विभिन्न लोकविधाओं में आपकी प्रतिभा मुखर हुई हैं। यही सृजन आपकी अप्रतिम विद्वता चिंतनशीलता और सौन्दर्यवेदित्व की सशक्त अभिव्यंजना बनी। सुगंध, चंदन का स्वाभाविक गुण है। यत्र-तत्र रखने पर भी वह न केवल स्वयं महकता है, वरन् संपूर्ण वातावरण में भी अपनी सुगंध बिखेर देता है। चंदन सा महकता व्यक्तित्व पाया था, डॉ. अरूण कुमार सेन ने आज भी आपके व्यक्तित्व की खूशबू अपने यशस्वी भाव से आपके होने का निरंतर एहसास करा रहा है।

स्व. श्रीमती डॉ.अनीता सेन

पूर्व अध्यक्ष

देश के सुविख्यात ठुमरी गायिका शिक्षाविद्, साहित्य की पोषक स्व. डॉ. श्रीमती अनीता सेन में बाल्यावस्था से ही संगीत के प्रति समर्पित भावना दिग्दर्शित होने लगी थी। श्रीमती सेन में अनेक ऐसे गुण विद्यमान थे जिनके कारण वे अत्यंत लोकप्रिय रही है।

सत्यम् शिवम्-सुन्दरम् के अतिरिक्त संगीत साधना एवं पति आराधना की प्रवृत्ति से ही सुर लय ताल का एक ऐसा संगम निर्मित हुआ जहाँ संगीत की स्वर लहरियाँ उनके जीवन में प्रगति और सफलता की अनूठी मिसाल बन गई।

एक पात्र के रुप में पुनीता, विदुषी और विभिन्न उत्कृष्ट उपमाओं से अलंकृत स्व. डॉ. श्रीमती अनीता सेन भले ही सशरीर हमारे साथ नही हैं, किन्तु आजीवन उसकी स्मृति हमारे मानस पटल पर अमिट रहेगी।

भातखण्डे ललितकला शिक्षा समिति द्वारा संचालित

गुरुकुल महिला महाविद्यालय

कालीबाड़ी रोड, रायपुर (छ.ग.) फोन : 0771-4053443

Email: info@gurukulraipur.com

Website : www.gmm.ac.in

संपादक की कलम से...

भारतीय संस्कृति विविधता, विशेषता और सजीवता से भरी है, इसमें ज्ञान, विनम्रता और आदर्शों का विशेष ध्यान दिया गया है। प्राचीन काल से ही सैद्धांतिक शिक्षा के साथ नैतिक मूल्य एवं चरित्र निर्माण पर विशेष ध्यान दिया जाता है। पिछले कुछ समय से पश्चिमी सभ्यता से प्रभावित जीवन शैली, तकनीकी के दायरे में सिमटती हुई दुनिया, वास्तविक जीवन के स्थान पर काल्पनिक जीवन, इंटरनेट मीडिया का बढ़ता वर्चस्व, सामाजिक दायरे, शारीरिक खेलकूद की जगह गैजेट गेम्स में उलझते जीवन, बढ़ते एकाकीपन ने देश के युवाओं को दिशाहीन कर दिया है। इसका दुष्परिणाम ऐसे संतुलित व्यक्तित्व का निर्माण, जो स्वयं ही नहीं अपितु परिवार और देश की प्रगति में भी बाधक साबित होगा।

शिक्षा का मुख्य उद्देश्य इन्हीं समस्याओं को दूर करना एवं सर्वांगीण व्यक्तित्व निर्माण करना है। शिक्षा किसी भी समाज और राष्ट्र की रीढ़ होती है, जिसके आधार पर उस राष्ट्र का चहुमुखी विकास आकार पाता है। शिक्षा के माध्यम से मनुष्य की आंतरिक शक्तियों का विकास तथा व्यवहार को परिष्कृत किया जाता है। शिक्षा उस वृक्ष की भांति है, जो अपने जीवन की लय के साथ ताल मिलाकर उसके अनुरूप विकसित होता है। जिस वृक्ष का बाल्यावस्था में सम्यक सिंचन होता है, वह भविष्य में पल्लवित और पुष्पित होता हुआ एक न एक दिन संसार को गौरवमय अवश्य बना देता है। पत्रिका का मुख्य उद्देश्य छात्राओं के लेखन कौशल को एक मंच प्रदान करना है। यह विद्यार्थियों को अपनी रचनात्मकता और आलोचनात्मक सोच को बाहर लाने का अवसर प्रदान करता है। युवावस्था में मन चंचल होता है और उसमें अनेक तरह के विचार उमड़ते हैं, इन विचारों को सहेजने, एक सार्थक दिशा प्रदान करने के लिए प्रत्येक वर्ष पत्रिका का प्रकाशन किया जाता है। हमारा उद्देश्य छात्राओं को उचित मार्गदर्शन देकर उनके भविष्य को उज्जवल एवं उन्नत बनाना है। किसी भी कार्य का सफल संचालन अकेले संभव नहीं होता, इस पत्रिका के सफल प्रकाशन हेतु मैं आभारी हूँ महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. संध्या गुप्ता जी की जिनके मार्गदर्शन से यह कार्य संपन्न हो सका। पत्रिका समिति के सदस्य डॉ. सिमरन वर्मा, डॉ. मेघा अग्रवाल एवं सभी प्राध्यापकों को धन्यवाद करती हूँ जिनके सहयोग के बिना यह कार्य कठिन था। महाविद्यालय कार्यालय स्टॉफ मनोज साहू, रेणू गिडियन एवं अंकित प्रकाशन से रूखमणी देवांगन के प्रति आभार व्यक्त करती हूँ जिनके परिश्रम से हम अरूणिता आपके सम्मुख प्रस्तुत कर सके। प्रतीक्षा रहेगी आपके सुझावों की, जिससे हम अपनी पत्रिका को उत्कृष्ट बनाने में सफल हो सके।

डॉ. सीमा चन्द्राकर
सहायक प्राध्यापक (हिन्दी)
गुरूकुल महिला महाविद्यालय रायपुर (छ.ग.)

Empowering Girls: Beyond Academics

Empowering Girls: Beyond Academics

“Each time a woman stands up for herself, without knowing it possibly, without claiming it, she stands up for all women.” **— Maya Angelou**

In today's modern, progressive times, girls are on the path of redefining success. From science and technology to sports and arts, girls are excelling in every field. They're confident, fearless, and vocal, unafraid to express their opinions and challenge societal norms. The focus has shifted from mere academic achievement to holistic development. Girls are now encouraged to explore their passions, develop skills, and build character. Initiatives like Beti Bachao Beti Padhao, Sukanya Samriddhi Yojana, and women's empowerment programs have contributed significantly to this progress. Digital platforms and social media have enhanced their voices, providing a space for self-expression and networking. Thus, helping them to connect with global opportunities and promote gender equality.

As we celebrate this progress, we must acknowledge the challenges that still persist. However, with collective efforts, these obstacles can be overcome by encouraging extracurricular activities, by promoting entrepreneurship and skill development and ultimately unlock their true potential. Let us continue to nurture and empower girls to become change-makers, thought leaders, and trailblazers. By doing so, we'll create a more inclusive, equitable, and vibrant world.

The Future is Female, and it's Bright!

“Do your best to achieve the goal. Do what makes you distinct than others. Snatch your rights by excelling in your pursuits. Do maximum for distinction in your field.” - Saina Nehwal.

Dr. Simrann R Vermaa
Assistant Professor
English

विष्णु देव साय
मुख्यमंत्री

Vishnu Deo Sai
Chief Minister

मंत्रालय, महानदी भवन, नवा रायपुर
अटल नगर, रायपुर, 492002, छत्तीसगढ़
फोनः +91 (771) 2221000, 2221001

Mantralaya, Mahanadi Bhawan,
Nava Raipur Atal Nagar, Raipur
492002, Chhattisgarh
Ph. : +91 (771) 2221000, 2221001

Do. No. 1590 Date 19-12-2024

संदेश

मुझे यह जानकर प्रसन्नता हुई कि भातखण्डे ललित कला शिक्षा समिति द्वारा संचालित गुरूकुल महिला महाविद्यालय की सत्र 2024–25 की वार्षिक पत्रिका "अरूणिता" का प्रकाशन किया जा रहा है।

महाविद्यालय की वार्षिक पत्रिका अपने संस्थान की शैक्षणिक, सांस्कृतिक तथा रचनात्मक गतिविधियों का दर्पण होती हैं। साथ ही महाविद्यालय की उपलब्धियों और भावी योजनाओं को जानने का अच्छा माध्यम भी होती हैं। मुझे आशा है कि यह पत्रिका महाविद्यालय की छात्राओं के लिए विचारों की अभिव्यक्ति और ज्ञान कौशल को प्रदर्शित करने का जरिया बनेगी और सर्व–संबंधितों के लिए ज्ञानवर्धक और उपयोगी साबित होगी।

वार्षिक पत्रिका के प्रकाशन और महाविद्यालय की निरंतर प्रगति के लिए मेरी हार्दिक शुभकामनाएं।

(विष्णु देव साय)

पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय,
रायपुर (छत्तीसगढ़) – 492010 भारत

Pt. Ravishankar Shukla University
Raipur (Chhattisgarh) – 492010 – INDIA
Office : +91 771-2262857, +91 771-2263439
E-mail : vc_raipur@prsu.ac.in
Website : www.prsu.ac.in

रायपुर, दिनांक 28 अक्टूबर, 2024

शुभकामना

हार्दिक प्रसन्नता का विषय है कि गुरूकुल महिला महाविद्यालय, रायपुर द्वारा महाविद्यालयीन वार्षिक पत्रिका **'अरूणिता'** सत्र 2024–25 का प्रकाशन किया जा रहा है।

उच्च–शिक्षण संस्थान छात्र–छात्राओं को उत्कृष्ट एवं गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने के साथ–साथ बौद्धिक एवं व्यक्तित्व विकास के सक्षम केन्द्र होते हैं। तकनीकी प्रयोग के साथ युवाओं की रचनात्मक ऊर्जा के विकास, सृजन–क्षमता के प्रदर्शन एवं उनकी अभिरुचि की अभिव्यक्ति के लिए महाविद्यालय सतत् क्रियाशील रहे और उत्कृष्ट मानव संसाधन के विकास में अपनी भूमिका में महाविद्यालयीन पत्रिका अपनी सार्थकता को सिद्ध कर सके, ऐसी मेरी कामना है।

महाविद्यालयीन पत्रिका **'अरूणिता'** महाविद्यालय के शैक्षिक, साहित्यिक, सांस्कृतिक गतिविधियों के दर्पण के रूप में शिक्षकों एवं छात्रों को प्रेरित करने के अपने उद्देश्य में सफल सिद्ध होगी।

शुभकामनाओं सहित।

28/10/2024

(प्रो.सच्चिदानन्द शुक्ल)
कुलपति
पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय
रायपुर

पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय
रायपुर (छ.ग.) भारत
फोन : +91-771-2262540
ई-मेल : registrarprsu@gmail.com
वेब : www.prsu.ac.in

Pt. Ravishankar Shukla University
Raipur (C.G.), India
Off. : +91-771-2262540
E mail : registrarprsu@gmail.com
Web : www.prsu.ac.in

क्रमांक/2167/कु.स./2024

रायपुर, दिनाँक 25/10/2024

//शुभकामना संदेश//

अत्यंत हर्ष का विषय है कि भातखण्डे ललित कला शिक्षा समिति द्वारा संचालित गुरूकुल महिला महाविद्यालय की वार्षिक पत्रिका ''अरूणिता'' का प्रकाशन सत्र 2024–25 के लिये किया जा रहा है।

भातखण्डे ललित कला शिक्षा समिति का न केवल प्रदेश में वरन् पूरे भारतवर्ष में देश एवं राज्य की कला, संस्कृति, संगीत विधाओं को बनाये रखने में महत्वपूर्ण योगदान है।

यही कारण है कि सम्पूर्ण विश्व में आज भी भारतीय कला, संस्कृति, संगीत विधाओं को सम्मान प्राप्त है।

आशा है कि महाविद्यालय की वार्षिक पत्रिका ''अरूणिता'' के माध्यम से महाविद्यालय में अध्ययनरत् छात्रों को अपनी मौलिक रचनाओं के प्रस्तुतीकरण का एक उचित अवसर प्राप्त होगा।

''शुभकामनाओं सहित''

25/10/24

कुलसचिव

भातखण्डे ललितकला शिक्षा समिति

(पंजीयन क्रमांक 16/1951-52) (e~mail: - blssr1950@gmail.com)
गाँधी चौक, रायपुर (छ.ग.) भारत
गुरुकुल परिसर, कालीबाड़ी रोड़, रायपुर (छ.ग.) भारत

तरल मोदी	अजय तिवारी	श्रीमती शोभा खण्डेलवाल
अध्यक्ष	उपाध्यक्ष	सचिव
09425206801	08770983152	09827406385

क्रमांक : **BLSSR/495/2024** दिनांक : **11/11/2024**

अध्यक्ष की कलम से

मानव जीवन को विकसित करने के लिए शिक्षा एक ऐसा माध्यम है जिसके द्वारा भारत अपने हजारो साल की संस्कृति को संजोकर भविष्य में विकसित देशो के साथ कदम मिलाकर चल सकेगा। गुरुकुल महिला महाविद्यालय का उद्देश्य अध्ययनरत छात्राओं को उत्कृष्ट शिक्षा देना एवं अनुशासित चरित्र निर्माण है, जिससे भविष्य में छात्रायें समाज निर्माण में योगदान दे सकें। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए महाविद्यालय शैक्षणिक तथा सहशैक्षणिक गतिविधियों द्वारा सतत प्रयासरत है।

पूरे महाविद्यालय परिवार को पत्रिका प्रकाशन हेतु शुभकामनाओं सहित!

तरल मोदी
अध्यक्ष
भातखण्डे ललितकला शिक्षा समिति
रायपुर (छ.ग.)

गुरुकुल महिला महाविद्यालय

छत्तीसगढ़ शासन तथा पंडित रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय, रायपुर (छ.ग.) से संबंध

गुरुकुल परिसर, कालीबाड़ी रोड़, रायपुर (छ.ग.)

फोन 0771 - 4053443, ईमेल info@gurukulraipur.com वेबसाईट www.gmm.ac.in

संचालित भातखण्डे ललितकला शिक्षा समिति, गांधी चौक, रायपुर (छ.ग.) पंजीयन क्र. 16/51-52

क्रमांक : 4097/24 दिनांक : 11.11.2024

शुभकामना संदेश

अत्यंत प्रसन्नता का विषय है कि गुरूकुल महिला महाविद्यालय की वार्षिक पत्रिका ''अरूणिता'' प्रकाशित होने जा रही है। नाम के अनुरूप पत्रिका के माध्यम से छात्राओं के रचनात्मक अभिरूचियों को प्रकाश में लाने के साथ महाविद्यालयीन शैक्षणिक तथा सहशैक्षणिक गतिविधियों को विस्तारित करने के उद्देश्य से पत्रिका प्रकाशन हेतु संपादक मण्डल, प्राचार्य, प्राध्यापक, छात्रायें एवं कर्मचारी बधाई के पात्र है।

इस पत्रिका में छात्राओं एवं जनहित हेतु उत्कृष्ट पठनीय ज्ञानवर्धक एवं प्रेरक सामग्री का समावेश किया जायेगा जिससे छात्र एवं समाज के अन्य वर्ग लाभान्वित होंगे।

''शुभकामनाओं सहित''

अजय तिवारी
अध्यक्ष, शासी निकाय

गुरुकुल महिला महाविद्यालय

छत्तीसगढ़ शासन तथा पंडित रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय, रायपुर (छ.ग.) से संबंध

गुरुकुल परिसर, कालीबाड़ी रोड़, रायपुर (छ.ग.)

फोन 0771 - 4053443, ईमेल info@gurukulraipur.com वेबसाईट www.gmm.ac.in

संचालित भातखण्डे ललितकला शिक्षा समिति, गांधी चौक, रायपुर (छ.ग.) पंजीयन क्र. 16/51-52

क्रमांक : 4098/24 दिनांक : 11/11/2024

शुभकामना संदेश

अत्यंत हर्ष का विषय है कि महाविद्यालयीन वार्षिक पत्रिका ''अरूणिता'' का प्रकाशन होने जा रहा है। अपने नाम की सार्थकता को सिद्ध करते हुए पत्रिका में ज्ञानवर्धक एवं सारगर्भित रचनाओं का समावेश होगा। छात्राओं की रचनात्मक अभिव्यक्ति को प्रतिबिंबिंत करता यह पत्रिका जनमानस के लिए मार्गदर्शक होगा तथा इसके माध्यम से महाविद्यालय की सीमा के विस्तार में भी सहयोग होगा।

पत्रिका प्रकाशन के लिए आशीष एवं शुभकामनाओं सहित!

नरेश गुप्ता
प्रबंधन समिति प्रतिनिधि
शासी निकाय

गुरुकुल महिला महाविद्यालय

छत्तीसगढ़ शासन तथा पंडित रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय, रायपुर (छ.ग.) से संबंध

गुरुकुल परिसर, कालीबाड़ी रोड़, रायपुर (छ.ग.)

फोन 0771 - 4053443, ईमेल info@gurukulraipur.com वेबसाईट www.gmm.ac.in

संचालित भातखण्डे ललितकला शिक्षा समिति, गांधी चौक, रायपुर (छ.ग.) पंजीयन क्र. 16/51-52

क्रमांक 4099/24 दिनांक 11.11.2024

शुभकामना संदेश

महाविद्यालयीन गतिविधियों को साझा करने एवं छात्राओं की साहित्यिक प्रतिभा को उजागर करने हेतु ''अरूणिता'' का प्रकाशन किया जा रहा है। शैक्षणिक सत्र 2024-25 से लागू राष्ट्रीय शिक्षा नीति छात्राओं के सर्वांगीण विकास हेतु प्रतिबद्ध है और इस नीति के अंतर्गत विषय का सैद्धांतिक एवं व्यवहारिक ज्ञान से आवश्यक है। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए महाविद्यालय सतत् प्रयासशील रहा है, और इसे दिशा देने हेतु लगातार शैक्षणिक तथा सहशैक्षणिक गतिविधियों का आयोजन महाविद्यालय करता है। ''अरूणिता'' का प्रकाशन इस प्रयास का एक सोपान है।

इसके प्रकाशन के लिए संपादक मण्डल, अधिकारी, कर्मचारी एवं छात्राओं को असीम शुभकामनाओं सहित।

Shobha Khandelwal

श्रीमती शोभा खण्डेलवाल
सचिव, संचालिका समिति

गुरुकुल महिला महाविद्यालय

छत्तीसगढ़ शासन तथा पंडित रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय, रायपुर (छ.ग.) से संबंध

गुरुकुल परिसर, कालीबाड़ी रोड़, रायपुर (छ.ग.)

फोन 0771 - 4053443, ईमेल info@gurukulraipur.com वेबसाईट www.gmm.ac.in

संचालित भातखण्डे ललितकला शिक्षा समिति, गांधी चौक, रायपुर (छ.ग.) पंजीयन क्र. 16/51-52

क्रमांक : 4096/24 दिनांक : 11.11.2024

शुभकामना संदेश

''बच्चों को सिखाया जाना चाहिए कि कैसे सोचना है, ना कि क्या सोचना है।''

- मार्गरिट मीड

महाविद्यालयीन वार्षिक पत्रिका ''अरूणिता'' एक बहुभाषीय पत्रिका है। इसमें हिन्दी, अंग्रेजी एवं संस्कृत भाषाओं की विभिन्न साहित्यिक विधायें जैसे कविता, कहानी, निबंध, समीक्षा, साक्षात्कार आदि का प्रकाशन किया जाता है। महाविद्यालयीन परिवार के सभी सदस्यों की रचनात्मक एवं साहित्यिक प्रतिभा को सामने लाने की दृष्टि से यह मंच बहुत महत्वपूर्ण है।

विद्यार्थी जीवन में महाविद्यालयीन पत्रिका में अपनी रचनाओं के प्रकाशन से जो विशेष आनंद प्राप्त होता है, उसकी अनुभूति प्रायः हम सबको है। महाविद्यालयीन गतिविधियों की झकलियाँ भी इस पत्रिका में समाहित है जो उत्साहवर्धन करता है। कक्षाओं की औपचारिक शिक्षा प्रणाली और नियमित पाठ्यक्रम के मध्य इस प्रकार की रचनात्मक गतिविधियाँ विद्यार्थी के समग्र विकास की दृष्टि से बेहद महत्वपूर्ण सिद्ध होते है पत्रिका का प्रकाशन संपादक मण्डल एवं समस्त प्राध्यापकों, कर्मचारियों एवं छात्राओं के सहयोग के बिना संभव नही था। इन सभी का हृदय की गहराईयों से आभार ।

प्रबंधन समिति के समुचित मार्गदर्शन और प्रोत्साहन के लिए विशेष रूप से धन्यवाद !

मुझे पूर्ण विश्वास है कि गुरूकुल की छात्रायें आगे चलकर एक प्रबुद्ध देशभक्त और विविध कौशलों से परिपूर्ण सभ्य नागरिक बनकर परिवार, समाज और देश के विकास में सक्रिय योगदान देकर अपने जीवन को सफल बनायेंगे।

असीम शुभकामनाओं सहित !

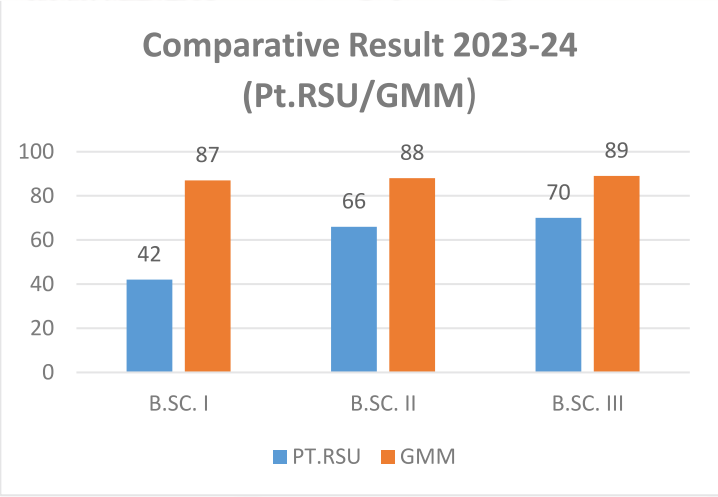
डॉ. संध्या गुप्ता
प्राचार्य

विज्ञान विभाग

गुरुकुल महिला महाविद्यालय में विज्ञान विभाग का आरंभ महाविद्यालय की स्थापना के साथ ही सन 2001 से हुआ। विज्ञान समूह के अंतर्गत स्नातक स्तर पर बी.एस.सी. (गणित, कम्प्युटर विज्ञान एवं जीव विज्ञान समूह) संचालित है जिसमें प्रत्येक समूह 50–50 सीटें आबंटित है। वर्तमान में विज्ञान विभाग में 13 प्राध्यापक विभिन्न विषयों में कार्यरत है। प्रायोगिक पाठ्यक्रम को ध्यान में रखते हुए सर्वसुविधायुक्त, सुसज्जित विषयवार प्रयोगशाला महाविद्यालय में उपलब्ध है। उच्च शिक्षा की गुणवत्ता को बनाये रखने के लिए महाविद्यालय में विज्ञान परिषद का गठन विज्ञान विभाग द्वारा किया जाता है जिसके अंतर्गत छात्राओं के सर्वांगींण विकास हेतु प्रतिवर्ष संगोष्ठी, व्यक्तित्व विकास संबंधी कार्यक्रम, क्विज, भाषण आदि प्रतियोगितायें तथा आंतरिक मूल्यांकन परीक्षा आयोजित की जाती है। छात्राओं के प्रायोगिक ज्ञान के लिए समय–समय पर बायोलॉजिकल संस्थान व इंडस्ट्रीयल विजिट कराया जाता है।

वर्ष 2023–24 का परीक्षाफल निम्नानुसार हैः –

कक्षा	परीक्षाफल
बी.एस.सी. प्रथम	87%
बी.एस.सी. द्वितीय	88%
बी.एस.सी. तृतीय	89%



विज्ञान विभाग में कार्यरत विभागवार प्राध्यापक निम्न हैः–

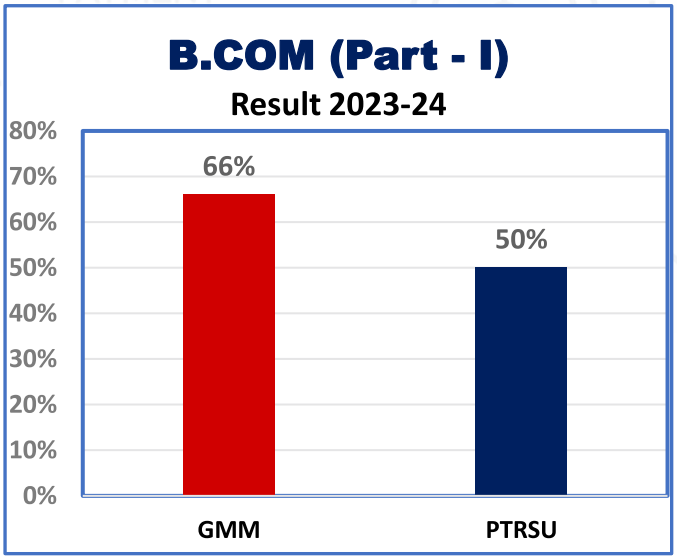
1. डॉ. वंदना अग्रवाल (विभागाध्यक्ष, विज्ञान विभाग)
2. डॉ. आराधना सिंह (रसायन विभाग)
3. डॉ. मेघा अग्रवाल (वनस्पति विभाग)
4. अंकिता सिंग (वनस्पति विभाग)
5. डॉ. देवश्री वर्मा (जंतु विभाग)
6. सुश्री प्रीति साहू (जंतु विभाग)
7. डॉ. टीनू दुबे (गणित विभाग)
8. श्रीमती अवंतिका सोनी (गणित विभाग)
9. डॉ. अनुराधा गुप्ता (भौतिक विभाग)
10. सुश्री प्रिया दुबे (भौतिक विभाग)
11. डॉ. सीमा चंद्राकर (हिन्दी विभाग)
12. डॉ. सिमरन वर्मा (अंग्रेजी विभाग)

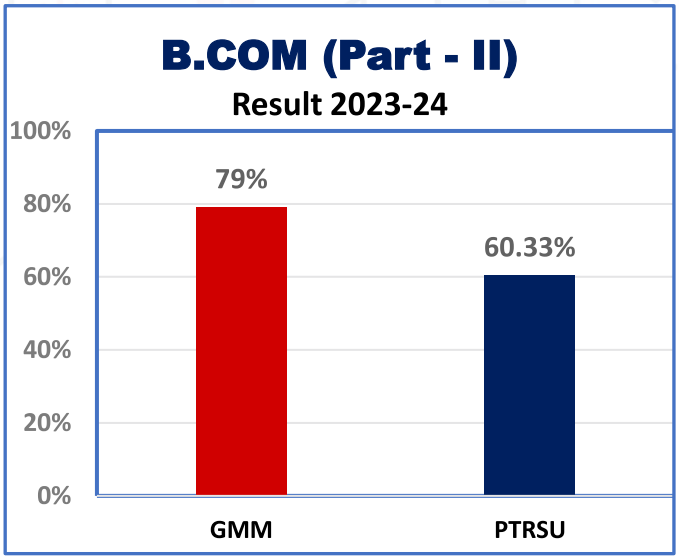
वाणिज्य विभाग

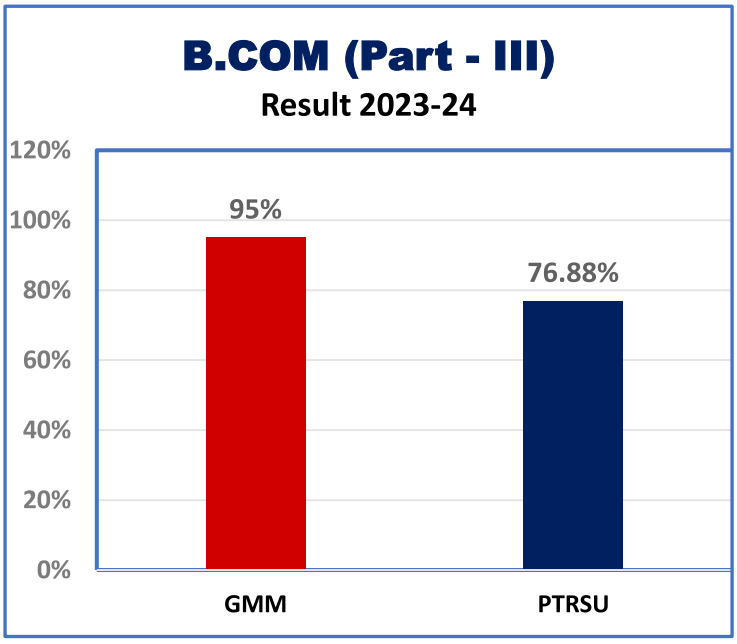
भातखण्डे ललित कला शिक्षा समिति द्वारा संचालित गुरुकुल महिला महाविद्यालय की स्थापना वर्ष 2001 में वाणिज्य संकाय के अन्तर्गत बी.काम. की 60 सीट के साथ प्रारंभ हुई तथा वर्ष 2005 में एम.काम. की कक्षायें 30 सीट के साथ प्रारंभ की गई।

वर्तमान में बी.काम.– 200 सीट (प्रत्येक सेमेस्टर) एवं एम.काम. – 30 सीट (प्रत्येक सेमेस्टर) आबंटित है। वाणिज्य संकाय के अन्तर्गत 06 सहायक प्राध्यापक कार्यरत है। प्रत्येक वर्ष विभाग द्वारा छात्राओं के सर्वांगीण विकास हेतु संगोष्ठी, व्यक्तित्व विकास संबंधी कार्यक्रम, रिमिडियल कक्षायें, कार्यशाला, सतत मूल्यांकन परीक्षा, आंतरिक मूल्यांकन परीक्षा, खेल संबंधी गतिविधियॉ तथा विभिन्न प्रतियोगितायें जैसे – वाद–विवाद, रंगोली, मेंहन्दी का आयोजन समय–समय पर किया जाता है। तथा एम.काम. की छात्राओं को शोध कार्य हेतु मार्गदर्शन दिया जाता है।

वर्ष 2023–24 में वार्षिक परीक्षा परिणाम बी.काम. प्रथम वर्ष, बी.काम. द्वितीय वर्ष, बी.काम. अंतिम वर्ष तथा एम.कॉम. में शत्–प्रतिशत् परिणाम रहा।







वाणिज्य विभाग के सहायक प्राध्यापक

1. डॉ. राजेश अग्रवाल (विभागाध्यक्ष)
2. डॉ कविता सिलवाल
3. डॉ रात्रि लहरी
4. डॉ. ज्योति अग्रवाल
5. सुश्री मान्या शर्मा
6. श्रीमती तृप्ति त्रिपाठी

DEPARTMENT OF COMPUTER SCIENCE

The Department of Computer Science was established in the year 2001 with the objective of imparting quality education in the field of Computer Science and strives to shape out standing computer professionals. The Department has modern facilities for teaching and learning.

The Department offers programs of study at undergraduate level BCA, B.COM. (Computer Application), B.Sc. (Computer Science). The Department conducted Diploma Courses PGDCA and DCA to impart basic Computer Education to Graduate Students.

One of the hallmark reforms on curriculum is NEP 2020 that promotes multidis-ciplinary approach to education. Computer science, under this new system, is no longer seen as a stand-alone subject but is interwoven with other disciplines like commerce, mathematics, physics, biology, and even the humanities . Non-computer science students can carve their career with the knowledge of computer science along with their core papers.

To empower the knowledge of Computer Science Students, we organize Trainings, Seminars, Work shops, Expert Lectures in recent technologies like artificial intelligence (AI), machine learning (ML), blockchain, cloud computing, and the Internet of Things (IoT) which are the future drivers of the economy.

The Training Imparted aims to prepare young minds for the challenging opportunities in the IT industry with a global awareness supported by experts in the field of Computer Science.

Department of Computer Science Faculties:

1. Dr. Amita Telang
2. Miss Anshika Dubey
3. Mrs. Priyanka Tiwari
4. Miss Sneha Thakur
5. Mr. Vaibhav Singh Thakur (Lab Technician)
6. Mr. Manoj Sahu (Lab Technician)

पुस्तकालय विज्ञान के पांच सूत्रों के साथ डॉ. अरुण कुमार सेन स्मृति ग्रंथागार

पुस्तकालय मानव की चेतना स्थल में उभरे विचारों और ज्ञान संबंधी विषम प्रसंगों की सूक्ष्म व्याख्या कर उन्हें ज्ञानार्जन करने की दिशा निर्देश देते है। साथ ही मनुष्य की कौतुहलता को एकीकृत कर सूचना देकर उपयोगकर्ताओं को आश्वस्त करते है। एक उत्तम पुस्तकालय की मजबुत फर्श पूर्ण प्रकाश का आवागमन समुचित रूप से शांत वातावरण ही छात्रों को पुस्तकालयों की तरफ आकर्षित करती है। वर्तमान समय मे पुस्तकालय का स्वरूप तकनीकबद्ध हो गया है जिसमें शैक्षणिक संस्थान के उपयोगकर्ता अपनी उपयोग अनुसार ज्ञान जिज्ञासा को शांत कर सकते है। पुस्तकें चरित्र निर्माण का सबसे बढ़िया साधन है सर्वश्रेष्ठ विचारों से युक्त पुस्तकों के प्रचार से दुनिया को एक नयी दिशा दी जा सकती है। पुस्तकालय में अध्ययन हेतु पुस्तकों का संग्रह कर विविध प्रकार के ज्ञान, सूचनाओं, स्त्रोतों एवं सेवाओं को उपयोगकर्ताओं हेतु उपलब्ध कराया जाता है। विभिन्न विषयों के अनुसंधान करने वाले शोधार्थियों को यदि पुस्तकालयों का सहारा न मिले तो वे अपने उद्देश्य में सफल नहीं हो सकते । शियाली रामामृत रंगनाथन के द्वारा प्रतिपादित किये पुस्तकालय विज्ञान के पांच सूत्रों का पालन करना चाहिए।

1. पुस्तक उपयोग के लिए हैं।
2. प्रत्येक पाठक को उसकी पुस्तक मिले।
3. प्रत्येक पुस्तक को उसका पाठक मिले।
4. पाठक का समय बचाएं।
5. पुस्तकालय वर्धनशील संस्था है।

बौद्धिक जीवन का केंद्र बनने, शिक्षा में उत्कृष्टता का विशिष्टता का विशिष्ट वातावरण प्रदान करने, सूचना संसाधनों तक उद्देश्यपूर्ण पहुंच प्रदान करने के दृष्टिकोण से गुरूकुल महिला महाविद्यालय द्वारा स्थापित डॉ. अरूण कुमार सेन स्मृति ग्रंथागार वर्ष 2001 में शिक्षण की गुणवत्ता बढ़ाने व नवपरिवर्तनशील सुचना एवं सेवाओं को प्रदान करने के उद्देश्य से स्थापित हुआ। अनुभवी शिक्षकों के द्वारा चयनित पुस्तकालय में उपलब्ध विभिन्न प्रकाशनों की पाठ्य पुस्तके, सन्दर्भ ग्रन्थ , कहानी संग्रह शब्द कोश तथा ज्ञान कोश द्वारा शिक्षकों के रचनात्मक एवं सृजनात्मक कार्यों को प्रेरित करने एवं छात्राओं का बौद्धिक विकास करने का प्रयास किया जा रहा हैं। छात्राओं के लिए ग्रंथालय में मंगाई जाने वाली शोध पत्रिकाएं, समाचार पत्र तथा सामयिक पत्रिकाएँ नवीनतम ज्ञान की प्राप्ति में सहायक हैं। छात्राओं की परीक्षा की तैयारी के लिए गत वर्षों के प्रश्न पत्र, शिक्षकों द्वारा बनाये प्रश्न बैंक एवं प्रतियोगी परीक्षा से सम्बंधित पाठ्य सामग्री उपलब्ध है। ई-संसाधनों के वृहद उपयोगो को देखते हुए ग्रंथालय द्वारा इनफ्लिबनेट के एनालिस्ट कार्यक्रम को प्रतिवर्ष पंजीकृत कराया जाता है जिससे 6000 ई-शोध पत्रिकायें तथा 31 लाख से अधिक ई-पुस्तकों की सुविधा से उपयोगकर्ता पहचान बनाकर लाभान्वित हो सकते है। ग्रंथालय के कम्प्यूटर नेटवर्क द्वारा उपयोगकर्ता विभिन्न प्रकार सूचना स्त्रोतों से समय समय सुक्ष्म जानकारी प्राप्त कर अपनी समस्या का समाधान कर लेते है। प्रतिवर्ष ग्रंथपाल दिवस पर संगोष्ठी, निबंध प्रतियोगिता तथा उपयोगकर्ता शिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया जाता हैं जिससे छात्राओं को अधिकतम जानकारी प्राप्त हो सके। बेहतर कार्य प्रणाली के अंतर्गत सामान्य ज्ञान की प्रतियोगिता आयोजित कर चयनित विद्यार्थियों को वर्षभर के लिए पुस्तके इश्यू कर पठन कार्य को प्रोत्साहित किया जाता हैं तथा बुक बैंक सुविधा प्रधान की जा रही हैं। ग्रंथालय के दैनिक क्रियाकलापों की सुविधा के लिए इन्फ्लिबनेट द्वारा संचालित SOUL3.0 सॉफ्टवेयर क्रय किया गया हैं जिसके अंतर्गत WEBOPAC सुविधा द्वारा विद्यार्थियों को ग्रंथालय में उपलब्ध पाठय सामग्री पहुँच प्रदान की जा रही है, इसके माध्यम से उपयोगकर्ता अपने आवश्यक पाठ्य सामग्री के लिए ग्रंथालय में अनुरोध भेज सकते हैं। ग्रंथालय की विभिन्न कार्यों को संचालित करने अमूल्य धरोहर को सुरक्षित रखने पाठको की उपयोगिता के अनुसार पठन सामग्री के व्यवस्थापन के लिए नियमावली तैयार कर अनुशासन व्यवस्था रखी जाती है।

■ डॉ. अदिति जोशी
ग्रंथपाल
गुरूकुल महिला महाविद्यालय, रायपुर

महाविद्यालय खेल गतिविधि

उद्यमेन हि सिध्यन्ति कार्याणि न मनोरथैः।
न हि सुप्तस्य सिंहस्य प्रविशन्ति मुखे मृगा :।।

शैक्षणिक संस्थाओं का आज यह नैतिक दायित्व है कि वह अपने संस्थाओं में बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए हर एक पहलू पर ध्यान दे ताकि वह जीवन को सही दिशा और विकास के पथ पर अग्रसर कर सके। छात्राओं के सर्वांगिण विकास, उनके ज्ञान अन्तःशक्ति, योग्यता का निर्माण, पूर्णतम मात्रा तक शारीरिक और मानसिक योग्यता का विकास हो सके। अतः यह जरूरी है कि शारीरिक शिक्षा और खेलों के द्वारा अच्छे स्वास्थ्य व विकास का उच्चतम समन्वय हर शैक्षणिक् संस्था के माध्यम से स्थापित किया जाये। शारीरिक शिक्षा न केवल छात्राओं के शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है बल्कि शारीरिक क्षमता और मानसिक संचेतना को भी प्रभावित करता है। यह कुछ सदगुणों को विकसित करने में भी मदद करता है जैसे खेल भावना का विकास, नेतृत्व, अनुशासन, विजय भावना, और हार को स्वीकारना। ऐसी ही मूलभूत प्रवृत्तियों के विकास के लिये हमारा गुरूकुल महिला महाविद्यालय सदैव तत्पर और क्रियाशील रहता है। इसी का परिणाम है कि हमारे महाविद्यालय के प्रांगण से हर वर्ष छात्राओं का शैक्षणिक के साथ-साथ खेलकूद की विधाओं में भी न केवल सार्थक सहभागिता रहती हैं अपितु खेल के विभिन्न मंचों पर अपनी उत्तम भागीदारी का हस्ताक्षर भी सक्रियता से करते हैं। छात्राओं के द्वारा हर वर्ष की भांति इस वर्ष भी विभिन्न खेल संक्रियाओं में महाविद्यालय का गौरव बढ़ाया।

इस वर्ष अभी तक महाविद्यालय की छात्राएँ मूलतः सेक्टर स्तरीय शतरंज प्रतियोगिता में शामिल होकर राज्य स्तरीय शतरंज प्रतियोगिता के लिये चयनित हुई। हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी सेक्टर स्तरीय शतरंज प्रतियोगिता में महाविद्यालय को प्रथम स्थान मिला। पिछले एक दशक से भी ज्यादा बार महाविद्यालय की छात्राएँ सेक्टर स्तरीय शतरंज प्रतियोगिता में महाविद्यालय को प्रथम स्थान दिलाती आ रही हैं। यह गौरव का विषय है।

विभिन्न खेलों में महाविद्यालय के छात्राओं की सहभागिता रहती है, इनमें बॉस्केट बॉल, सॉफ्टटेनिस, कबड्डी, लॉन टेनिस, जैसे खेलों का आयोजन हो चुका है। इनमें हमारे महाविद्यालय के छात्राओं का प्रदर्शन हर वर्ष की भांति उत्तम रहा है। लॉन टेनिस में इस छात्रा ने भाग लेकर ब्रॉन्ज मेडल अपने नाम किया।

यह तो विदित ही है कि महाविद्यालय से छात्रायें कुश्ती, जुडो, हैण्डबॉल, खो-खो, बैडमिंटन, तैराकी सॉफ्टबॉल, जैसी प्रतियोगिता में पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय के टीम सदस्य के रूप मे प्रतिनिधित्व करती रही है।

महाविद्यालय के द्वारा विभिन्न खेल शिविरों का आयोजन भी समय-समय पर किया जाता रहा है। जिनमें विशेष रूप से खो-खो, कबड्डी, हैण्डबॉल, टेबल-टेनिस, शतरंज और कुश्ती जैसी खेल विधा प्रमुखता से शामिल है। यही कारण है कि महाविद्यालयीन छात्रायें न केवल सेक्टर स्तरीय अपितु राज्य स्तरीय एवं विश्वविद्यालयीन प्रतियोगिता में भी

अपना स्थान बनाने में सफल रही हैं।

प्रतिवर्ष खेल कैलेण्डर वर्ष में गुरूकुल महिला महाविद्यालय की छात्राओं का प्रदर्शन और सहभागिता आने वाली युवा छात्राओं के लिये सदैव प्रेरणा का काम करता है।

इन्हीं आशाओं के साथ कि

।।गुरूकुल की बगिया में हर समय रहे ऐसे ही फूलों की महक,
रोशन करे नाम सभी का गुंजाए हो हर दिशा में इनका वंदन।।

▪ डॉ. रिंकू पाण्डेय
क्रीड़ाधिकारी
गुरूकुल महिला महाविद्यालय
रायपुर (छ0ग0)

योग का महत्व

योग एक प्राचीन साधना हैं जो शारीरिक आसन, प्राणायाम और ध्यान से मिलकर बनती है। योग का उद्देश्य अपने आप में स्थापित होकर समग्रता व संपूर्णता प्रदान करना है। यह हमें अखंड बनाता हैं और आत्मबल प्रदान करता है। और असीम प्राण ऊर्जा से भर देता हैं।

योगश्च चित्त वृत्ति निरोधः

यह पंतजलि योग सूत्र हैं जिसके अनुसार चित्त (मन) की कुछ वृत्तियाँ होती हैं जो बहुत कष्टकारी हैं यह पांच प्रकार की होती हैं प्रमाण (Proof), विपर्यय (Wrong Understanding), विकल्प (imagination), निद्रा (Sleep) और स्मृति (Memory)। इन वृत्तियों के कारण हमारा मन भूतकाल और भविष्यकाल में दोलन करता रहता हैं और इन वृत्तियों से हमें मुक्त होना आवश्यक हैं तभी हम वर्तमान क्षण में रह पायेगे और खुश रह पायेंगे।

ऋषि पंतजलि के अनुसार योग अभ्यास के द्वारा वृत्तियों का निवारण किया जा सकता हैं। लेकिन यह प्रश्न उठता है कि योग का अभ्यास कहाँ और कैसे किया जाये। बड़ी अजीब बात है कि बचपन से बुढ़ापे तक, स्कूल में कॉलेज में माता-पिता के द्वारा या अध्यापकों के द्वारा किसी ने भी यह नहीं बताया कि अगर चिंता हो या दुख हो तो इन सब वृत्तियों से बाहर कैसे निकला जाये। बस भावनाओं में बह जाते हैं और आत्महत्या या हिंसा जैसे कदम उठाते हैं। आर्ट ऑफ लिविंग संस्था के द्वारा समाज को तनाव मुक्त और हिंसा मुक्त बनाने के लिए 190 से भी ज्यादा देशों में सुदर्शन किया (योग अभ्यास) सिखाई जा रही है। जिससे लोगों में नई चेतना का संचार हुआ हैं और योग के माध्यम से सब खुशहाल जीवन व्यतीत कर रहे है।

84 लाख योनियों में भटककर इतना अनमोल जीवन मिला है अपनी सारी जिम्मेदारियाँ निभाते हुए, अपनी बाहरी दुनिया को सुंदर बनाते हुए, आओ एक कदम आध्यात्मिक विकास की ओर बढ़ाए। योग का अभ्यास करे और कराएं। जब हर मन में शांति होगी तो हर घर समाज और दुनिया में शांति होगी।

▪ डॉ. अनुराधा गुप्ता

विचार

सोचो इस दुनिया में आने के लिए आपने क्या किया।
कुछ भी नहीं फिर भी आ गये।
सोचो हम कितने भाग्यशाली हैं कि हमे इस जीवन को जीने के लिए जो भी जरूरत थी हमको मिली जैसे माता, पिता, भोजन, जल, सांस और भी बहुत कुछ।
देर सबेर हमारी सारी इच्छाएँ पूरी हुई है। पूरा जीवन सबसे लेते आये है।
किसी से प्यार मांगा, किसी से सम्मान, किसी से धन।
क्या हम सिर्फ लेने आये है।
क्या हम सिर्फ मांगने आए है। सबका कर्ज चुकाना होगा।

आओ कुछ ऐसा करे कि जाने से पहले पूरी दुनिया तो नहीं पर अपने आसपास चाहे हो परिवार, समाज या वातावरण, सबको कुछ देकर जाए।

उनमें सद्भाव, प्यार अपनापन का बीज डाल कर जाए। जब ये बीज वृक्ष बनेगा तब इसकी शीतल छाया हमारे आने वाली पीढ़ी को मिलेगी।

हमसे जो बन पड़े थोड़ी सेवा करके जाए।

देने का सुख लेने से कही ज्यादा होता हैं अपने बच्चों को ये ज्ञान सीख कर जाए। ताकि रोते रोते इस धरती पर आए थे अंतिम वक्त पर हंसते हंसते जाए।

▪ डॉ. अनुराधा गुप्ता

चिड़िया

महका यह बाग रे, सुन के तेरा राग रे।
न जाना मेरी चिड़ियाँ, बाहर इस बाग से।।
तेरी ही चहक है, पुष्पों की महक में।
न जाना बिटिया, बाहर इस दीवार से।।
वसंत की धूप सी, तेरी यह किलकारी है।
माता पिता की तू ही जग सारी है।।
भैया ने तेरे प्रिय मिठाई भी लाई है।
तेरे लिए खिलौनों की, यह दुनिया सजाई है।।
किंतु यह खेल की दुनिया, पराई है।
आसमान की ऊंचाई छूना तेरी सच्चाई है।।
यह घोसला क्या है रे, तेरा हौसला वहा है रे।
उड़ चल मेरी चिड़िया, मन के इस बाग से रे।।
तेरी ऊंची उड़ान से, गर्वित हो शान से,
आसमान जीत ले चिड़िया, आत्मसम्मान से।
वह कैसा तूफान आया, रूठा जो भाग्य लाया।
दुष्टता के पंज से, न कोई मेरी चिड़िया को बचा पाया।
काट दिए तेरे पंखों को, छीन लिए सारे रंगों को।
बहा दिया उन्होंने मान रूपी रक्त को।।
तेरी उन किलकारियों को, फिर सुना इस पिता को।
बस सवाल एक जागे जो, क्यों लूटा मेरी चिड़िया को।।
कितने थे आकाश बुने, इस पिता ने तेरे उड़ान के।
लौट आ चिड़िया मेरी, फिर कही वरदान से।।
एक सवाल समाज से?
अपनी गुड़िया सब पूजे सम्मान से।
फिर क्यों लूटे दूजे की गुड़िया अपमान से??
ठहर जा ओ चिड़ियाँ, बचना उस आग से।
न जाना मेरी चिड़ियाँ, बाहर इस बाग से।।

नेहा यादव
बी.कॉम. द्वितीय वर्ष

सेहत एक खज़ाना

अच्छी सेहत हमारे लिए एक खज़ाने की तरह है। लेकिन यह सोचने की जरूरत है कि यह खज़ाना हमें विरासत में मिला है या यह हमारी अपनी कोशिश का नतीजा है। अगर यह खज़ाना हमारी हमें विरासत में मिला है, मतलब यह है कि हमारे बाप दादा और पुरखे सभी ने लम्बी और स्वस्थ जिन्दगी गुजारी और बिमारियों से बचे रहे, तो यह सोचना कि हमारी भी उमर लम्बी होगी, और हमारे जीन हमको बीमारियों से बचाये रहेंगे, यह सच है, मगर यह सोच के सेहत के प्रति लापरवाह होना आपके लिए घातक हो सकता है। मान लीजिए किसी व्यक्ति को परिवार और उसके माँ बाप के परिवार में किसी को दिल या शुगर की बीमारी नहीं है परन्तु वह स्मोकिंग करता है और व्यायाम भी नहीं करता तली भुनी चीजों और शक्कर का अधिक प्रयोग करता है, तो उसके जीन भी इन बीमारियों से उसको बचाने में नकाम साबित हो सकते है।

दूसरी तरफ एक व्यक्ति का इतिहास पैतृक तौर पर बिमारीयों वाला है परन्तु वह अपने आप को इन बिमारीयों से बचाना चाहता है, और इसके लिए पूरी कोशिश करता है। स्वस्थ्य दिनचर्या के साथ वह अपना खान-पान, व्यायाम, पूरी नींद लेना, और बीमार करने वाले कारणों से बचना, स्वस्थ्य मानसिकता, और तनाव नियंत्रण पर पूरा ध्यान देता है, तो उसके इन बिमारीयों से बचे रहने की संभावना पहले व्यक्ति से कही ज्यादा है।

यदि हम स्वस्थ है तो यह दुनिया हमको खूबसूरत लगती है हर मौसम हमारे लिए खुशगवार है

▪ पायल यादव
बी.एससी (बॉयो) द्वितीयवर्ष

मेरी पत्नी

मेरी पत्नी मेरी जिन्दगी, मेरी पत्नी मेरी हर खुशी,
मेरी पत्नी मेरी कामयाबी, मेरी पत्नी मेरी जीत,
मेरी पत्नी मेरी पहचान, मेरी पत्नी मेरी जान,
मेरी पत्नी मेरी तमन्ना, मेरी पत्नी मेरी हर कहानी,
मेरी पत्नी मेरी लेख, मेरी पत्नी मेरी कविता,
मेरी पत्नी मेरी निबंध, मेरी पत्नी मेरा हिम्मत,
मेरी पत्नी मेरी दुनियाँ, मेरी पत्नी मेरी गर्व,
मेरी पत्नी सबसे महान, मेरी पत्नी मेरा अच्छा दोस्त
मेरी पत्नी मेरी टीचर, मेरी पत्नी मेरी पहेली,
मेरी पत्नी मेरी किताब, मेरी पत्नी मेरी पढ़ाई-लिखाई,
मुझे प्यार करने वाली मेरी पत्नी, मुझे सताने वाली मेरी पत्नी,
मुझे डांटने वाली मेरी पत्नी सबको दया सिखाने वाली मेरी पत्नी,
अन्नपूर्णा है मेरी पत्नी,घर की लक्ष्मी मेरी पत्नी,
जरूरत पड़ने पर रानी बनने वाली मेरी पत्नी,
जरूरत पड़ने पर महारानी बनने वाली मेरी पत्नी,
जरूरत पड़ने पर काली बनने वाली मेरी पत्नी,
जरूरत पड़ने पर बच्चों को फटकार करने वाली मेरी पत्नी,
ऐश्वर्या राय से भी अति सुंदर ताजमहल से भी मनभावन
निःस्वार्थ रूप से काम करने वाली मेरी पत्नी,
शब्द नहीं मेरे पास लिखने को
ऐसी है मेरी पत्नी .....

▪ मनोज कुमार साहू
कार्यालय सहायक

माँ का आँचल

पकड़ने चला हूँ,
मां के आँचल का छोर, आया मन में,
बाधूंगा एक कविता माँ को देने में उपहार
खीचूंगा पल्लू का वह कोना,
जिसे पकड़कर मैं बड़ा हुआ...
वह धुंधला सा बचपन , जब माँ ही बस सच थी ....
और हर सीख उनकी, पत्थर की लकीर थी ....
या उनकी साड़ी कैसे आकर जोड़ूं,
जिसे पहन मैं इठलाया करता था,
और इतराती मुझ पर माँ भी ,
स्नेह सदा .... पाया परस्पर,
तेरी मार भी बड़ी खाई है ....
पर उसके प्रेम सा ना कोई जग में,
ये भी अविरल सच्चाई है ....
इन अनगिनत बातों का ....
इन अनगिनत बातों का ....
कैसे पाऊँ कोई कोना,
मुश्किल नहीं .... असंभव है,
अपार प्रेम का,
शब्दों में अभिव्यक्त होना ....
मेरी माँ

▪ मनोज कुमार साहू
कार्यालय सहायक

मैं किसान हूँ

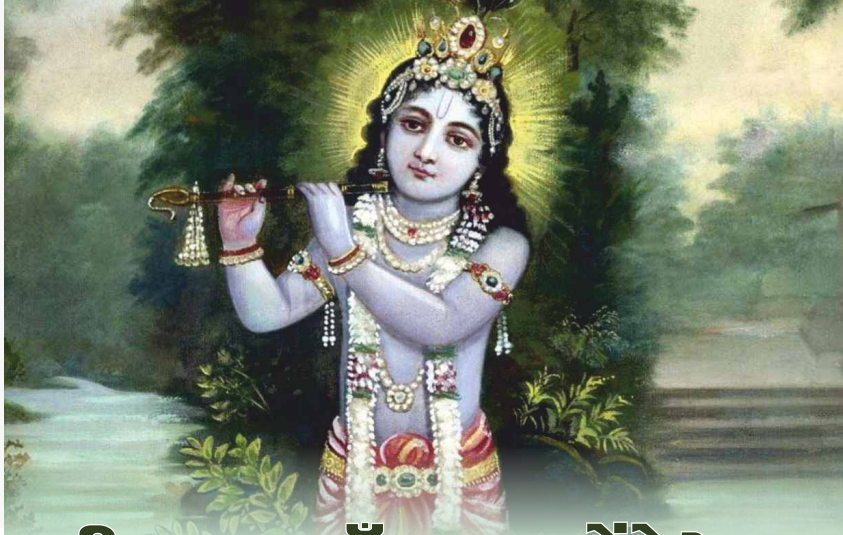
मैं किसान हूँ,
फसल उगाने वाला हूँ।

न किसी द्वेष से,
न किसी प्रेम से।
न जात पात देखकर
न ऊँच नीच जानकर।
सबको एक जैसे देखने वाला हूँ।
किसान हूँ फसल उगाने वाला हूँ।।

न हिन्दू मुस्लिम देखता हूँ।
न अमीर गरीब देखता हूँ।
चलता हूँ, सूरज की धूप में,
जागता हूँ अमावश की रात में।
सबकी भूख मिटाने वाला हूँ।
किसान हूँ फसल उगाने वाला हूँ।।

देश के लिए ऋण लेने वाला हूँ,
पानी के जगह पसीना बहाने वाला हूँ।
सरकार का वोट बैंक हूँ मैं,
कर्ज के चक्कर में मरने वाला हूँ मैं।
अंततः सरकार की गोली खाने वाला हूँ।
मैं किसान हूँ फसल उगाने वाला हूँ।।

▪ प्रगति शर्मा
बी.कॉम. अंतिम वर्ष



श्री कृष्ण कहाँ तक आयेंगे?

गुड़िया जैसे सौदा तुम्हारे,
गुड़िया सी बन जाती हों।।
वीर प्रसुता होकर भी
पल-पल क्यो नीर बहाती हो।।
अरे ! शक्ति स्वरूपा हो तुम तो ,
जगदम्बा की अवतारी हो ।।
क्या दुर्योधन, क्या दुशासन,
तुम स्वयं काल पर भारी हो ।।
मत रोको तुम अभिलाषा को,
है श्रृंगारो पर रोक नहीं।।
तुम कलिका हो इस उपवन की,
सो कोमलता पर टोक नही।।
मगर वर्जना क्यों करती हो,
ढ़ालों से, तलवारो से ।।
एक बार बस लगन लगालो,
मृत्यु बचाती धारो से ।।
चुड़ा चुनरी चोली बिन ,
श्रृंगार अपूर्ण नही होता ।।
मगर बताओं तलवार बिना,
क्या रूप अपूर्ण नही होता ।।
हर रक्तबीज को रणचंडी का,
रक्तिम रूप दिखाएंगे।।
सुनो दामिनी रणभूमि में,
निर्बल ही मारे जाऐंगे।।
तब तुम खुद अपना चीर बचा लो
श्री कृष्ण कहां तक आयेगें।।

▪ येषा साहू
बी.कॉम., तृतीय वर्ष

कृष्ण प्रिया

सृष्टि का आधार है जो
उस प्रेम की वो देवी है।
नंदनंदन कान्हा की
वो परमप्रिय सहेली है
जिसके बिना परिपूर्ण
कृष्ण भी लगता आधा है
वो परम सुन्दरी कृष्णप्रिया राधा है
प्रेम की परिभाषा है जिससे
ममता की वो मूरत है
प्यारी सी वृषभान दुलारी
भोली उसकी सूरत है।
नाम से जिसके दूर होती हर दुख: हर बाधा है
वो गोलोकस्वामिनी कृष्णाप्रिया राधा है
छन-छन करती पायल जिसकी
सबके मन को मोहती है
मोहन को भी मोह ले जो
वो माधवी मनमोहिनी है
दिव्य रासमंडल की जिससे चमक आया है
वो राजेश्वरी कृष्णप्रिया राधा है
कृष्णप्रेम की धारा है वो
प्रेमधुन सुनाती है
ब्रज की राजदुलारी है वो
राधा रानी कहलाती है
बृजमण्डल है पूर्ण जिससे
प्रेम की वो माला है
वो चंचला मृगनयिनी कृष्णप्रिया राधा है।

▪ सौम्या मिश्रा
बी.कॉम.अंतिम वर्ष

बारिश

दुनिया के सारे संगीत से सुंदर गिरती हुई बारिश की बूंद का संगीत इस संगीत में जीवन होता है बारिश की आवाज और भीगी हुई धरती की खूशबू छतो पर बारिश की फुहारे देखना बहुत खूबसूरत लगता है। कभी -कभी ताजी हरी पत्तियों से टपकती हुई बारिश की बूँदे और खिड़कियों के शीशों पर बारिश की बूँदो पर रोशनी पड़ने पर छोटे -छोटे सुनहरे मोतियों की तरह चमकने, भारी बारिश के बाद मिट्टी से बेहतर कोई गंध नही बारिश की ठंडी हवा हमारे मूड को सही बनाए रखती है। इससे हमे जागती है तो दो चीजे जिन पर आप भरोसा कर सकते है बारिश का गिरना और सूरज का वापस आना जो प्रकृति की देन है।

खिलेश्वरी सोनकर
बी.कॉम. प्रथम वर्ष

अंतरमन की व्यथा

''धधकती अंतरमन में ज्वाला जो हैं,
बोलने को आतुर पर!!! विवश हैं,
असहाय हैं,''

उपरोक्त कथन को यथावत हर एक मनुष्य ने महसूस किया हैं। विशेष तौर पर एक लड़की, स्त्री या महिला जाति ने। स्त्री होना सरल नहीं हैं। उसके मन की व्यथा को समझना आज भी उतना कठिन हैं, जितना उड़ती चिड़ियाँ के पँख गिनना।

भारत ने एवं अन्य देशों ने बहुत प्रगति की हैं। हर स्थानों पर लड़कियाँ महिलाएँ कार्यरत हैं वे आसमान को पार कर चाँद एवं ऊँचे शिखर पर पहुँच चुकी है। परन्तु आज भी उनके साथ कहीं न कहीं भेद हो ही रहा है। उनके मन की व्यथा काफी दयनीय हैं। महिलाओं पर होने वाले अत्याचार, दुःव्यवहार, दुष्कर्म के बारे में आज सभी मनुष्य जानते हैं, परन्तु कोई आवाज नहीं उठा पा रहें। देश प्रगति की राह पर तभी चल पाता हैं, जहाँ जातियों में फर्क न हों। लड़कियों को अगर नवरात्र के 9 दिन नही ंसाल के हर दिन पूजा या आदर, सम्मान दिया जाए,

तो समाज सुरक्षित रहेगा एवं आगे बढ़ेगा। छोटी सोच रखने वाले लोगों के लिए लड़की का पैदा होना एक अभिशाप हैं। उन्हें पढ़ाई से लेकर पहनने, ओढ़ने, बाहर जाने, सजने-सँवरने हर एक छोटी चीज के लिए आज्ञा लेनी पड़ती है। उनका एक दायरा तैयार किया गया हैं, जिससे बाहर जाने पर उन्हें दण्ड दिया जाता हैं, या दोषी ठहराया जाता है।

परिवर्तन संसार का नियम हैं, लोगों की सोच बदली तो हैं, वे उन्हें आजादी दे तो रहे हैं, परन्तु वह आजाद महसूस नहीं कर पाती, अपने मन की व्यथा का वर्णन नहीं कर पाती है एक लड़की कुछ पंक्तियाँ लिखती हैं कि-

लड़की लीजिए दहेज लीजिए,जब चाहे लड़की को जलील कीजिए,
पढ़ी-लिखी अनपढ़ या गरीब लड़की हैं कूड़ा घर से बाहर कीजिए,
वहाँ चाहें जैसे रहे, हमें क्या पड़ी समाज की इज्जत के लिए बाहर कीजिए।

एक लड़की होना आसान नहीं हैं। रंग-रूप, कपड़े, कद-काठी, उम्र, सुंदरता आदि पैमानों पर उनके साथ गलती नहीं हो रहा उन्हें यह एहसास दिलाया जाता हैं कि वह-''पाँव की जुती के बराबर हैं'', इसलिए उनके साथ गलत व्यवहार किया जाता हैं। स्त्री का दूसरा नाम ही समर्पण हैं। वह अपनों के लिए, समाज, बच्चे, पति, परिवार के लिए अपना सबकुछ समर्पित कर देती हैं, परन्तु उसे वह स्थान प्राप्त नहीं हुआ है, जिसकी वह हकदार हैं। वह अपनी इच्छाएँ मार देती हैं। अपनी खुशी अपने परिवार की खुशी मानती हैं। उसे चाहिए कोई अपना-जो समझें उसके त्याग और बलिदान को, देखें उसे सहीं नजरों से, जिसकी नियत डगमगाएँ न, ये इंसान या महापुरूष आप भी बन सकते हैं।

तो समझे उसकी व्यथा को वो आपसे केवल प्रेम और इज्ज़त चाहेंगी। और बदले में अपना सब कुछ दें देगी। वह कोमल और भोली हैं। उसे पढ़ाओं-लिखाओं आगे बढ़ाओं, समझो उसे। वह तो सबकुछ समझती ही हैं, क्योंकि, उसने अपने अंतरमन की पीड़ा को सहा और समझा हैं, और वह आगे भी बढ़ी हैं।

''बना चित्र को सत्यशाला।
न हो इसमें कलुषित हृदय वाला,
धधकती अंतरमन में ज्वाला।।''

▪ महक मेघानी
बी.कॉम प्रथम वर्ष ''बी''

सफलता

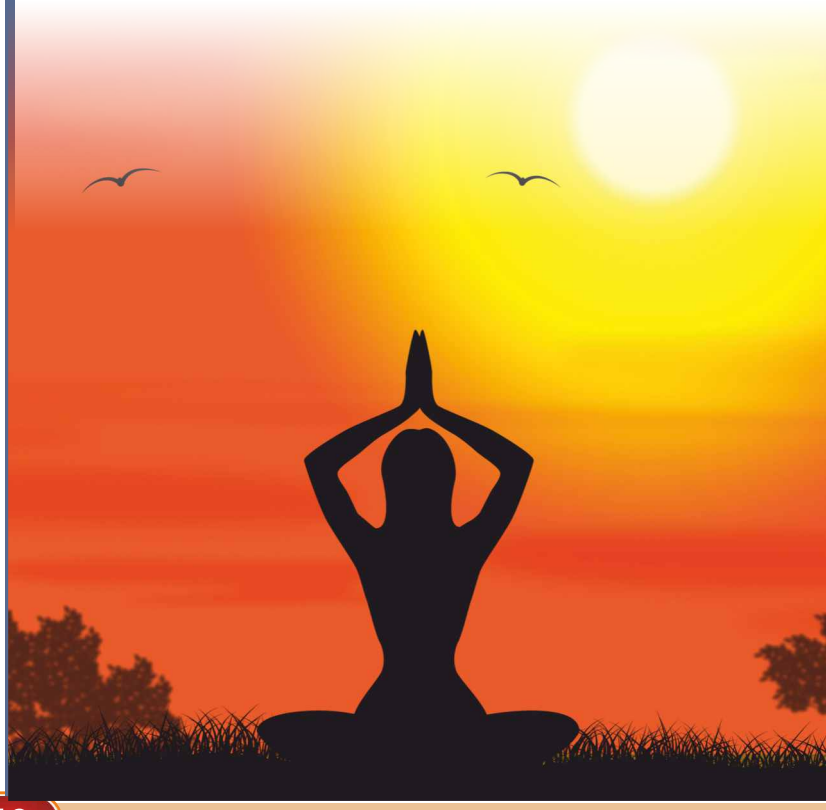
सफलता जीवन का मूल है। हम सभी जीवन में आगे बढ़कर सफलता पाना चाहते हैं। अपने लक्ष्यों को पाने के लिए किए गए प्रयासो पर जी पाना ही सफलता है। बिना मेहनत के या बिना पसीना बहाए किसी को भी सफलता नहीं मिलती है। सफलता परिश्रम के बिना संभव नहीं है, सफलता प्रसिद्ध, अमीर और शक्तिशाली होने से अलग है। यह केवल खुशी और संतुष्टि का अहसास है जो किसी को अपने लक्ष्य प्राप्ति और कार्यों से मिलती है। यह महत्वपूर्ण है क्योंकि सफलता आत्मविश्वास की भावना पैदा करती है। यह जीवन के लिए एक उद्देश्य और कुछ हासिल करने की भावना देती है। सफलता प्राप्ति एक अद्भुत आनंदमय अनुभव है सफलता की सीढ़ी चढ़ते समय विशेष प्रकार की अलग-अलग मुश्किलो एवं कठिनाईयों का सामना करना पड़ता है, लेकिन जब सफलता प्राप्त करने की बात आती हैं तो कठिन प्रयास का कोई विकल्प नहीं उठता है। लेकिन हम सब जानते है कि बिना कुछ त्याग किये कुछ हासिल नहीं किया जा सकता। सफलता हमारे जीवन का वह मूलआधार है जो किसी खोए हुए अपने व्यक्ति को पा जाने के रूप में सफलता से ही और भी आगे बढ़ने का उत्साह मिलता है, यदि हम मन लगाकर मेहनत करते है और सफलता पाने की जिद लगाए बैठते है और वह सफलता प्राप्त हो जाती है तब हमारी त्याग, परिश्रम तथा कठिनाई व्यर्थ नहीं होती है इसका मतलब यह नहीं है कि हम धूप में पसीना बहाएँ बल्कि कड़ी मेहनत, स्वस्थ शरीर, मजबूत दिमाग, दृढ़ इच्छाशक्ति और सही तरीके से अपने कार्य को करे सफलता पाने के लिए हमें अपने अंदर अच्छी आदतों का विकास करना चाहिए, हमेशा कुछ न कुछ नया सीखने का प्रयास करना चाहिए, अपने कार्यक्षमता में सुधार लाना चाहिए, सकारात्मक विचार वाले लोगों के साथ दोस्ती करनी चाहिए सफलता एक दिन में प्राप्त नहीं होती इसके लिए हमें अपने आप को धैर्य रखने की आवश्यकता होगी तब हम अपने निर्धारित लक्ष्य को पाकर सफलता प्राप्त कर सकते हैं।

▪ रिमी बिश्वास
बी.कॉम. द्वितीय वर्ष

मन की शांति

सच पूछो तो मन को शांत करने के लिए ना तो कोई मंत्र है और ना ही कोई यंत्र मन को शांत रखना स्वयं मनुष्य के हाथ में है आज का मनुष्य इतना तनावग्रस्त हो गया है कि वह स्वयं नहीं समझ पाते की उन्हें धन की शांति चाहिए या मन की शांति। मन की शांति पाने के लिए लोग अलग-अलग उपयोग करते है जैसे- ध्यान प्रार्थना, योग आदि इनका उपयोग करने से मन की शांति में सुधार होता है और सकरात्मक विचार का विकास होता है, जो हमारे जीवन में सुख और संतोष का स्त्रोत होते है।

▪ योगिता साहू
बी.कॉम प्रथम वर्ष



बीजगणित

कहीं पर X कहीं पर y
कलम चले न रूके रे भाई
aका गर्व और b का धन
पढ़ने में अब लगा लो मन
कुछ ज्ञात करना हो तो मानो।
हल करने का नहीं कुछ Tax
कहीं कुछ ज्यादा कहीं कुछ कम
गणित बने जब मूड हो नरम
अज्ञात को मानो a to z
a, b, c, d.....x, y, z
बदले में कुछ कभी न लेना
बीजगणित के चक्के है
26 पहियों के है गाडी
चले बिना न धक्के है भाई
बीजगणित है समझ का फेर
पढ़ोगे, नहीं तो होगे फेल।

▪ ज्योति यादव
बी.कॉम.द्वितीय वर्ष

दोस्ती

दोस्ती करो फूलो से ताकि हमारी
जीवन बगिया महकती रहे।
दोस्ती करो पंछियो से ताकि
जिन्दगी चहकती रहे।
दोस्ती करो कलम से ताकि
हमारी दुनिया सुन्दर वाक्यो से सृजित होती रहे।
दोस्ती करो पुस्तकों से ताकि शब्दों के
संसार में वृद्धि होती रहे।
दोस्ती करो ईश्वर से ताकि संकट की
घड़ी में वह हमारे काम आए।
दोस्ती करो अपने आप से ताकि
जीवन में कोई विश्वास घात न करे।
दोस्ती करो अपने माता-पिता से
क्योंकि दुनिया में उनसे बढ़कर कोई शुभचिंतक नहीं
दोस्ती करो अपने गुरू से ताकि उनका मार्गदर्शन
आपको भटकने न दे।
दोस्ती करो अपने हुनर से
ताकि आप आत्म निर्भर बन सके।

▪ ज्योति यादव
बी.कॉम.द्वितीय वर्ष

नारी सशक्तिकरण व सम्मान

इस दुनिया में जो भी आता है उसका एकमात्र स्त्रोत महिलाएँ हैं। हमारा भारत देश सदियों से एक पुरूष प्रधान देश रहा है। हमारे देश में स्त्रियों को देवी का स्थान दिया जाता है, फिर भी उन पर अन्याय और अत्याचार किया है। सदियों से महिलाओं को समाज की बुरी प्रथाओं का सामना करना पड़ता था, लोग लड़कियों की अपेक्षा लकड़ों को अधिक चाहतें है, जो उचित नहीं है। दोनों समान रूप से महत्वपूर्ण है, लड़कियाँ लड़कों की तरह ही सीख सकती है, और सपने देख सकती हैं। वे खुशी, प्यार और बदलाव लेकर आती है, यह दुःखद है जब लड़कियों को महत्व नहीं दिया जाता। अगर हम लड़कियों की परवाह नहीं करते तो हम कुछ खो देते हैं। ऐसे दुनिया की कल्पना करें जिसमें महान महिला नेता, माताएँ या दोस्त न हों? इसलिए हमें हर लड़की की रक्षा और प्यार करने की जरूरत हैं। हर किसी को, हर जगह यह सुनिश्चित करना चाहिए कि लड़कियों को चमकने का मौका मिले। आइए हमेशा याद रखेः लड़कियाँ भी अद्भूत है। उन्हें प्यार, मौकें और सम्मान की जरूरत हैं। हम भी एक अच्छे जीवन के हकदार है, ठीक वैसें ही जैसे हर कोई।

▪ प्राची साहू
बी.कॉम. प्रथम वर्ष

जीवन नहीं मरा करता है

छिप-छिप अश्रु बहाने वालो!
मोती व्यर्थ लुटाने वालो!
कुछ सपनों के मर जाने से जीवन नहीं
मर सकता है।

सपना क्या है? नयन सेज पर
सोया हुआ आँख का पानी,
और टूटना है उसका ज्यों
जागे कच्ची नींद जवानी,
गीली उमर बनाने वालो!
डुबे बिना नहाने वालो!
कुछ पानी के बह जाने से सावन नहीं मरा करता है।
खोता कुछ भी नहीं यहाँ पर
केवल जिल्द बदलती पोथी,
जैसे रात उतार चाँदनी
पहने सुबह धूप की धोती,
वस्त्र बदलकर आने वालो!
चाल बदलकर जाने वालो!
चंद खिलौनों के खोने से बचपन नहीं मरा करता है।

लाखों बार गगरियाँ फूटीं
शिकन न आई पनघट पर,
लाखों बार कश्तियाँ डुबीं
चहल-पहल वो ही है तट पर,
तम की उमर बढाने वालो!
लौ की आयु घटाने वालो!
लाख करे पतझर कोशिश पर
उपवन नहीं मरा करता है।
लूट लिया माली ने उपवन
लुटी न लेकिन गंध फूल की,
तूफानों, तक ने छेड़ा पर
खिड़की बंद न हुई धूल की,
नफ़रत भले लगाने वालो!
सब पर धूल उड़ाने वालो!
कुछ मुखड़ों की नाराज़ी से
दर्पण नहीं मरा करता है।

▪ टोकेश्वरी देवाँगन
बी.कॉम (द्वितीय वर्ष)

किताबे

जब से होश संभाला है
तब से साथ है ये किताबे .....
बचपन में जिनसे इतनी चिढ़ होती थी
पता चला हमराज है वहीं किताबें.....
बहुत सी ऐसी बातों का
जो शायद किसी से कह नहीं पाये.....
चुपचाप वो बाते सुनती है ये किताबें.....

थोड़े बड़े हुए तो जाना ये
कि इन्सान कोई अपना नहीं होता
क्योंकि जहाँ सब साथ छोड़ देते है
वहाँ साथ देती है ये किताबे.....
मुझे पसंद है इन्हे पढ़ना
और इन्हें पसंद है मुझे सुनना.....

सबको लगता है कि कुछ नहीं कहती है
ये किताबे.....
पर सुना है मैंने अपने आप में
बहुत कुछ समेटे हुए है ये किताबे.....

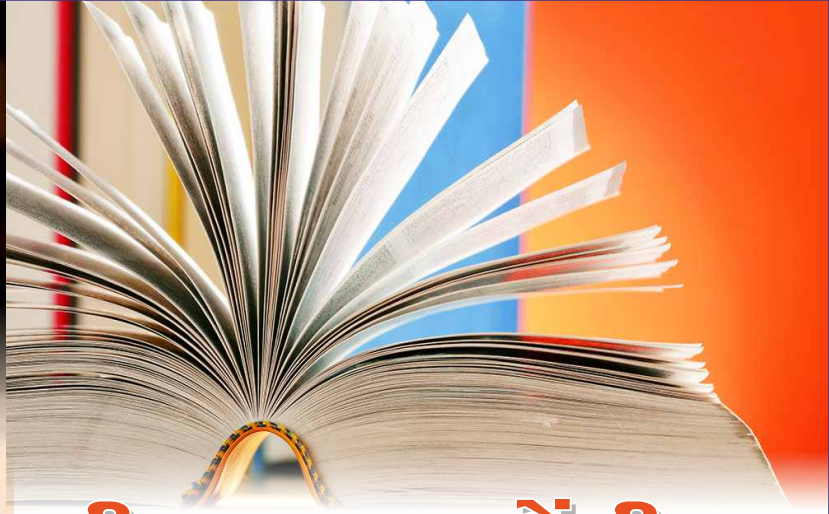
बस चाहती यही है ये
कि मुझे समझो और जानो तुम
बस एक बार ही सही मेरा हाथ तो थामो तुम .....
फिर देखना निराश नहीं करूंगा
बस एक बात मेरी ये मानो तुम .....

▪ शोडषी यादव
बी.एसी. (बॉयो.) प्रथम वर्ष

भाई - बहन

रिश्तों में बंधा है जीवन,
जग में हर रिश्ता बेजोड़ है।
सब रिश्तों में भाई-बहन का रिश्ता,
जग में अनमोल है।
बचपन में होते रहता है,
बात-बात में झगड़ा,
झगड़ा और कर देता है,
रिश्ते की गांठ को तगड़ा।
खाने को भी अक्सर है,
दोनों में लड़ाई हो जाती,
भाई को राखी बांध कलाई में,
खुद मिठाई है खा जाती।
पढ़ने के दिनों में भी करते,
एक दूजे की खिंचाई,
बहना मुँह बिचकाती ऐसे,
ना छुएगी कभी कलाई।
पलभर में ही दे देते हैं,
अपनी-अपनी सफाई,
क्षणभर में ही थाम भी लेते,
एक-दूजे की कलाई।
पता न चलता दोनों को,
पर वक्त है ऐसे बीत जाता,
भाई का घर छोड़ कर जाना,
बहना को है पड़ जाता।
करता है बिदाई बहन का भाई,
भावुकता से है भर जाता,
आंखों से ऐसे आंसू निकलते,
जैसे हो नदियों की धारा
भाई-बहन का जीवन ज्यादा,
एक-दूजे से दूर गुजरता है,
पर बहना लेती सांसे तभी,
भाई का दिल धड़कता है।

▪ प्रिंयका कोसरिया
बी.एससी.(सीएस) तृतीय वर्ष



जीवन 366 पन्नों की खाली किताब है ....

पहला पन्ना अच्छा ही लिखना, लिखना अपना नाम, और नाम को साकार करना, साकार करना कर्म क्षेत्र, हर क्षेत्र में तुम आगे बढ़ना, बढ़ना तुम ऊँचाईयों पर, पर ऊँचाईयों पर ज़रा सम्भलना..... पहला पन्ना अच्छा लिखना, लिखना तुम उम्मीदें अपनी, किसी की उम्मीदों पर खरा उतरना,

उतरना किसी के दिल की गहरायों में, पर गहराइयों में जरा सम्भलना, पहला पन्ना अच्छा लिखना, लिखना उस दूसरे पन्ने पे अपनी जिम्मेदारियां, अपनी जिम्मेदारियों को निभाते रहना, निभाना अपने तमाम रिश्ते - नाते, यारी दोस्ती, पर दोस्ती में माता-पिता को न भूलना,

पन्ने जरा सम्भल कर लिखना, बीच के पन्नों में तुम लिखना अपनी गलतियाँ, भाग दौड़ से भरे इस जगत में कुछ पल अपने संग गुजारना, पर सुनो वो बीच के पन्नों की गलतियों को जरा सुधारना, इस जीवन का नाम ही है चलते जाना, पन्ने तुम ज़रा संभल के लिखते जाना खुद ही लेखक हो तुम अपने सफर के, समझना तुम शब्दों के फेर, ... पहुंचो जब अंतिम पन्नो पर तुम जीत अपनी सुनिश्चित कर, एक अप्रतिम सार लिखना, इस 366 पन्नों के जीवन को भगवान का उपकार लिखना।

▪ मानसी श्रीवास
कक्षा - बी.कॉम (तृतीय वर्ष)

जाग भवानी

जाग भवानी, रण बेला आन पडी है,
चीर खीच, अरि सेना आज खड़ी है
गीत शांति के गाने वाली गर्दन सब
उड़ जाने दो।
चलो भवानी बन दावानल युद्धगीत
हमें गाने दो।
चीर छाती शत्रुदल की रणचंडी बनकर
गरजो रे।
असि करे लहूपान प्रलय की मेद्या बनकर बरसो रे।
गांठ खोल धनु डोरी की और जंग तीर की टूर करो।
लाज शरम सब पीछे छोड़ो रण का बाना तन पे धरो।
धरो ध्यान महिषासुर मर्दिनी, शक्ति का आह्वान करो।
नर मुंड गले में डाल पाप की छाती पर तुम नृत्य करो।
रणगर्जन ऐसा आज करो सत्ता के शीशमहल टूटे।
अबला तुझको कहने वालो का मूढमति भ्रम ये टूटे।
चले पवन उनचास उठे झंझावन अनल साम्राज्य बने।
देव उठें सब डोल शस्त्र तू खोल जगत का पाप कटे।
बांध दिशा-दिगन्त, खोल सब बंध, रक्त की नदी बहा।
फूंक युद्ध का शंख, विकट यह जंग, शस्त्र से देह सजा।
छोड़ मखमली सेजो को तू कंटक का श्रृंगार सजा।
कर अट्हास शत्रु छाती पर अपना स्वाभिमान जगा।
अरे जाग भामिनी, अंतिम यही घडी है।
जाग भवानी, रण बेला आन पडी है ।

▪ मुस्कान पटेल
बी.कॉम. (तृतीय वर्ष)

‘स्वयं पर विजय पाओ’ ‘जीत हमेशा तुम्हारी होगी’

ध्यान से ज्ञान पैदा होना है, और ध्यान के बिना ज्ञान खो जाता है।

एक पल एक दिन को बदल सकता है, एक दिन एक जीवन बदल सकता है, और एक जीवन पूरी दुनिया को बदल सकता है।

आप केवल वहीं चीज खोते है, जिससे आप बंधे होते है।

हम अपने विचारों से आकार लेते हैं। जैसा हम सोचते है, वैसे हो जाते हैं।

स्वास्थ्य सबसे बडा उपहार है, संतोष सबसे बड़ा धन और वफादारी सबसे सच्चा संबंध है।

जीवन में हजारों लड़ाइयाँ जीतने से अच्छा है कि तुम स्वयं पर विजय प्राप्त कर लो। फिर जीत हमेशा तुम्हारी होगी, इसे तुमसे कोई नहीं छीन सकता।

जो व्यक्ति थोडे में ही खुश रहता है, सबसे अधिक खुशी उसी के पास होती है।

▪ अंशल आशीर्वाद मुनेश्वर
बी.कॉम. (द्वितीय वर्ष)

राधा-रासबिहारी जी मंदिर ISKCON

ISKCON :- International Society for Krishna Consciousness इस्कॉन यानी अंतर्राष्ट्रीय कृष्णभावनामृत संघ, एक आध्यात्मिक संगठन है, इसे हरे कृष्ण आंदोलन के नाम से भी जाना जाता है, इस संगठन की स्थापना भक्तिवेदांत स्वामी प्रभुपाद ने साल 1966 में न्यूयॉर्क में की थी, इस्कॉन का मकसद दुनिया भर में अध्यात्मिक ज्ञान का प्रचार-प्रसार करना है।

श्रील प्रभुपाद जी जीवन चरित्र

भगवत गीता में भगवान भी कृष्ण कहते है कि :-

मनुष्याणां सहस्त्रेषु कक्षिधतति सिद्धये, यानी कई हजारों मनुष्यों में से कोई रण मुझे जान पाता है।

1 सिंतबर सन् 1896 को श्रील प्रभुपाद जी का जन्म कोलकाता के टौलीगन्स नामक स्थान पर जन्माष्टमी के अगले दिन हुआ था उनके पिता गौर मोहन डे तथा माता का नाम श्रीमती रजनी देवी ने उनका नाम अभय चरण रखा सन् 1901 में जब ये पाँच वर्ष के थे तब वे जगन्नाथ पूरी के विश्व विख्यात रथ यात्रा से प्रेरित होकर उन्होंने श्री जगन्नाथ भगवान की रथ यात्रा निकाली जिससे श्री कृष्ण के शुद्ध प्रेम और भक्ति का अंकुर उनके हृदय में पल्लिवत हुआ सन् 1902 में उनके पिता गौर मोहन डे, ने अभय को बचपन से ही श्री कृष्ण की शुद्ध भक्ति के अंगों का अभ्यास करना सिखाया था वे अभय को पास के ही श्री राधागोंविद मंदिर में ले जाया करते थे सन् 1902 से ही श्री प्रभुपाद ने श्री कृष्ण की भक्ति का प्रारंभ किया।

ISKCON Temple द्वारा दुनिया भर में हरे कृष्ण आंदोलन को इस्कॉन समूह द्वारा संचालित किया जा रहा है जो बड़े स्तर पर श्री कृष्ण के जीवन के साथ उनके विचारों और जीवन जीने के तरीकों का प्रचार-प्रसर करते है। रायपुर छत्तीसगढ़ में भी इस विश्वास के साथ इस्कॉन समूह द्वारा एक भव्य इस्कॉन मंदिर की स्थापना की गयी। छत्तीसगढ़ की राजधानी अब धर्मनगरी का स्वरूप लेता जा रहा है, यहॉ मौजूद राम मंदिर, सालासर बालाजी मंदिर और जगन्नाथ मंदिर के बाद टाटीबंध क्षेत्र में इस्कॉन मंदिर भी भक्तों के आकर्षण का केन्द्र बनकर उभर रहा है। इसमें 13 शिखर बनाए गए है, और हर शिखर पर सोने से बने कलश रखे गए है, 13 सोने के कलश का कुल वजन 1.25 किलो है यह मंदिर 12 साल में बनकर तैयार हुआ। बता दे की विगत दिनों इस्कॉन मंदिर का प्राण-प्रतिष्ठा समारोह में विदेश से भी मेहमान पहुँचे थे, समारोह 3 दिन तक चला जिसमें हवन, भजन समेत कई आयोजन हुए, इसमें 19 अगस्त को सुबह 5 बजे भगवान के विग्रह को नए मंदिर में स्थापित किया गया, हवन के लिए 21 कुंड बनाए गए थे, सुबह से हरी नाम संकीर्तन चला, इस आयोजन में जापान, अमेरिका और साउथ अफ्रीका से प्रतिनिधि रायपुर पहुंचे थे। देश के सभी राज्यों से

इस्कॉन के अध्यक्ष भी शामिल हुए थे। 7 जुलाई को मुख्य शिखर पर स्वर्ण कलश, कपिध्वज और सुदर्शन चक्र की स्थापना किया गया। बता दे कि इस श्री श्री राधा रासबिहारी इस्कॉन मंदिर को तैयार होने में 12 साल का समय लगा है, इस्कॉन मंदिर साल 2012 में बनना शुरू हुआ था। परिसर के लिए 2001 में सवा तीन एकड़ जमीन मिली थी, इसका विस्तार 10 एकड़ में हो चुका है, मंदिर के निर्माण में अब तक 51 करोड़ रूपये से अधिक खर्च हो चुके है। ;भ्भ ठींजपै पककींतर्जीं ूउप डींतंद्ध ये यहाँ के गुरू महाराज है।

भारत से बाहर विदेशों में हजारों महिलाओं का साड़ी पहने चंदन की बिंदी लगाए व पुरूषों को धोती कुर्ता और गले में तुलसी की माला पहने देखा जा सकता है, लाखों ने मांसाहार तो क्या चाय, कॉफी, प्याज, लहसुन जैसे तामसी पदार्थों का सेवन छोड़कर शाकाहारी पदार्थों का सेवन करते है। वे लगातार 'हरे कृष्ण' महामंत्र का कीर्तन भी करते रहते है, इस्कॉन ने पश्चिमी देशों में अनेक भव्य मंदिर व विद्यालय बनवाये है इस्कॉन के अनुयायी विश्व में श्रीमद् भगवत् गीता एवं सनातन संस्कृति का प्रचार-प्रसार करते है।

पूरी दुनिया में इतने अधिक अनुयायी होने का कारण यहाँ मिलने वाली असीम शांति है। इसी शांति की तलाश में पूरब की गीता पश्चिम के लोगों के सिर चढ़कर बोलने लगी। यहाँ के मतावलंबियों को चार सरल नियमों का पालन करना होता है।

धर्म के चार स्तंभ :- ताप, शौच, दया, तथा सत्य है।

इसी का व्यवहारिक पालन करने हेतु इस्कॉन के कुछ मूलभूत नियम है।

तप :- किसी भी प्रकार का नशा नहीं, चाय कॉफी भी नही।

शौच :- अवैध स्त्री/पुरूष गमन नही।

दया :- माँसाहार/अभक्ष्य भक्षण नही।

सत्य :- जुआ नही।

(1) उन्हें तामसिक भोजन त्यागना होगा।

(2) अनैतिक आचरण से दूर रहना।

(3) एक घंटा शास्त्राध्ययन।

(4) 'हरे कृष्ण-हरे कृष्ण' नाम की 16 बार माला करना होता है।

'प्रेम-भक्ति' में एक अलग ही सुख की प्राप्ति होती है। मैंने जब भक्ति करना चालू किया तब मुझे भी किसी भी चीजों का ज्ञान नहीं था जब मैं धीरे-धीरे भक्ति में आने लगी तब मुझे लगा की भक्ति में ही परम सुख है। कृष्ण भक्ति करने के लिए और कृष्ण को पाने के लिए राधा नाम का स्मरण करना बहुत जरूरी है। इसलिए भगवान की भक्ति करते रहिये ''हरी नाम का जाप करते रहिए''। ''राधे-राधे''

ISKCON Mandir बनाने का एक ही मकसद है कि इंसान राधा-कृष्ण के प्रेम-भक्ति में डूब जाये समझ पाये की भगवान एक मात्र हमारे है, इनके अलावा हमारा कोई नहीं संसारी चीजों से विरक्ति असली प्रेम खुशी आनंद अपना घर गौलोक धाम जहाँ हमारे प्रिय-प्रियतम रहते है, वही हमारा घर है, वहाँ वापिस जा सके।

▪ प्रीति साहू
बी.एससी (बॉयो.) प्रथम वर्ष

मेरी प्यारी दादी

दादी और पोती का एक अलग ही रिश्ता होता है। वो एक-दूसरे से एक अलग ही डोर से बंधी होती है। दादी का अपने पोते-पोती से प्यार करना ऐसा लगता है जैसे एक माली फूलों को अपने नाजुक हाथो से सहेज कर रखा हो। दादा-दादी अपने पोते-पोतियों के लिए एंजल की तरह होते है जो उनकी जिंदगी पे एक अलग-सी खुशियों का बौछार लाते है। दादा-दादी के बिना हर बच्चे का घर संसार अधूरा है क्योंकि उन्हीं से सभी का परिवार पूरा है। दादी और पोती का रिश्ता एक अलग ही प्रकार का होता है वो उनकी दोस्त हमदर्द मस्ती करने वाली समझने वाली हमेशा सही-गलत से बचाने वाली प्यार करने वाली और हमेशा साथ रहने वाली होती है। पोती के लिए उसकी दादी ही उसकी दुनिया होती है जो माँ-बाप से भी बढ़कर होती है जिस घर में दादा-दादी होते है वह घर स्वर्ग होता हैं।

आपके बिना पाया हर लम्हा फीका-फीका है''
मेरी हर उम्र को आपकी नसीहत आईना दिखा रही है''
आपकी नसीहत ही दादी', मेरे अच्छे दौर का इशारा है''
रूह आज आपकी पास नहीं
पर यादे आज भी आपकी ताजा है।।

▪ लता साहू
बी.एससी. बॉयो फाइनल वर्ष

छत्तीसगढ़

एक ऐसा राज्य जो भारत देश में धान का कटोरा, दक्षिण कोशल महाकांतार, दण्डकारण्य आदि नामो से प्रसिद्ध है छत्तीसगढ़ के इन नामों के पीछे भी कई पौराणिक कथाऐं है। कालान्तर में उत्तर कोशल व दक्षिण से विभक्त हुआ यही दक्षिण कोशल बाद में छत्तीस किलों के होने के कारण छत्तीसगढ़ के नाम से प्रसिद्ध हुआ। छत्तीसगढ़ में सबसे ज्यादा धान (अनाज) की खेती होने के कारण इसे धान का कटोरा व बस्तर का वन्य क्षेत्रों के कारण छ.ग. को पूर्व में महाकांतार व दंडकारण्य कहां जाता है।

छत्तीसगढ़ सन् 2000 से पहले तक मध्यप्रदेश का हिस्सा हुआ करता था बाद में 1 नवम्बर सन् 2000 में छत्तीसगढ़, मध्यप्रदेश से अलग होकर नए अनोखे प्रदेश के रूप में उभरा। यहॉ के लोग हर वर्ष 1 नवम्बर को स्थापना दिवस पारम्परिक त्योहार की तरह हर्ष व उल्लास के साथ मनाते है। छत्तीसगढ़ भारत का 26वॉ राज्य है। इसका क्षेत्रफल 1,35,194 वर्ग किलोमीटर है। यहॉ की आबादी सबसे ज्यादा 2.55 करोड़ है यहॉ सबसे ज्यादा अनुसूचित जाति के लोग रहते है। छ.ग. में वन क्षेत्रफल का प्रतिशत बहुत ज्यादा है। यहॉ का वातावरण बहुत अच्छा होता है।

भूगोल :- छत्तीसगढ़ की जलवायु उष्ण कटिबंधीय है। यहाँ गर्मियों में तापमान 45 डिग्री सेल्सियस तथा सर्दियों में तापमान 70 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच जाती है। छत्तीसगढ़ राज्य 17'-46' उत्तरी अक्षांश से 24'-5' उत्तरी अक्षांश तथा 80'-15' पूर्वी देशांतर से 84'-24' पूर्वी देशांतर के बीच स्थित है, छ.ग. के उत्तर और दक्षिण के कुछ भाग पर्वतीय तथा पाट क्षेत्र है। राज्य का 4.9 : क्षेत्र वनो से आच्छादित है। छ.ग. में बनने वाली मुख्य नदियों में महानदी, इन्द्रावती, हसदेव नदी, शिवनाथ, अरपा, मांड, सोंढूर, कन्हार, पैरी, खारून आदि शामिल है। छ.ग. की बाहरी सीमाएँ मध्यप्रदेश महाराष्ट्र, आंध्रप्रदेश, तेलगांना, उड़ीसा, झारखण्ड और उत्तरप्रदेश से लगा हुआ है।

संस्कृति :- छत्तीसगढ़ सांस्कृतियों के मामले में सबसे समृद्ध राज्य है यहॉ पर मुख्य बोली छत्तीसगढ़ी भाषा बोली जाती है। यहॉ के लोक नृत्य जैसे- सुवा, ददरिया, पंथी, राऊत नाच, करमा, गौर, सरहुल आदि सुप्रसिद्ध लोक नृत्य है। राज्य में प्रमुख धार्मिक व पर्यटन स्थलों में भोरमदेव, सिरपुर, राजिम, बारसूर, माता कौशल्या धाम चन्दखुरी रायपुर, रतनपुर, तीरथगढ़ व चित्रकोट जलप्रपात शामिल है। यहाँ पर विंध्यवासिनी माता धमतरी, चंद्रहासिनी चदंनपुर, दंतेश्वरी माता दंतेवाड़ा, जगन्नाथ मंदिर, खल्लारी, भुतेश्वर नाथ बाबा गरियाबंद व महादेव घाट रायपुर सहित कई पुरातत्वीय दृष्टि से अति प्रसिद्ध स्थल है यहॉ गौरवशाली अतीत के परिचायक कुलेश्वर व राजीव लोचन मंदिर राजिम, शिव मंदिर चन्दखुरी, सिद्धेश्वर मंदिर पलारी, आनंद प्रभु कुटीर व स्वास्तिक विहार सिरपुर भोरमदेव मंदिर कवर्धा, बत्तीसा मंदिर बारसूर और महामाया मंदिर रतनपुर दीपदीप सहित पुरातत्वीय दृष्टि से महत्वपूर्ण है।

शिक्षा :- यहाँ पर अनुसूचित जाति की जनसंख्या ज्यादा होने के बावजूद भी यहाँ की शिक्षा नीति बहुत ही समृद्ध है यहॉ की शिक्षा में हिदायतुल्ला राष्ट्रीय विधि विश्वविद्यालय, भारतीय प्रबंध संस्थान, रायपुर राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान, रायपुर गुरू घासीदास केन्द्रीय विश्वविद्यालय बिलासपुर, अंतर्राष्ट्रीय सूचना प्रौद्योगिकी संस्थान नया रायपुर, अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, रायपुर सिपेट रायपुर सहित अनेक। संस्थाऐं पंडित रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय विद्यार्थियों को रूचि के अनुरूप (कैरियर) भविष्य निर्माण के अवसर प्रदान कराते है।

अर्थव्यवस्था :- छ.ग. की अर्थव्यवस्था में मुख्यतः कृषि व उद्योग, विद्युत व इस्पात पर आधारित है। छ.ग. एक ऐसा राज्य है जहाँ विद्युत व स्टील उत्पादन व कोयले का उत्पादन सबसे अधिक मात्रा में होता है भिलाई में स्थित ''भिलाई स्टील प्लांट'' के द्वारा भारत में लगभग 15 प्रतिशत स्टील उत्पादन किया जाता है। यहाँ के लोगों का मुख्य व्यवसाय कृषि व खेती बाड़ी है। छ.ग. राज्य खनिज समृद्ध राज्यों में से एक मुख्य राज्य है। यहॉ घर विद्युत स्टील कोयले के साथ खनिज चूना पत्थर, लौह, अयस्क, तांबा, फॉस्फेट, मैगनीज बॉक्साइट, अंभ्रक व टिन जैसे भी खनिजों का भण्डार है।

पर्यटन :- छ.ग. पर्यटन के क्षेत्र में भी समृद्ध है यहाँ पर पर्यटन के लिए बस्तर अपनी अद्धितीय पारिस्थितिकी व सांस्कृतिक पहचान के लिए प्रसिद्ध है। छ.ग. में जगदलपुर, कांकेर घाटी, चित्रकोट जल प्रपात, तीरथगढ़ जलप्रपात बस्तर व रामगड़ की पहाडियाँ सरगुजा, रक्सगंडा जलप्रपात सूरजपुर, अमृत धारा जलप्रपात कोरिया, रानीदाह, सामरी पाट बलरामपुर, मैनपाट सरगुजा, केशकाल घाटी कोण्डागाँव, कुटूसर गुफाऐं बस्तर आदि अनेकों पर्यटन स्थल है। यहाँ कुल 11 वन्यजीव अभ्याराण्य Wildlife Sanctuary व 3 राष्ट्रीय उद्यान National Park है जो छ.ग. की शोभा में और भी ज्यादा चार चांद लगाते है।

परिवहन :- यहाँ परिवहन के लिए रेल मार्ग व वायु मार्ग दोनों मार्ग सुरक्षित व सुव्यविस्थत मार्ग है। छ.ग. की राजधानी रायपुर में स्वामी विवेकानन्द एयरपोर्ट से भारत के महत्वपूर्ण शहरों के लिए नियमित विमान सेवा उपलब्ध है। साथ ही बिलासपुर बिलासा देवी केवट, हवाई अड्डा, माँ दन्तेश्वरी हवाई अड्डा, जगदलपुर से भी हवाई सेवाओं का संचालन प्रारंभ हो गया है। यहॉ रायपुर, दुर्ग, राजनांदगांव, बिलासपुर आदि रेल मार्ग व्यवस्थित मार्ग है। जो भारत के सभी मुख्य शहरों से जुडी हुई है।

छ.ग. का राज्य पशु वनभैंसा, राज्य पक्षी पहाड़ी मैना, राज्य वृक्ष साल (सरईवृक्ष) है छ.ग. भारत के देश के हृदय प्रदेश है। छ.ग. सुप्रसिद्ध भारत का लोकप्रिय राज्य है।

''मोर छत्तीसगढ़ के माटी तै भारत माँ के साटी
मैं तोला नवावौ माथा महतारी आती-जाती''
''जय छत्तीसगढ़'' ''जय जोहार''

▪ **हिमांशी साहू**
बी.कॉम. (तृतीय वर्ष)

!! हर व्यक्ति का महत्व !!

एक बार एक विद्यालय में परीक्षा चल रही थीं। सभी बच्चे अपनी तरफ से पूरी तैयारी करके आये थे। कक्षा का सबसे ज्यादा पढ़ने वाला और होशियार लड़का अपने पेपर की तैयारी को लेकर पूरी तरह से आश्वस्त था। उसको सभी प्रश्नों के उत्तर आते थे, लेकिन जब उसने अंतिम प्रश्न देखा तो वह चिन्तित हो गया। सबसे अंतिम प्रश्न में पूछा गया था कि, ''विद्यालय में ऐसा कौन व्यक्ति है, जो हमेशा सबसे पहले आता है? वह जो भी है, उसका नाम बताइए। परीक्षा दे रहे सभी बच्चों के ध्यान में एक महिला आ रही थी। वही महिला जो सबसे पहले स्कूल में आकर स्कूल की साफ सफाई करती हैं।

दुबली पतली, सावले रंग की और लम्बे कंद की उस महिला की उम्र करीब 50 वर्ष के आस-पास थी। ये चेहरा वहॉ परीक्षा दे रहे सभी बच्चों के आगे धूम रहा था। लेकिन उस महिला का नाम कोई नहीं जानता था। इस सवाल के जवाब के रूप में कुछ बच्चों ने उसका रंग रूप लिखा तो कुछ ने सवाल को ही छोड़ दिया। परीक्षा समाप्त हुई और सभी बच्चों ने अपने अध्यापक से सवाल किया कि ''इस महिला का हमारी पढ़ाई से क्या सम्बन्ध है।'' इस सवाल का अध्यापक जी ने बहुत ही सुन्दर जवाब दिया। ''ये सवाल हमने इसलिए पूछा था कि आपको यह अहसास हो जायें कि आपके आसपास ऐसे कई लोग है जो महत्वपूर्ण कार्यों में लगे हुए है और आप उन्हें जानते तक नहीं। इसका मतलब आप जागरूक नहीं है।''

शिक्षा :- हमारे आसपास की हर चीज, व्यक्ति का विशेष महत्व होता है, वह खास होता है। किसी को भी नजर अंदाज नहीं करें।

पानी न हो तो,नदियाँ किस काम की,
आँसू न हो तो, आँखे किस काम की,
दिल न हो तो, धड़कन किस काम की।
अगर हम वतन के, काम ना आए,
तो यह जिंदगी .....किस काम की?

▪ **मोनिका कोसेर**
बी.एससी प्रथम वर्ष बॉयो.

TAEKWONDO MARTIAL ART

Introduction:- ताइक्वांडो मार्शल आर्ट का अर्थ ''युद्ध की कला'' है। ताइक्वाडो कोरिया की पारंपरिक मार्शल आर्ट है। जिसमें शारीरिक लड़ाई के साथ-साथ मानसिक और नैतिक सिद्धांतों पर भी ध्यान दिया जाता है। यह आत्मरक्षा का एक एक अनुशासित रूप है। ताइक्वांडो कोरियाई अभ्यासकर्ता डॉ. यंग किम ने विकसित किया था।

ताइक्वांडों के संस्थापक ''जनरल चोई होंग ही'' जिन्हें ताइक्वांडो के संस्थापक के रूप में व्यापक रूप से जाना जाता है। पहला ताइक्वांडो स्कूल (क्वान) 1945 में यॉंग चुन, सियाले, कोरिया में शुरू किया गया। 1945 से 1960 तक कई अलग-अलग स्कूल खोले गए।

ताइक्वांडो तीन कोरियाई शब्दों से मिलकर बना है, ताए (पैर) क्वोन (हाथ) और डो (कला)।

ताइक्वांडो ने 1988 के सियोल ओलंपिक में एजीबिशन ओलंपिक खेल के रूप में अपनी शुरूआत की थी और 2000 के सिडनी ओलंपिक में आधिकारिक पदक खेल के तौर पर शामिल हुआ था।

ताइक्वांडो में फिकिंग और पांचिंग तकनीकों का इस्तेमाल किया जाता है इसमे सिर की ऊंचाई वाली किक, स्पिनिंग जंप किक और फास्ट किकिंग तकनीक पर जोर दिया जाता है।

ताइक्वांडो में शिष्टाचार निष्टा, दृष्टा आत्मनियंत्रण और अदम्य भावना को महत्व दिया जाता है।

ताइक्वांडो मार्शल आर्ट के फायदे :-

ताइक्वांडो मार्शल आर्ट के कई फायदे है :-

शारीरिक स्वास्थ्य :- ताइक्वांडो की ट्रेनिंग से मांसपेशियाँ मजबूत होती है, लचीलापन बढ़ता है, और दिल स्वस्थ रहता है।

मानसिक स्वास्थ्य :- ताइक्वांडो से ध्यान केंद्रित करने में मदद मिलती है, अनुशासन और सम्मान की भावना आती है, और तनाव और चिंता कम होती है।

सहनशक्ति :- ताइक्वांडो में कठोर प्रशिक्षण से सहनशक्ति बढ़ती है।

आत्मविश्वास :- ताइक्वांडो में बच्चे सीखते है कि प्रतिद्वंद्वी का आकार मानसिक दृढ़ता से कम मायने रखता है।

वजन कम करना :- मार्शल आर्ट की ट्रेनिंग से पूरे शरीर को स्वस्थ रखा जा सकता है और वजन कम किया जा सकता है। एक घंटे की मार्शल आर्ट की ट्रेनिंग में 500 से 1000 कैलोरी बर्न की जा सकती है।

मार्शल आर्ट में कराटे, एकिडो, जुजित्सु, जूड़ो, केनपो, कुंग-फू, और हापकिडो जैसे कई और रूप भी है।

आत्मरक्षा :- ताइक्वांडो मार्शल आर्ट में पैरो का इस्तेमाल करके खुद का बचाव किया जाता है, ताइक्वांडो में, तेज किक, ऊँची छालांग और स्पिनिंग किक की तकनीके सीखी जाती है।

सेल्फ डिफेंस के तरीके :-

जागरूक बने नजर आएं, खुद को तैयार कर लें, अपने पास मौजूद हर चीज का करें इस्तेमाल, शरीर के सबसे कमजोर हिस्सों के बारे में जाने मौका मिलने पर भाग जाए, घबराना और डरना नहीं चाहिए।

ताइक्वांडों के कुछ प्रमुख किक :-

ऐक्स किक यानी नैरिएगो चैगी, फ्लाइंग बैंक किक यानी थाटी-मायो डवी चागी बैंक कि यानी द्वि चागी।

फ्रंट-बैंक, फ्रंट-फॉरवर्ड, साइड बैंक, साइड फॉरवर्ड, राउंड-बैंक और राउंड-फॉरवर्ड।

ताइक्वांडो मार्शल आर्ट, बेल्ट के प्रकार :-

ताइक्वांडो मार्शल आर्ट में कुछ छः प्रकार के बेल्ट होते है:-

(i) White
(ii) Yellow
(iii) Green
(iv) Blue
(v) Red
(vi) Black

बेल्ट का महत्व

व्हाइट बेल्ट :- सफेद बेल्ट मासूमियत का प्रतीक है। यह बेल्ट शुरूआती छात्राओं को डोबोक के साथ दिया जाता है। और सफेद बेल्ट पहनने के लिए किसी टेस्ट की जरूरत नहीं होती है।

पीला बेल्ट :- पीला बेल्ट, ताइक्वांडो की रंगीन बेल्ट रैंकिंग प्रणाली में दूसरा स्तर है। पीला रंग उस जमीन या पृथ्वी का प्रतिनिधित्व करता है जिसमें ज्ञान का बीज बोया गया है और बढ़ेगा।

Green Belt :- हरा, पौधो की वृद्धि को दर्शाता है क्योंकि ताइक्वांडो कौशल विकसित होने लगते है।

Blue Belt :- आकाश और स्वर्ग को दर्शाता है जिसकी ओर ताइक्वांडो प्रशिक्षण के दौरान पेड बढ़ता है।

Red Belt :- लाल रंग, खतरे को दर्शाता है, छात्र को नियंत्रण रखने के लिए सावधान करता है, और प्रतिद्वंद्वी को दूर रहने की चेतावनी देता है।

Black Belt :- ताइक्वांडो में ब्लैंक बेल्ट का मतलब है कि आपको मार्शल आर्ट के मूल सिद्धांतों की पूरी समझ है। ब्लैक बेल्ट हासिल करने के बाद, आप दूसरों को भी ये मूल बाते सिखा सकते है। ब्लैक बेल्ट हासिल करने के लिए आपको कई तरह के टेस्ट पास करने होते है। इस टेस्ट में मार्शल आर्ट की तकनीक, फॉर्म, स्पैरिंग और आत्मरक्षा में दक्षता दिखनी होती है ब्लैक बेल्ट हासिल करने के लिए कई सालो की ट्रेनिंग और अभ्यास करना होता है। ब्लैक बेल्ट हासिल करने वाले छात्रों ने अनुशासन कड़ी मेहनत और दृढ़ता का प्रदर्शन किया है।

▪ मंजू साहू
बी.एससी प्रथम वर्ष बॉयो.

संगीत का महत्व

संगीत एक ऐसी चींज है, जिसे गाने से हमारा तन-मन शांत हो जाता है, हम बहुत-सी चिंता से भी मुक्ति पाते हैं। संगीत हमारी आत्मा हैं। संगीत हमारा गर्व हैं।

संगीत में बहुत से राग, छंद आदि मौजूद होते हैं। जिन्हें हम अपनी संगीत में अनुभव और भावनाओं से प्रकट कर सकते हैं। संगीत हमारी पेशा का एक रूप बन सकता हैं, जिससे हमारी आर्थिक स्थिति सुव्यवस्थित हो सकती हैं।

संगीत में बहुत से सरगम, ताल, लय से मनुष्य में आनंद की उत्पत्ति होती हैं। संगीत से बीमार व्यक्ति भी ठीक हो सकता हैं। संगीत से उदास व्यक्ति को भी हम आनंद दे सकते हैं। यहाँ तक की नृत्य भी संगीत के बिना अधूरा हैं संगीत के लय और ताल से ही नृत्य संपन्न होता हैं।

सुबह-सुबह भगवान का संगीत या भजन सुनने से मन की शांति होती हैं। मन भक्तिमय हो जाता हैं। पूजा, अर्चना में भी हम संगीत का प्रयोग भगवान की आरती में करते हैं।

अतः संगीत हमारे जीवन का एक अभिन्न महत्वपूर्ण अंग हैं जिससे हमारा तन-मन और चित्त आनंदमयी होती हैं।

▪ दीपा पाल
बी.एससी प्रथमवर्ष (बायो.)

भरोसा

मैने मेरे मन में एक भरोसा पाला
उसे कभी कैद नहीं किया
वह जब-जब उड़ा फिर लौट आया
चिड़िया जैसे नन्हें पंख उगे
धरती के गुरूत्व के विरूद्ध पहली उड़ान
पहला लक्षण था आजादी की चाहत का
भरोसा के भीतर एक और भरोसा जन्मा
और ये सिलसिला चलता रहा
अब इनकी संख्या इतनी है
कि निराश होने के लिए
मुझे अपने हर भरोसे के पंख मरोड़कर
उन्हें अपाहिज बनाना होगा।
करना होगा कैद जो मैं कर नहीं पाऊँगी
हैरानी! मैं ऐसा सोच भी पाई
अपनी इस सोच पर शत घंटो सोचा
खुद पर लानते फेंकी मन ग्लानि से भर उठा
आँखों के कोने भीगते गए
और फिर इक्कठा किया अपना सारा प्यार
उनके सतरंगे पंखो को आजादी के एहसास से भरते देखो
सुबह तक वे एक लम्बी उड़ान पर निकल चुके थे
उनकी अनुपस्थिति में मैं निराश!
पर जान पा रही थी की शाम तक वे लौट आएँगे
यह वह भरोसा है।
जिनके पंख अभी उगने बाकी है जो अभी ही जन्मा!

▪ राधिका सोनवानी
बी.एससी तृतीय वर्ष (बायों.)

कहाँ गए वो दिन

कहां गए वो दिन, जब खेला करते थे खेल भिन्न-भिन्न। खेल तो आज भी है, खेल तो आजभी है, पहले खेल बाहरी थे, अब चार दीवारी है।
कहां गए वो दिन, जब खेला करते थे खेल भिन्न-भिन्न। एक बड़ा सा आँगन था, जिसमें, खुशियों का आगमन था, खुशियाँ तो आज भी है,
खुशियाँ तो आज भी है, फर्क सिर्फ इतना है कि,
पहले अपनों से हुआ करती थी, अब यंत्रों से हुआ करती है।
कहां गए वो लफ्ज, दूर होता था जिनसे हर मर्ज, बाते तो अब भी है, बातें तो अब भी हैं,
पहले मिलके हुआ करती थी, अब फोन पर हुआ करती हैं।
कहां गए वो समा, जब सब होते थे खाने को एक जगह जमा, खाना तो आज भी है, खाना तो आज भी है।
पहले माँ हाथों से खिला दिया करती थीं, अब फोन और टी.वी. चला दिया करती है। भगवान ने एक खेल रचाया, कोरोना का कहर मचाया, सबको साथ में फिरसे लाया।
वक़्त का बदल गया है फेर, प्रौद्योगिकी ने इंसान को लिया है घेर, नशा ऐसा जो अपनेपन को कर
सब पास तो है, पर साथ नहीं, तन घर पे है, मन और कहीं।
करिश्मा का सबको वही है संदेश, टेकनोलॉजी से जरूर आगे बढ़ेगा देश।
ऐ इंसान ना फस इस माया जाल में, अपनों के साथ वक्त बिता हर हाल में।
कहाँ गए वो दिन, कब लौट के आयेंगे वो दिन कब लौट के आयेंगे वो दिन।
धन्यवाद।

▪ करिश्मा भारती
बी.एससी तृतीय वर्ष (बायों.)

जीवन में सफलता कैसे पाए

कुछ करने व पाने व सीखने की ललक हमें सफलता की ओर ले जाती है। यदि मन में कुछ चाह न होगी तो कुछ कर पाने की इच्छा भी न होगी। जीवन तभी सजीव व सुन्दर दिखता है, जब मन में कुछ करने का जोश व जुनून होता है। यदि ऐसा न हो तो लगता है कि केवल जीवन को ढोया जा रहा है। इसका सार्थक उपयोग नहीं हो पा रहा है। कुछ ऐसी महत्वपूर्ण बाते है। जो हमें न केवल सफल व्यक्ति बनती है। बल्कि जीवन के सार्थक होने के एहसास भी दिलाती है -

1. लक्ष्य का निर्माण - सबसे पहले तो यह तय करना जरूरी होता है कि हमे क्या करना चाहिए और इसका निर्धारण हमें अपना खुशी से करना चाहिए। तभी हम अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए तन-मन से प्रसार कर सकेंगे। लक्ष्य को भेदना लक्ष्य को पाना आसान नहीं होता है। मार्ग में कई तरह के अवरोध आते है समस्याओं और तरह-तरह चुनौतियाँ में सामना होता है इन सबसे जुड़ने पर कार्य में मन को रमाने पर ही लक्ष्य तक पहुँचा जा सकता है।

2. नया करने और सीखने की लगन - व्यक्ति की उम्र चाहे जो भी सीखने की लगन रखनी चाहिए। कई लोग यह भी सोचने लगते है। बहुत सीख लिया, अब और सीखकर क्या करना है। व्यक्ति की इस तरह की सोच उसके अन्दर आगे बढ़ने की ललक को रोक देती है। चूंकि सीखने की कोई उम्र नहीं होती है। इसलिए सीखने की उम्र पर कोई सीमा निर्धारित नहीं करनी चाहिए और ज्ञान की व्यास हमेशा रखनी चाहिए।

3. सकारात्मक सोच - जीवन में आगे बढ़ने और सफल होने में सकारात्मक सोच की अहम भूमिका होती है। जब व्यक्ति की सोच सकारात्मक होती है तो वह सफलता से आगे बढ़ता है। क्योंकि इस राह में अनेक ऐसे पड़ाव आते है। जहाँ पर बुरे अनुभव मिलते है। जो मन को हतोत्साहित करते है। लेकिन सकारात्मक सोच मन के हतोत्साह के सफलता से बदल होती है। इसलिए सकारात्मक सोच आपनानी चाहिए।

4. योजना निर्धारण - योजनाएँ हमे लक्ष्य तक पहुँचाने का मार्ग बताती है, जिन पर चलकर हम अपनी मंजिल की ओर बढ़ते है। इसलिए क्योंकि निर्धारण में बहुत सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि यदि योजनाएँ विफल होती है। तो मन अपने लक्ष्य से दूर हो जाता है। योजनाओं का निर्धारण जितना जरूरी होता है। उतना ही जरूरी यह भी होता है। कि हम योजनाएँ हमारी कार्यक्षमता के अनुरूप ऐसी होनी चाहिए। जिन पर हम योजना के अनुरूप सही गति से आगे बड़े इसलिए योजनाएँ हमारी कार्यक्षमता के अनुरूप ऐसी होनी चाहिए। जिन पर हम सगुमता पूर्वक चल सके।

5. जल्दबाजी न करे - जल्दबाजी के साथ कोई भी किया गया काम हमे कभी भी गलत रास्तों पर चलने के लिए मजबूर कर सकता है। इसलिए हर कार्य को पर्याप्त समय देते हुए करे और संयम बनाए रखे। क्योंकि यही संयम हमे निरंतर आगे बढ़ने की प्रेरणा देता है।

6. घर से न घबराएँ - हार से न घबराएँ बल्कि इसके मिलने पर अपनी उन कमियों को देखने का प्रयास करे। ताकि जिसके कारण असफलताएँ मिली और उन्हें दूर करना चाहिए।

''सफलता एक चुनौती है इसे स्वीकार करो।
क्या कमी रह गया देखो और सुधार करो।
जब तक न सफल हो नींद चैन को त्यागे।
हमारे कुछ किये बिना जय-जयकार नहीं होती।
कोशिश करने वाले की कभी हार नहीं होती''!!

▪ जस्मी साहू
पीजीडीसीए

बचपन और शैतानी

हमें अक्सर याद आता है वो गुजरा जमाना, वो पिता जी के साथ बैठ साईकल, पर पहले दिन स्कूल को जाना।

गजब था अध्यापकों का वो दाएं हाथ से बाएं कान को पकड़वा कर, हमारी उम्र का अंदाजा लगाना।

हमें अक्सर याद आता है वो गुजरा जमाना, एक रूपया मिलने पर वो सौ तरह के सपने सजाना, फिर दुकानदार को ये भी दे-दो वो भी दे-दो कहकर खूब सताना।

छुट्टी के दिन माँ जरा देर से जगाना, फिर खुद ही पहले जाग दोस्तों के साथ मिल छुक-छुक कर रेल तो कभी साईकल के टायरों से दौड़ लगाना।

हमें अक्सर याद आता है वो गुजरा जमाना, कुछ पसंद का न मिलने पर हमारा वो रूठ जाना, फिर पिता जी के डॉटने पर वो माँ का प्यार जतना,

घर के आंगन में मिट्टी से सपनों के महल बनाना, कभी कागज की करती तो कभी बना जहाज कागज का फुर्र-फुर्र कर उड़ाना।

कहाँ मुनकिन है उन सभी बातों को लिख पाना।
कहाँ मुमकिन है उस दौर से फिर ये गुजर जाना,
कहाँ मुमकिन है उस सच्ची हँसी को फिर हँस पाना।

▪ करिश्मा भारती
बी.एससी. तृतीय वर्ष

कुछ रीत जगत की ऐसी .....

'रीत का अर्थ जो सदियों से परम्परा चली आ रही है। तो कुरीति क्या? कुरीति का अर्थ कुछ ऐसी परम्पराएँ जो हमने अपने स्वार्थ के लिये बनाई है। आज एक ऐसी ही कु-रीत के बारे में हम बात करेंगे 'दहेज'। दहेज एक कुप्रथा है जो शायद सदियों से चली आ रही है।

दहेज एक रूढ़िवादी सोच की उपज है। दहेज में वधु पक्ष, वर पक्ष को अपनी क्षमता से अधिक देते है। बहुत सारी युवतियां इसी कारण से आत्महत्या कर लेती हैं, कि उसके कारण उसके परिवार को कितना कष्ट हो रहा है या एक असहाय बाप जो अपनी क्षमता से अधिक दहेज नहीं दे सकता वो भी आत्महत्या जैसा बढ़ा कदम उठा लेता है। दहेज के लिए बहुओं को ससुराल में प्रताड़ित किया जाता है, यह सारी बातें तब समझ में आती थी जब नारी अशिक्षित थी। परन्तु आज एक नारी हर कार्य के लिए सक्षम है अगर आज वो उठकर खड़ी हो जाये न तो सारी कुप्रथाएँ वही रूक जायेंगी। माना की हमारे भारत में सारी महिलाएँ शिक्षित नहीं है पर जो है वो तो इसके खिलाफ आवाज उठा सकते है। अशिक्षित औरते जो इस बात की गंभीरता को समझते है वो भी आवाज उठा सकते है।

परंतु शायद आज हममें कुछ कभी है हम एक जुट नहीं है। अगर हर स्त्री यह ठान ले तो मुमकीन है। मुमकीन है इस प्रथा को रोकना। क्योंकि अगर हमारी चाह जग गई न इस प्रथा को रोकने के लिए तो यह सफलता अपने आप मिल जाएगी।

मैं जानती हूँ जो भी इस आर्टिकल को पढ़ेगा उसमें भी जोश आयेगा, इस आर्टिकल को पढ़ते वक्त, पर वो ठण्डा हो जाएगा यह खत्म होते हुए, क्योंकि कुछ बदलने के लिए बहुत बड़ी जंग, लड़नी पड़ती है जो शायद हम स्त्रियाँ नहीं कर पाएंगी।

''कभी न कभी तो जरूर जगेगीं,
हमारे मन में चाह भी,
इस कुप्रथा को बंद करने की,
जब हमारे घर की बेटी भी,
अपनी जान दे गी,
तब शायद हम जाग जाएँ''।।

▪ एकता जैन
बी.कॉम. तृतीय वर्ष

हसगुल्ले

- बेटी - माँ मेरी ऊंगली कट गई है, क्या लगाऊँ।
  माँ - स्टेटस लगा, स्टेटस

- टीचर - खरगोश और कछुआ की कहानी से क्या सीख मिलती है?
  स्टूडेंट - रेस भले हार जाओ, पर नींद पूरी होनी चाहिए।

  पिता - पढ़ ले नालायक, कभी तूने अपनी कोई बुक खोलकर भी देखी है...।
- बेटा बोला - हाँ, पापा देखी है, बल्कि रोज देखता हूँ उसे.....।
  पिता - कौन सी बुक पढ़ने लगा है तू.....
  बेटा बोला - फेसबुक

- बबलू - तू स्कूल क्यों नहीं जाता ?
  पप्पू - कई बार गया अंकल वो वापिस भगा देते है।
  बबलू - क्यों ?
  पप्पू - कहते है, भाग तेरा क्या काम लड़कियों के स्कूल में।

- सास - बेटा खीर खाओगे या रबड़ी ?
  दमाद - क्यो घर में एक ही कटोरी है क्या।

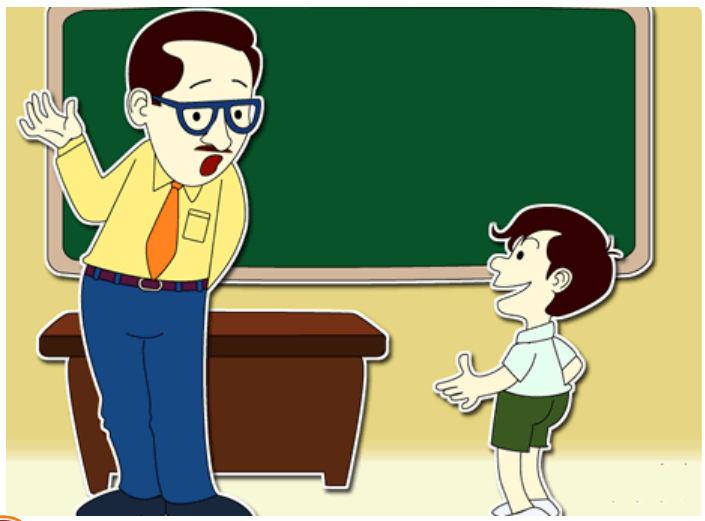
- राजू - यार शादी के जोड़े कौन बनाता है ?
  काजू - भगवान बनाता है।
  राजू - मैं तो दर्जी को सिलने दे आया।

- टीचर - बच्चों बताओं, घर-घर शौचालय बनाने के क्या फायदे है ?
  मोनू - मास्टर जी, वातावरण शुद्ध रहता है।
  टीचर - शाबाश .....और दूसरा.....
  मोनू - आगे नहीं सरकना पड़ता।

- मास्टर - जिनकी पैदाइश सन् 1980 की है उसकी उम्र इस समय क्या होगी ?
  शिष्या - पहले यह बताइये.....वह स्त्री है या पुरूष।

- संता - डॉक्टर के पास गया...
  डॉक्टर ने पूछा - कौन सा ग्रुप है आपका
  संता - आजाद परिन्दे ।
  डॉक्टर - अरे ब्लड ग्रुप पूछ रहा हूँ वाट्सअप की औलाद।

- मोनू फिजिक्स का एग्जाम देने गया पेपर में सवाल पूछा गया
  सवाल - कौन सा लिक्विड गर्म करने पर सॉलिड बन जाता है ?
  मोनू का जवाब - बेसन के पकौड़े।



“Matter of Perspective"

"I can squeeze myself into the subway car. People are crowed all around me. I can either get annoyed or think it's fun that I don't have to grab a handrail.

People read differently to same situation, If we look at it more loosely, We see it's not the situation that is troubling us, but our perspective on it.

- Haemin Sunim

The way we think actually is the way we spend our life. Many times we have worries about work and deadlines. But from the perspective of a person who is recovering from illness and sitting idle, work and deadlines are given to them. There is a story of two people Mai and Ben, "The view from Bridge" :-

In a quiet town, an old bridge arched over the shimmering river, connecting two.

neighborhood: one vibrant and bustling, the other quiet and serene. Each side offered a unique perspective on life. On the bustling side lived Mia, a college student who thrived on energy and excitement. She spent her days in cafes, surrounded by friends, laughter, and the hum of activity. The bridge, for her, was a shortcut to the heart of the town always alive, always moving.

On the other side lived Ben, a retired fisherman who enjoyed the peace of nature. He spent his morning casting lines into the river, finding solace in the quiet rustle of leaves and gentle lapping of water. To him, the bridge symbolized stillness, a place to reflect and watch the world unfold at its own pace. One day, Mia rushed across the bridge, late for a meeting. She noticed Ben sitting on a bench, his eyes closed, a content smile on his face. She scoffed lightly, thinking he was wasting his time doing nothing. "Don't you ever get bored?" she called out half joking.

Ben opened his eyes and chuckled "Boredom is a choice. I find beauty in the stillness”

Intrigued but unconvinced, Mia continued on, her thoughts buzzing with tasks and plans. But that evening, after her meeting, she felt restless and unfulfilled. She decided to walk back across the bridge, the sunset painting the sky in hues of orange and pink.

As she reached the middle she paused. The river sparkled beneath her, and she took a deep breath inhaling the crisp evening air. That's when she noticed the small details : the way the light danced on the water, the gentle sway of the trees, and the distant call of birds settling in for the night.

Just then Ben appeared beside her, "See something new"? he asked with a knowing smile. Mia nodded, feeling the weight of her earlier judgment lift. "I never realized how beautiful this moment could be".

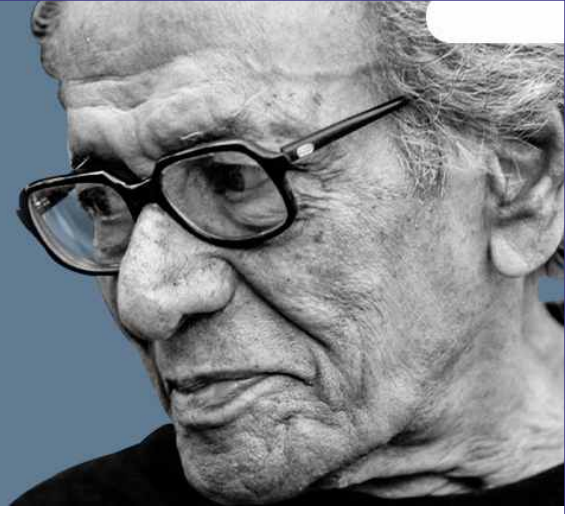
Ben gestured to the horizon "sometimes you have to slow down to appreciate the view"

From that day on, Mia began visiting the bridge more often, learning to balance her life with moments of stillness. Ben, in turn, became curious about her world, asking her about the vibrant energy of the town. Ben discovered the thrill of embracing life's bustling moments. Together, they found that the bridge was more than just a connection between two **neighborhoods -** it was a reminder that different perspectives could enrich their lives in ways they never imagined.

Just like Ben and Mia, we can change our perspective, think of life differently and make it more enjoyable.

▪ **Rohini Sahu**
B.Sc. I (Bio)

ICONS OF CHHATTISGARH



Chhattisgarh is known as the hub of talented minds. It has given a lot of gems to our mother India in various fields. Let's have a look at some famous personalities who add glitter to Chhattisgarh's glory.

Literature

Habib Tanvir :- Habib Tanvir was one of the most popular Indian Urdu, Hindi play writer, theatre director, and actor. His Famous and successful works are Charandas Chor, Agra Bazar, More Naam Damad, Yaon ka Naam, Sasural and many more. He received Padma Bhushan and Sangeet Natak Academy Award for theatre direction.

Surendra Dubey :- Surendra Dubey is an Indian artist and writer of comic poems. An Ayurvedic physician by profession, he was born on 8th January 1953 in Bemetara, Durg in the Indian state of (C.G.) Chhattisgarh. He has authored many books and has appeared on stage and television shows. He is also awarded with Padam Shri for his work.

Musicians

Anupama Bhagwat :- Anupama Bhagwat is an Indian Sitar maestro born in Bhilai, Chhattisgarh. She stood first in the All India Radio competition in 1994 and was awarded a National scholarship by the India Ministry of Human Resource Development of India. She has performed in the United States and Europe.

Shekhar Sen :- Shekhar Sen is a singer, music composer, lyricist and actor. He is famous for his monoact musical plays Tulsi, Kabeer, Vivekanand, Saahab and Soordas which are researched, written, composed, enacted and directed by him. He was honoured with Padma Shri in 2015 and also appointed as chairperson for Sangeet Natya Academy by the Indian Government.

Artists

Teejan Bai :- Teejan Bai is an exponent of Pandavani, traditional performing art form, from Chattisgarh, in which she narrates tales from the Mahabharata , with musical accompaniments. She is honoured with Padma Shri (1988), Padma Bhushan (2003) Sangeet Natak Academy Award (1995) & Fukuoka Prize to honor her outstanding work in preserving Asian culture.

Triambak Sharma :- Triambak Sharma is an Indian cartoonist. He founded Cartoon watch in 1966, India's only monthly cartoon magazine which connects well known Indian cartoonists like Akatsuki, R.K. Laxman and many others. He established Animation Academy in 2019 in Raipur

Cinema -

Anurag Basu :- Anurag Basu is the Famous director and producer of Bollywood Film industry. He was born in Bhilai, Chhattisgarh. Basu achieved initial success with his films tackling the themes of passion & adultery in films such as - 'Life in a Metro', 'Murder' & 'Gangster' etc.

Civil Servants :-

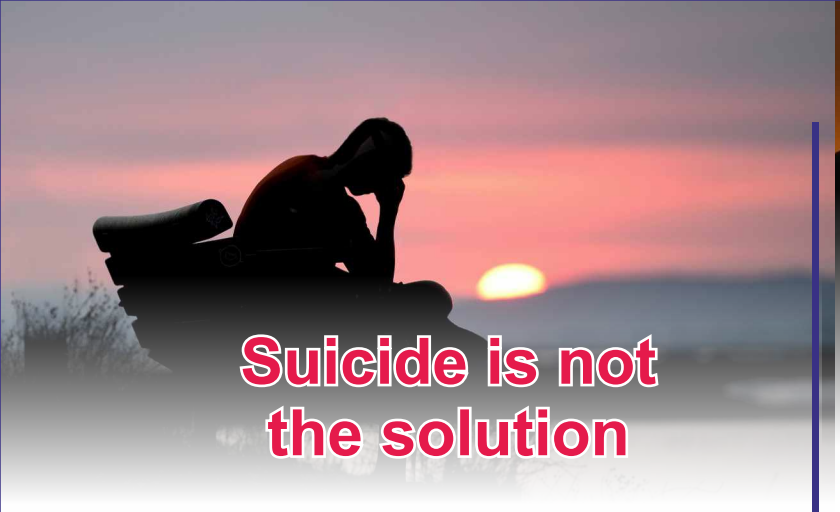
Vinod Chaubey :- Vinod Kumar Choubey was an Indian Police Service Officer of 1998 batch who was killed in an encounter with naxalites in the Rajnandgaon ambush in July 2009. Choubey was Posthumously awarded with the Peacetime gallantry award Kirti Chakra.

Naik Kaushal Yadav :- Naik kaushal Yadav was a squad commander in 9 para. He fought in 1999 kargil war between Indian and Pakistan. He was awarded India's third highest gallantry award Vir Chakra posthumously. There is a college named after him, the Government Shahid Kaushal Yadav College in Durg.

Scientists -

Atanu Kumar Pati :- Dr. Atanu Kumar Pati is an Indian Zoologist. He received the UGC research award in 2002. He served in the International Society of Subterranean Biology as its council member from 2004 to 2010. He has served at International society for Chronobiology as its President from 2008 till 2017.

▪ **Nisha Yadav**
B.Sc. 1st Sem. (Bio)



Suicide is not the solution

The suicides in Kota point to a larger crisis in India's higher education sector where careers in engineering and medicine are highly perceived as the means or a ticket to a better life. No wonder that 250,000 students from across the country flock to Kota for training in its 300 or more coaching institutes.

The city has become the hub for aspirants who are desperate to crack the highly competitive engineering and medical entrance examinations and the coaching institutes have cashed in on the demand. Coming from small towns, students are under tremendous family and social pressure to be one among the few who finally make it through.

1 million students who appear for the JEE exam, only 10,000 qualify for 23 IIT's and 2 million who sit for the NEET exam, only 1,40,000 have their seat at a medical college.

Students study for 18 hours a day, seven days a week, with no time for any leisure. Fortnightly exams with marks being the sole identity of a student add to the teenager's stress & anxiety.

The National Crime Records Bureau (NCRB) reported in 2020 that a students took their own life in every 42 minutes or 34 students died by suicide everyday.

Many initiatives are taken against this situation in Kota but the result is not seen yet. The Government should take the big step to control the situation.

▪ **Poonam Choudhary**
M.Com 3rd Sem.

Teenage Insecurities & Self Love

- Prashiko Lakkewar

“ Insecurity kills all that is beautiful."

"You have been criticizing yourself for years and it hasn't worked .

Try approving yourself and see what happens." - Louise Hay.

There was a girl who often felt unhappy about how she looked, her body, and how smart she was. She thought others were always better than he this made her lose confidence. She kept comparing herself with people around her, which made her feel worse. Because of this, she couldn't do well in her studies and always felt like she wasn't good enough.

At school, she struggled. Even when she knew the answers, she doubted herself, thinking others were smarter. Her grades dropped, and she felt stuck in a cycle of self-doubt and insecurity.

One day, she decided she had had enough. She realised that always comparing herself to others wasn't helping her. She started trying to love and accept herself. She made a list of things she liked about herself, no matter how small. Slowly, she focused more on her strengths.

It wasn't easy, but over time, she began to feel better. She saw that everyone had their own problems, even those she thought were perfect. She stopped worrying about being like others and started believing in herself.

Her confidence grew, and she began doing better in school. She stopped being scared of failing and started trying harder. Her grades improved, and she ranked higher in exams. She felt proud of herself, not because she was better than anyone else, but because she believed in her own abilities.

In the end, she did great in her studies and in life, not by comparing herself with others, but by trusting and loving who she was.

▪ **Prashika Lakkewar**
B.Sc. I Year

Child Labour

Child labour is a form of exploitation in which children are forced to work, often in hazardous and dangerous conditions, on little or no pay. They are typically employed in the informal sector, such as in the home or on the street, and can involve long hours and hazardous work. Child labour is a violation of human rights and has been linked to a wide range to negative, physical, social and psychological outcomes for those who are subjected to it.

Not all children in India are lucky to enjoy their childhood. Many of them are forced to work under inhuman conditions where their miseries knowns no end. Though there are laws banning child labour, still children are continued to be exploited as cheap labour. It is because the authorities are unable to implement the law meant to protect children from being engaged as labourers. Unfortunately, the actual number of child labourers in India goes un-detected. children are forced to work is completely unregulated conditions without adequate food, proper wages and rest. They are subjected to physical, sexual and emotional abuse.

Factors such as poverty, lack of social security, the increasing gap between the rich and the poor have adversely affected children more than any other group. We have failed to provide universal education, which results in children dropping out of school and entering the labour force. Loss of job of parents, armed conflicts and high costs of the healthcare are other factors contributing to child labour.

Due to high poverty and poor schooling opportunities, child labour is quite prevalent in India, child labour is found in rural as well as urban areas. Children compromise 40% of the labour in the precious stone cutting sector. They are also employed in other industries such as mining, Zari & Embroidery work in clothing industry, dhabas, tea stalls and restaurants and in homes as domestic labour.

Government authorities and civil society organizations need to work in tandem to free children engaged in labour under abysmal conditions. They need to be rescued from exploited working conditions and supported with adequate education. Above all, there is a need to mobilize public opinion with an aim to bring about an effective policy initiative to abolish child labour in all its forms.

- **Nazma Khatun**
  B. Com III

Are you Literally Literate ?

Nowadays access to school or college has become easier even in the rural areas, as the government encourages and facilitates education free or at low cost to people. Surprisingly, we are still far behind the queue economically. People also claim that they are not earning much after having high qualification degrees.

We may consider the government not providing employment, overpopulation, lack of sources or some other personal issues resisting the development of our country. But the factor lacking us grow is inappropriate education. Education may not only be defined "as the studies of books at school/college" but also the transmission of knowledge, skills, and character traits manifesting in various forms.

We could have a lot of degrees but if you don't think of serving people around, you are not literate enough. "Literacy is not about the degrees you have; it shows how you interact with people physically or mentally." Real education is the discipline you learn from your surroundings. In my perspective, a person who never went to a school, but knows how to survive at any level, he is truly literate.

Education never makes you greedy for having higher designation jobs. And jobs like doctors, Professors, Scientists, Policemen, Officers, Engineers, Teachers & Fruit seller, Farmer, Rag Picker, Sweeper, Cobbler, Peon, Office Workers, Helpers etc. would seem unbiased. Education teaches you the

importance & to respect each profession.

Lack of education makes people have less faith in their own opinion even if they are right. They get convinced easily to do whatever the whole world is doing whether it is wrong or right. In this way they lose their own identity.

One who wants to do something for themselves, then they must be well educated. This could be done by adding some more skills along with studies. Like be confident if you are right, considering everything in your surrounding is worthy, promoting help, etc these activities will make one develop inner peace, helping them think positively and effectively.

Raksha Jaiswal
B.Sc. III year (PCM)

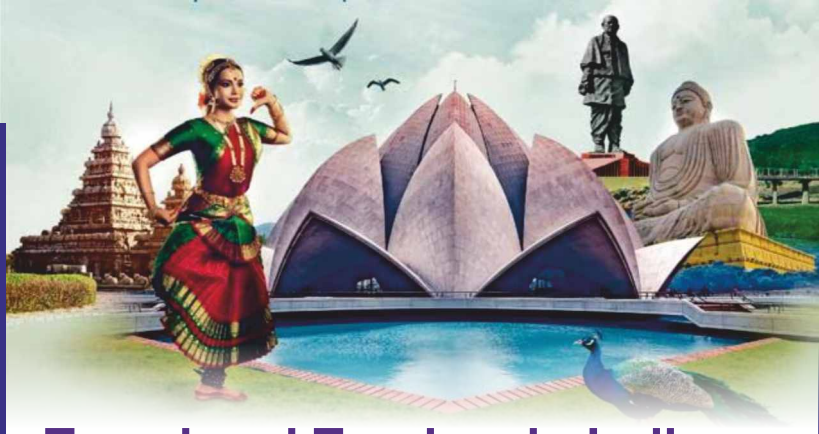
SUCCESS

Success is the goal of the hard work everyone has gone through in their life. Hard work is the most important key to success. Achievement without hard work is impossible. There are no such things as achievement or success by luck. We should work hard and use our time properly to make our life's dream come true. Success comes only to those who sincerely work hard and work accordingly to make their dream come true.

Whether in academics, career, relationships or personal development, success is often measured by the fulfilment of predetermined objectives and the sense of accomplishment it brings. Success is a very powerful word. Many of us run behind it. Many of us want to conquer it. Success is of great value, more than power or fame. Hard work is the master key to success. There are many ways in the world to be successful. But most people think of celebrities, artist, politicians and businessmen whenever they hear the word success. We all know that we can't achieve success without sacrificing many things in our lives. Success also demands that sacrifices will not go in vain if you achieve your goal.

To sum it up, we can say that success is like a seed that needs a balanced proportion of all the elements of life and no one can achieve success in one day they have to go through and face different conditions in life for being successful. Above all success is the feeling of fulfilment that you feel when you achieve your ultimate goal.

▪ **Rimi Biswas**
B.Com II



Travel and Tourism in India : A Developmental Perspective

India, a land of diverse cultures, rich heritage, and breathtaking natural beauty, has emerged as a significant player in the global tourism industry. With its vibrant cities, ancient monuments, and serene landscapes, India offers a unique travel experi-ence that caters to diverse interests and preferences.

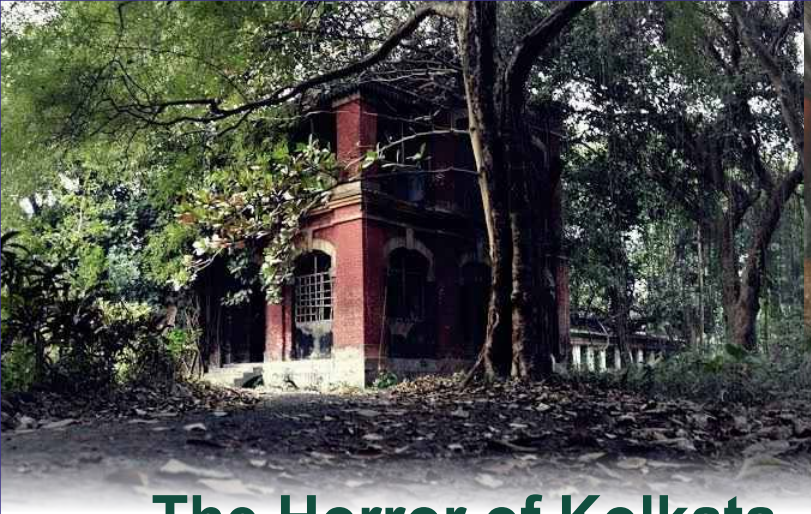
From a developmental perspective, travel and tourism have the potential to contribute significantly to India's economic growth and social development. The sector has been identified as a key driver of employment generation, foreign exchange earnings, and infrastructure develo-pment.

According to the World Travel & Tourism Council (WTTC), the travel and tourism sector in India generated over 40 million jobs and contributed 9.2% to the country's GDP in 2020.

To harness the full potential of tourism, the Indian government has launched several initiatives aimed at improving infrastructure, enhancing tourist facilities, and promoting cultural heritage. The "Incredible India" campaign, for instance, has been successful in showcasing India's rich cultural diversity and natural beauty to a global audience.

As India continues to grow as a major tourist destination, it is essential to adopt sustainable tourism practices that balance economic development with environmental conservation and social responsibility. By doing so, India can ensure that the benefits of tourism are equitably distributed and that the sector contributes to the country's overall development and well-being.

▪ **Sweta Rao**
B.Com I Year 'B'



The Horror of Kolkata

This Independence Day,
This Independence Day,
We were more shameful
neither proud nor joyful
as we realized, still there're demons in the form of humans.
It's truly said,
When white apron turned red
Independence made no sense
It's too brutal and disgusting!
How can someone be so lusty?
To cover up their bad deed
They made an innocent bleed
All her sacrifices and dreams
Shattered into pieces and screams
It wasn't her fault
Safety matters a lot!
The land where girls,
are considered as Goddess
Now, cruelty and inhumanity surpass
The Society not quenches
Till judiciary makes actions and changes
Don't tell her not to go out at night,
Instead teach her to fight
Tell him not to dare,
Instead show respect and care!

▪ **Khushboo Sahu**
B.Com III (Computer)

The Need for Climate Action

The devastating impact of climate change is undeniable. Rising temperatures, melting ice caps, and extreme weather events are just a few of the alarming consequences of human activities on the environment. Despite the mounting evidence, the world's response to this crisis has been woefully inadequate.

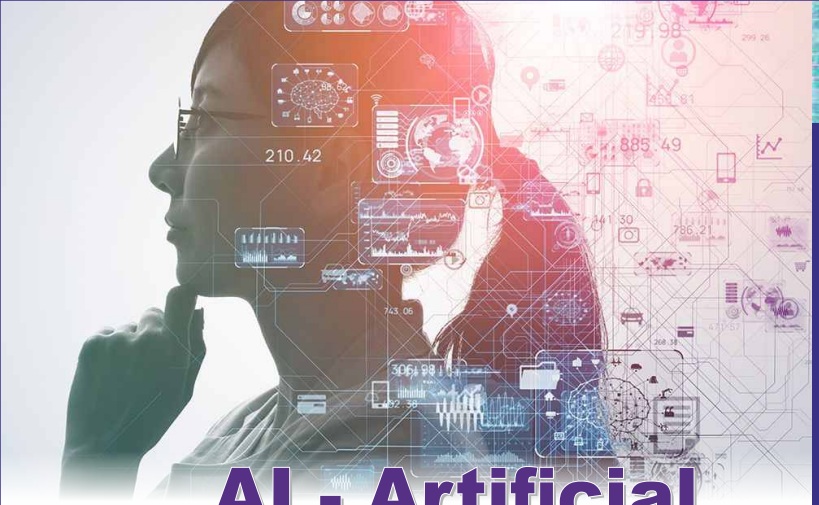
The latest IPCC report serves as a stark reminder of the urgent need for collective action. The window for limiting global warming to 1.5°C above pre-industrial levels is rapidly closing. Yet, many governments and corporations continue to prioritize short-term gains over long- term sustain ability.

The responsibility for climate action extends beyond governments and corporations. Individuals must also acknowledge their role in perpetuating this crisis and make conscious choices to reduce their carbon footprint. This can include simple actions like reducing energy consumption, using public transport, and adopting a plant-based diet.

The fight against climate change requires a collective effort. We must demand more from our leaders, hold corporations accountable for their environmental impact, and take personal responsibility for our actions. The future of our planet depends on it. We owe it to ourselves, our children, and future generations to act now.

Let's work together to create a sustainable future. The time for climate action is now.

▪ **Swalia Parveen**
B.Com III



AI - Artificial Intelligence

- Today every human activity is easier due to arrival of new and fast pace technologies. One of the famous technologies is Artificial Intelligence.
- It is new technology in the field of computer science - Artificial Intelligence. It is the combination of two words Artificial and Intelligence. Artificial Intelligence machines perform functions such as learning, planning, reasoning and problem - solving. Most noteworthy Artificial Intelligence is the simulation of human Intelligence by machines. It is probably the fastest growing development in the world of technology and innovation.
- John MC - Carthy (1927-2011) as American computer scientist first used the term Artificial Intelligence. He is regarded as the Father of AI.
- There are many different applications of AI including: Machine translation spam filtering, self-driving cars, facial recognition, fraud detection improve public safety, digital, assistants Robot, entertainment and social apps. Disease diagnosis personalized learning, improved student engagement.
- AI has come into our daily lives through devices and the internet. Government and businesses are increasingly making use of AI tools and techniques to solve business problems and improve many business processes especially online ones. Ultimately the end goal of AI is to enhance human lives, improve efficiency, ranging from healthcare and environmental sustainability.

▪ **Saniya Bano**
B.Com-II

Women Safety in India

Women safety is a big concern in India, here people worship Sita, Savitri, Durga, Laxmi and other goddesses, but the real women never feel safe here. Every day in the newspaper and television we come to know about so many cases of violence, rape and assault on women. The cases have rapidly been increasing as women are stepping out of their homes to work and to explore the world and make a mark for themselves in the world.

There are different ways used by men to dominate women, for instance, sexual harassment, rape, domestic, violence etc. The major problem is rape. It is sinister and has no limits. It does not spare anyone, not even a 10-month-old child or a 50-year-old lady.

Various measures can be taken to ensure women's safety. Such as the government needs to implement stricter laws and ensure exemplary punishment to the criminals, fast track courts must be served to assure Justice to the victim quickly.

These steps will set a great example for all men and they will never think to attempt such crimes against women. Also, men must be educated to respect women from childhood. Though women have been given equal rights as men it is not followed completely yet. Men must be taught to respect women from an early age. They should not harm women in any way. Some of the crimes against women are rape, honor killing, child abuse, dowry, acid attack, child marriage. More women must be taught self-defence techniques. Laws must be made stricter relating to crimes perpetuated against women. "Let us all respect women". "All nations have attained greatness by paying proper respect to women." That country and that nation which do not respect women have never become great, nor will ever be in future."

▪ **Ishrat Parveen**
B.Com II

Impact of Childhood Trauma on Adults

Childhood trauma refers to a scary, dangerous, violent or life-threatening event that happens to a child when he/she is 10-18 years of age. ACEs study included so many adverse experiences like physical, sexual emotional and household substance abuse. One of them is the experience related to family issues (mother treated violently, household mental illness, parental separatism or divorce, incarcerated household member etc.)

Here are some highlights about our childhood experiences, especially those with our parents and teachers, which leave a lasting mark on who we become as adults. The way we interacted with them and the meaning we attached to those interactions, how we think, act and relate to others throughout our lives.

For instance, it we had supportive parents who encouraged us and provided us a stable environment, we're more likely to feel confident and successful as adults. On the flip side, if our childhood was marked by neglect or abuse, we night struggle with trust issues or low self- esteem later on in life as adults.

One important thing to note is that children's personalities don't just disappear as they grow up- the personalities of their childhood stick with them and continue to shape their lives. Research shows that traits like conscientiousness, which develop early on, have a big impact on our well-being as adults.

They affect everything from our health to our friendship to how competent we feel in mastering life's challenges, so, when we talk about how childhood experiences influence adult behaviour, it's not just about looking back it's about understanding how those early experiences still play a role in who we are today and who we will become tomorrow.

The symptoms of traumatic stress look different in each child and at different ages. In adults they exhibit a range of symptoms including - mental health disorder, difficulty with relationships, flashbacks or nightmares and chronic illness.

In childhood those who experience trauma may have difficulty with relationships like intimacy issues, trust issues, distorted perception of the society etc.

The manifestation of childhood trauma can vary greatly between individuals.

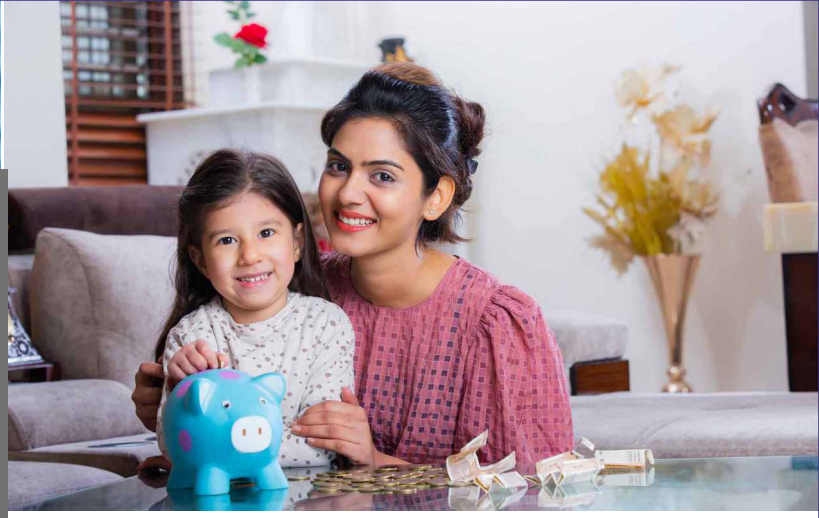
Healing of childhood trauma may be challenging but we have to know that the challenges you face today will soon be memories and the happiness you feel now is a moment to cherish forever. Make the most of each moment in your life and keep moving forward with a positive mindset. Change is the only constant.

Priyanka Kosariya
B.Sc.III (Computer Science)

Love as in Commerce

Love can be called as an Intangible Asset,
But it is surely a fixed one.
It is also the Goodwill of the business firms,
Where firms are the human souls.
It changes its form as
Capital in the Balance sheet and is the
Summation of commitment & special care
Where the former being Assets & Latter as Liabilities.
It should always be credited as
Net profit in the profit and loss account,
Should be debited as surplus in
The income and Expenditure Account.....
The admission is retired, once retired
Then not possible to be Re-registered.
If death occurs then the executor's account
Get over flooded with love.

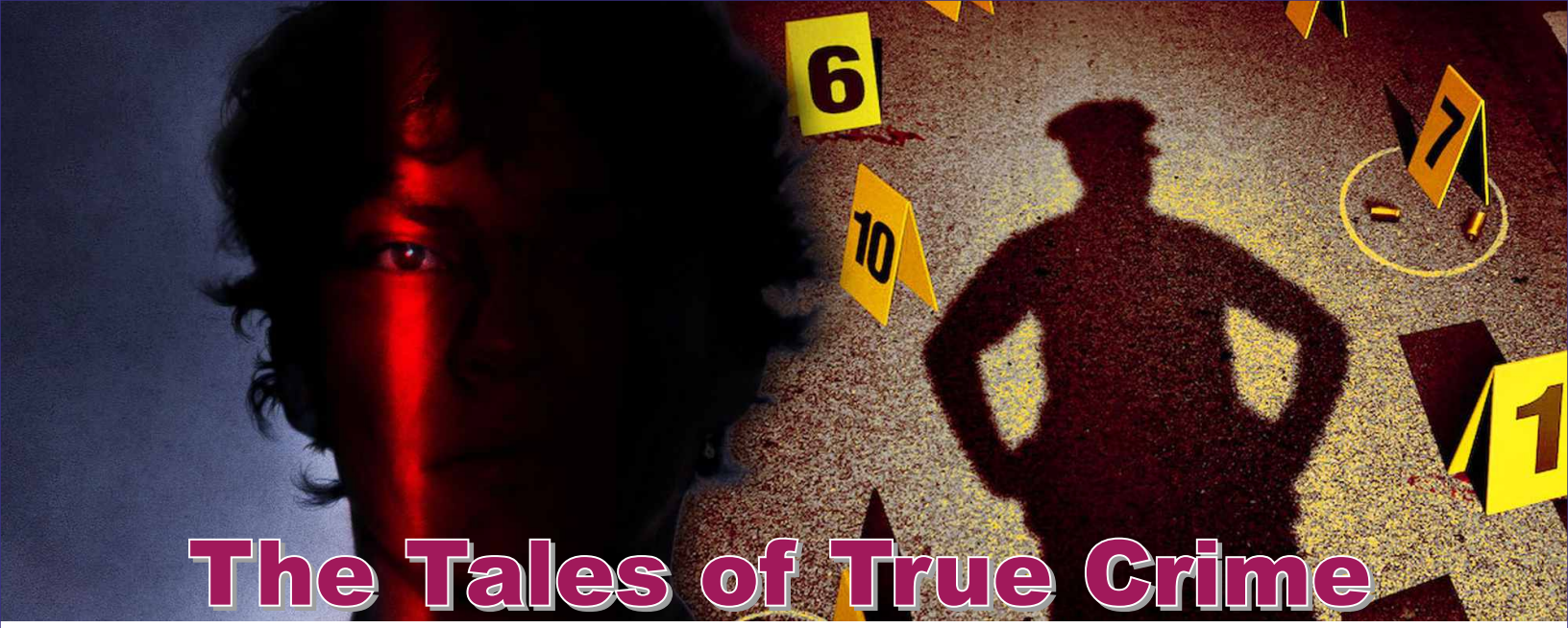
▪ **Chhaya Sahu**
B.Com II (Plain)



"Save Daughter's Educate Daughters"

Every day they raise this slogan,
Save Daughters', Educate Daughters.
Every day they say Stop the Dowry system, Stop it.
Have you ever asked those parents,
the reason why they beat their daughter?
I asked and my heart was shaken on hearing
that we can bring back our daughters,
but how can we save those little lives from crimes like rape?
It we protect ourselves from stranger,
than how will we protect ourselves from the monsters in our own homes?
She will be able to defend herself when she learns to walk,
but what will happen if she has not even learnt to speak properly?
So, instead of shouting slogans like "Save Daughters' and Educate daughters
From today,
let's explain, let's teach this
to the sons of this country.
– to Respect the daughters.

▪ **Monika Sahu**
M.Com III Sem.



The Tales of True Crime

Kolkata Rape Case :

On 9th August 2024, a 31 years old female post graduate trainee doctor at R.G. Kar Medical college and Hospital in Kolkata, West Bengal, India, was raped and murdered in a college building. Her body was found in a seminar room on the campus. On 10 August 2024. a 33 years old male civic volunteer working for Kolkata Police was arrested under suspicion of committing the crime. Three days later, the Calcutta High court, transferred the investigation to the central Bureau of Investigation (CBI) stating that the Kolkata Police's investigation did not inspire confidence. The junior doctors in west Bengal undertook a strike action for 42 days demanding a thorough probe of the incident and adequate security at hospitals. The incident has amplified debate about the safety of women and doctors in India and has sparked significant outrage, and nationwide and international protests.

Thane rape case :

The National Human Rights Commission (NHRC) sought a report from Maharashtra authorities on the sexual assault of girls at a kindergarten in Badlapur.

Rajasthan :

A cleric was arrested for raping a 5-year-old girl inside a mosque in Rajasthan.

Rape of a 16 years old girl in Chhola :

Rape of a 11-month-old girl in Gujarat by her neighbour.

In India, when a women is raped, people ask about the rape case, they blame the girl for their dressing, if they are going alone, and walking the streets at night. They don't take steps to control Rape. People should take steps to control the crime of Rape.

Feminism : Feminism is the belief that women deserve equal social, economic, political rights and freedoms.

Justice for Women :- Justice for women was established in 1990 as a feminist campaigning organization that supports, and advocates on behalf of, women who have fought back.

Justice for women is a broad concept that includes preventing and addressing violence and discrimination against women, and ensuring their access to justice.

Legal empowerment : Women can claim their rights and demand accountability through legal empowerment. This can lead to sustained change in communities.

Eliminating discriminatory laws : Eliminating discriminatory laws signals that gender based discrimination is unacceptable.

Addressing women's specific needs : Women face specific barriers when accessing justice, including socio-economic issues, fear of stigma and cultural perceptions.

Women Empowerment: Women's empowerment is a global movement that's gaining momentum, but women and girls still face discrimination and violence around the

world. In India, women face discrimination in many areas, including education, health and political participation.

Women's Empowerment can be achieved through :-

Education and training :- Women's empowerment can be achieved through education, training and awareness raising.

Increasing access to resources :- Women's empowerment can be achieved by increasing access to resources, such as land and loans.

Challenging Gender Discrimination :- Women's empowerment can be achieved by challenging gender discrimination and the structures and institutions that perpetuate it.

Improving Economics Status :-

Women's empowerment can be achieved by improving women's economic status, which can lead to gender equality and poverty eradication.

▪ **Urooj Huda Siddiqui**
B.Com (III) + Computer

Life Goes on

This message is intended for those who are currently experiencing feelings of sorrows and are on the verge of giving up. As we continue to journey through life, we inevitably encounter its unpredictable nature and yet we have managed to persevere. While the path hasn't' been easy, it has been worthwhile reflecting on our past, we realize how far we have come, and giving up at this stage would not be justifiable. Therefore, even in moments of fatigue, do not surrender, Rest, rejuvenate and approach each day as a fresh beginning but do not give up. Despite the challenges that confronts us, we can find the strength to endure with the support of our loved ones. Just as a new day emerges aften a long night, new beginnings often arise from seemingly painful endings.

Life is not a sprint but rather a continuous cycle. Though you may stumble, always remember to rise and start anew. Life is a cycle and it carries on, let's go with the flow and not look back. Do not squander precious time holding onto grudges. Life is too fleeting for that. Express gratitude for the lessons learned and remove impulsive actions. Instead of lamenting over the end of something, rejoice in the fact that it happened. Change is inevitable, much like the passage of time and the shifting of seasons, everything evolves, get life goes on. Whether you are prepared or not, mistakes will occur. Embrace them as lessons. Do not burden yourself with blame; this is just a part of life. Both good and bad experiences are a part of life's journey, and it continues forward. Even if you choose to remain ensnared by your past, life will persist, life does not wait for anyone. Therefore, move forward, extend forgiveness to others, and seek forgiveness, when necessary. As life forges ahead, and no one desires to depart with regrets weighing heavily on their conscience.

We are all transient, oftentimes we mistakenly believe that the world with come to a standstill when we lose someone, yet life endures. Life proceeds despite and in the face of sorrow. As a defence against despair, life goes on.

“In the resounding depths of the forest the day will return once more. As if naught had transpired, yes, life goes on like an arrow in the azure sky. Another day has flown by on my pillow, upon my table yes, life goes on once again, like this.

▪ **Faizala Fatima**
B.Com II (Plain)

National Seminar

15 August

भरूण मंच

ROOM NO. 02
STAFF ROOM

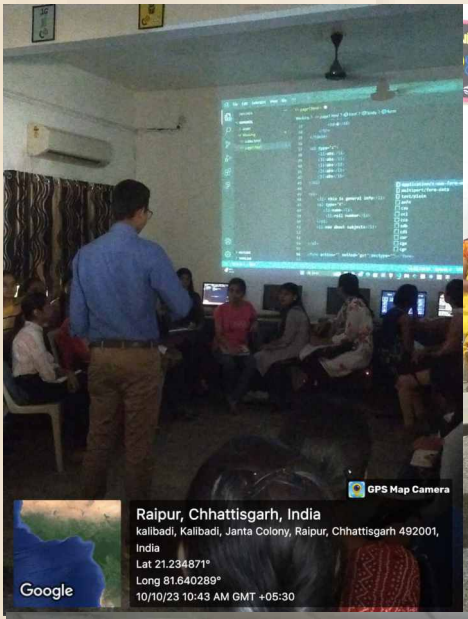
GPS Map Camera
Raipur, Chhattisgarh, India
kalibadi, Kalibadi, Janta Colony, Raipur, Chhattisgarh 492001, India
Lat 21.234887°
Long 81.640212°
15/08/24 08:35 AM GMT +05:30
Google

Anti Ragging Cell

Best Out of Waste

Cancer Awareness

Computer Council



Commerce Council

Science Council

Fresher Party

NSS

MATS UNIVERSITY
साक्षरता रैली
उल्लास ULLAS
अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता सप्ताह
दिनांक 01 से 08 सितम्बर 2023
आयोजक: जिला साक्षरता मिशन प्राधिकरण, रायपुर (छ.ग.)
मार्गदर्शन : राज्य साक्षरता मिशन प्राधिकरण, रायपुर (छ.ग.)
राष्ट्रीय सेवा योजना
गुरुकुल महिला महाविद्यालय
NATIONAL SERVICE SCHEME

CLUSIVE WALKATHON
realme

GPS Map Camera
Raipur, Chhattisgarh, India
6HWW+936, Amanaka, Raipur, Chhattisgarh 492010, India
Lat 21.245828°
Long 81.595267°
21/06/23 08:06 AM GMT +05:30
Google

GPS Map Camera
Raipur, Chhattisgarh, India
6JX2+6X4 Science College Garden, Great Eastern Rd, Amanaka, Raipur, Chhattisgarh 492010, India
Lat 21.248354°
Long 81.602184°
25/04/23 10:22 AM GMT +05:30
Google

Hindi Diwas

राष्ट्रीय सेवा योजना
'हिन्दी दिवस पखवाड़ा'
गुरुकुल महिला महाविद्यालय
कालीबाड़ी, रायपुर (छ.ग.)

राष्ट्रीय सेवा योजना
'हिन्दी दिवस पखवाड़ा'
GPS Map Camera

Induction Program

Fireless cooking

ANNUAL FUNCTION

ANNUAL FUNCTION

बैठे हुए (बायें से दाये)	डॉ. देवश्री वर्मा, डॉ. मेघा अग्रवाल, डॉ. अदिति जोशी, डॉ. रिंकु पांडे, डॉ. राजेश अग्रवाल, डॉ. संध्या गुप्ता (ाचार्य), डॉ. अमिता तेलंग, डॉ. वंदना अग्रवाल, डॉ. सीमा चन्द्राकर, डॉ. कविता सिलवाल, डॉ. सिमरन वर्मा
प्रथम पंक्ति (बायें से दाये)	सुश्री मान्या शर्मा, डॉ. ज्योति अग्रवाल, श्रीमती तृप्ति त्रिपाठी, सुश्री अंशिका दुबे, सुश्री अंकिता सिंह, डॉ. अनुराधा गुप्ता, डॉ. प्रियंका तिवारी, सुश्री प्रीति साहू, डॉ. रात्रि लहरी, डॉ. टीनु दुबे, श्रीमती अवंतिका सोनी, सुश्री प्रिया दुबे, शैलेन्द्र कुमार यादव, छबिराम साहू, गौकरण साहू
द्वितीय पंक्ति (बायें से दाये)	डॉ. आराधना सिंह, श्रीमती रेणु गिडियन, सुश्री स्नेहा ठाकुर, सुश्री गौतमी यादव, श्री मनोज कुमार साहू, श्री सतीश तिवारी, श्री वैभव सिंह ठाकुर, श्री प्रशांत पांडेय, श्री प्रवीण बंछोर