

# प्रेरणा PRERNA



*Edition* संस्करण

वार्षिक हिन्दी पत्रिका

**Annual Hindi Magazine**

# The Change Trust

*Presents* प्रस्तुत करता है

First Edition of  
Magazine

पत्रिका का प्रथम  
संस्करण

**PRERNA** प्रेरणा

Progressive Records for Evaluation & Review  
of ANnual trust Activities



## सम्पादकीय

### नमस्कार दोस्तों

दा चेंज ट्रस्ट की वार्षिक पत्रिका प्रेरणा को प्रस्तुत करते हुए अत्यंत हर्ष हो रहा है इस पत्रिका के माध्यम से हमारा प्रयास होगा कि ट्रस्ट द्वारा संपादित कार्यों को तथा सोशल हीरोज के द्वारा किए गए अमूल्यवान योगदान जैसे निबंध लेखन, पेंटिंग, कविता इत्यादि को आप सभी के सम्मुख प्रस्तुत कर सकूं।

ट्रस्ट अपनी स्थापना के बाद से ही शिक्षा, प्रतिभा की खोज, पर्यावरण संरक्षण इत्यादि क्षेत्र में लोगों को जागृत करने और उसे बढ़ावा देने हेतु जरूरी गतिविधियों के साथ आप लोगों के प्रयास से निरंतर कार्य कर रहा है। हमारे कार्यों और दिशा में आपकी रुचि और सहयोगात्मक दृष्टिकोण से आज अल्पकाल में ही ट्रस्ट एक महत्वपूर्ण स्थान पा सका है।

इस पत्रिका में ट्रस्ट में हो रहे कार्य एवं ट्रस्ट से जुड़े सभी प्रतिभागियों के विचार तथा उनके द्वारा किए गए कार्यों को समाहित किया गया है। इस पत्रिका के उत्कृष्ट लेख जैसे मेरी पहली यात्रा, जिस की नजरों में था हर इंसान का चेहरा दागदार, आईने के सामने समस्या बहुत, बेटी पढ़ाओ बेटी बचाओ ऐसी मेरी अभिलाषा इत्यादि लेख बहुआयामी लेख को चिन्हित करते हैं।

मैं अपने सभी Social Heros और प्रतिभागियों के प्रति आभार व्यक्त करता हूँ जिन्होंने इस पत्रिका के पहले अंक के प्रकाशन का समर्थन किया। और विशेष रूप से मैं श्री रामू कुमार वर्मा ट्रस्ट के सीईओ और श्री सुधीर कुमार पटेल सीएफओ को पत्रिका के संपादन में उनके अमूल्य योगदान के लिए धन्यवाद देना चाहता हूँ।

आप लोगों के सुझावों और विचारों के कारण ट्रस्ट अपने कार्यों के माध्यम से बेहतर और बेहतर बनने की ओर बढ़ रहा है।

अतः आशा करता हूँ कि आप अपने विचार एवं सुझाव हमारी वेबसाइट पर भेज कर हमें बेहतर बनाने में सहयोग करेंगे

रमाकांत वर्मा

### मुख्य संपादक

सुधीर कुमार पटेल

### संपादक मंडल

रमाकांत वर्मा

रामू कुमार वर्मा

प्रकाशित सभी विचार  
लेखकों रचनाकारों के  
अपने हैं यह आवश्यक नहीं  
है कि उनसे संपादक मंडल  
की सहमति हो



## CEO की कलम से

सामाजिक हित में अथक रूप से काम करने वाले संगठन चेंज टस्ट ने कम समय में लोगों के जीवन को मौलिक स्तर पर प्रभावित किया है। पत्रिका का प्रथम अंक आप सभी के समक्ष प्रस्तुत कर रहा हूँ। फ्रेंड्स पत्रिका का मूल उद्देश्य टस्ट से जुड़े सामाजिक नायकों को एक व्यापक मंच प्रदान करना और प्रतिभागियों की भावनाओं या सोच को सूचीबद्ध करना है।

इस पत्रिका में प्रकाशित अंक है बेटी पढ़ाओ, बेटी बचाओ, जहाँ नारी शक्ति की प्रतीक है, वही हमारे जीवन में माता-पिता का महत्व नैतिकता का है। वैज्ञानिक खोज और अन्य मुद्दों में इसका प्रभाव, खांसी, एक मेरी इच्छा, प्रदूषण का प्रभाव, गलतियों का छात्र जीवन और सुधार आदि, जो कहीं न कहीं से दिल को छू जाते हैं।

आप लोगों द्वारा दी गई प्रतिक्रिया, जिसे आप [president@thechange.org.in](mailto:president@thechange.org.in) पर फीडबैक में लिख सकते हैं या हमारी वेबसाइट <http://thechange.org.in> पर जा सकते हैं, गर्मजोशी से स्वागत और सराहना की जाती है क्योंकि आपका मार्गदर्शन प्रेरणा का हर स्रोत है। आने वाले अंक को पहले से बेहतर, पठनीय और उत्कृष्ट बनाने में मदद करता है। इन्हीं विचारों के साथ मैं प्रेरणा का पहला अंक आप सभी को समर्पित करता हूँ।

रामू कुमार वर्मा



## CFO की कलम से

दॉ चैन्ज ट्रस्ट लगातार अपने सोशल हीरोज के सहयोग से लोगों के हितों के लिए अथक प्रयास कर रहा है आज मैं इस पत्रिका प्रेरणा के माध्यम से अपने सभी सोशल हीरोज एवं सभी प्रतिभागियों जो इस साल ट्रस्ट के प्रोग्रामों में बढ़ चढ़ कर हिस्सा लिया उनका मैं बहुत आभार व्यक्त करता हूँ और इस पत्रिका का प्रथम अंक आप सबके समक्ष प्रस्तुत कर रहा हूँ। इस पत्रिका का मुख्य उद्देश्य ट्रस्ट द्वारा संचालित किए जा रहे कार्यों में सभी सहयोग करने वाले युवाओं एवं व्यक्तियों के प्रयासों को उजागर करना एवं उसे संरक्षित करना है जिससे कि आने वाले समय में जाना जा सके कि विगत वर्षों में ट्रस्ट द्वारा कौन-कौन से सामाजिक कार्य किए गए थे।

इस प्रेरणा पत्रिका के प्रथम अंक को बनाने के लिए आप सबका सहयोग काबिले तारीफ है और आशा करता हूँ कि आप सब आने वाले समय में अपनी प्रतिक्रिया हमारे वेबसाइट <https://thechange.org.in> पर देकर हमें अवगत कराएंगे जिससे आप सब की प्रतिक्रियाओं को ध्यान में रखते हुए इस पत्रिका के अगले अंक को और भी बेहतर एवं प्रभावशाली बनाया जा सके।

इन्हीं आकांक्षाओं के साथ प्रेरणा का प्रथम अंक आप सभी को समर्पित करता हूँ मुझे आशा नहीं पूर्ण विश्वास है कि आप सभी आगामी वर्षों में अपने सहयोग से ट्रस्ट को अनुग्रहित करते रहेंगे।

सुधीर कुमार पटेल



# अभिलाषाएँ



कुछ अभिलाषाएँ जीवन की,  
जब डगमग डगमग करने लगती।

आता है ऐसा वक्त,  
जब सब इच्छाएँ मरने लगती।

तब दृढ़ निश्चय कर लेना अपने मन में,  
और एक चिंगारी को जला देना।

फिर लाना वक्त ऐसा ऐ मुसाफिर,  
कि मिट्टी को भी सोना बना देना।

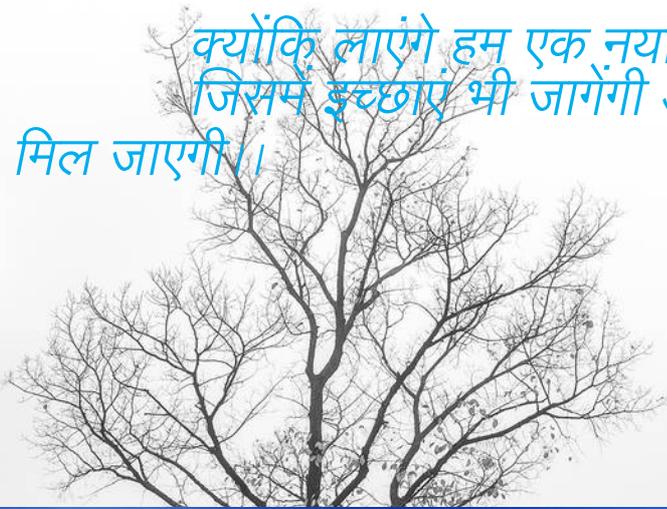
खत्म होता नहीं सफर जिंदगी का,  
जब तक जिंदगी ना खत्म हो जाए।

आखरी सांस तक लड़ना है इस जिंदगी में,  
जब तक हर मुश्किल फीकी ना पड़ जाए।

अंजाम की फिक्र क्यों करें हम,  
अब तो किस्मत हमारी दोबारा लिखी जाएगी।

क्योंकि लाएंगे हम एक नया दौर,  
जिसमें इच्छाएँ भी जागेंगी और मंजिल भी  
मिल जाएगी।।

**कंचन वर्मा**



# मेरी पहली यात्रा



यात्रा हमारे जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, क्योंकि यह हमें अपने व्यस्त कार्यक्रम से एक ब्रेक देता है और हमें एक नई शुरुआत के लिए फिर से उत्तेजित महसूस कराता है, यह हमारे आंतरिक तनाव को दूर करने और हमारे स्वास्थ्य और मस्तिष्क को बेहतर बनाने में मदद करता है। यह हमारे सामाजिक और सांस्कृतिक महत्व को समझने और जांचने का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। चूँकि यह हमारी स्कूल यात्राओं में से एक थी, इसका पूरा श्रेय हमारे स्कूल के भूगोल संकाय को जाता है, जिसके अध्यक्ष भूगोल संकाय के अध्यक्ष और हमारे प्रिय शिक्षक डॉ. डी.पी. सिंह हैं।

नए साल का पहला दिन 01-01-2012, जब हम स्कूल पहुंचे और अपनी कक्षा में स्थान लिया। तभी हमें सूचित किया जाता है कि भूगोल विभाग द्वारा आपके भूगोल विषय की विषय वस्तु के अनुसार यात्रा की व्यवस्था की जा रही है। तो आप लोग मीटिंग रूम में इकट्ठा हो जाइए। हम अपने सभी दोस्तों के साथ बैठक कक्ष में गए और बैठ गए। जल्द ही भूगोल विभाग के सभी शिक्षक भी आ गए और उन्होंने हमें बताया कि इस बार हमें गोवा, पश्चिम बंगाल और राजस्थान के बीच चयन करना है। यह सुनकर सभा कक्ष में हड़कंप मच गया।

कुछ दोस्तों ने सोचा कि वे गोवा जाएंगे और कुछ ने सोचा कि वे पश्चिम बंगाल जाएंगे क्योंकि वे समुद्र तट देखना चाहते हैं। तो इस यात्रा में राजस्थान पहले से ही पीछे था। कुछ बहस के बाद, यह तय किया गया कि लोग अब पश्चिम बंगाल (हाबरा और कलकत्ता) जाएंगे और हमें निर्देश दिया गया था कि शुरुआत फरवरी में शुरू होगी।

तो आप सभी अपनी तैयारी शुरू कर दें। जैसे-जैसे दिन बीतते गए और यात्रा का समय नजदीक आता गया। हमारा उत्साह बढ़ता जा रहा था।

तो वह दिन आ गया जिसका हम पिछले महीने से इंतजार कर रहे थे। हमारे स्कूल के स्थान के अनुसार, यह तय किया गया था कि यात्रा देहरादून हाबरा एक्सप्रेस द्वारा मालीपुर रेलवे स्टेशन से शुरू होगी। तो हम सभी विद्यार्थी और शिक्षक समय पर मालीपुर रेलवे स्टेशन पहुँच गए। गाड़ी मालीपुर के प्लेटफार्म नंबर 1 पर रुकी और हम सब गुरुजी के साथ आवंटित सीट पर चले गए। हमारी यात्रा ट्रेन की शुरुआत के साथ शुरू हुई हमारी ट्रेन जल्द ही हमारे राज्य उत्तर प्रदेश को पार कर बिहार में प्रवेश कर गई। जब तक हमारी ट्रेन बिहार के गया स्टेशन पहुंची, तब तक अंधेरा हो चुका था। और हम सब सोने लगे थे। जब हम जागे तो पता चला कि हमारी ट्रेन बिहार और झारखंड को पार कर पश्चिम बंगाल के आसनसोल पहुंच गई है। इसलिए हम सब जल्द ही हाबरा स्टेशन पहुंचने वाले हैं।

हाबरा स्टेशन पर उतरने के बाद हम सभी छात्र और शिक्षक इकट्ठा हुए और हमें निर्देश दिया गया कि हम होटल जा रहे हैं। और हम वहां नहा-धोकर खाकर हाबरा शहर देखने जाएंगे।

हाबरा जैसे बड़े रेलवे स्टेशन पर उतरना एक अलग ही आनंद था। जब हम होटल पहुंचे तो हमें दो समूहों में बांटा गया और होटल में कमरे दिए गए। हमारा होटल हाबरा ब्रिज के पास था। इसलिए हमारी इच्छा थी कि हम जल्द से जल्द हाबरा ब्रिज देखें, जिसके बारे में हम तरस्वीरों, किताबों और मनगढ़ंत कहानियों के माध्यम से जानते थे और इसे व्यक्तिगत रूप से देखने का सौभाग्य प्राप्त हुआ।

हम सभी छात्र और शिक्षक होटल परिसर में तैयार हो गए और फिर हमें अपने गाइड से निर्देश मिले कि हम दो अलग-अलग समूहों में विभाजित हो जाएंगे और बस में चढ़ जाएंगे और हमारी यात्रा शुरू हो जाएगी।

आज हमारे पास उस शहर की सामाजिक और सांस्कृतिक विरासत को देखने का अवसर है जिसका हमारे भारतीय इतिहास में महत्वपूर्ण स्थान है। पश्चिम बंगाल की राजधानी कलकत्ता ये शहर वेदेशी अक्रांतवो और हमारे भारत को गुलाम बनाने वाले अंगरेजो द्वारा बसाया गया था जो उनका प्रमुख नगर और 1911 तक उनकी राजधानी हुआ करता था यह राज्य भारतीय स्वतंत्र संग्राम में अपनी महानवपूर्ण भूमिका अदा करता है

इसकी धरती पर पर कुछ प्रमुख व्यक्तियों ने जन्म लिया विश्व गुरु रविंद्र नाथ टैगोर, भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन में अहम योगदान देने वाले नेताजी सुभाष चंद्र बोस और विश्व विख्यात करोड़ों युवाओं के प्रेरणा स्रोत आध्यात्मिक गुरु स्वामी विवेकानंद जी और इनके गुरु स्वामी रामकृष्ण परमहंस जी की जन्मस्थली है।

हमारी पहली महानगरी यात्रा की शुरुआत हो चुकी थी। सर्वप्रथम हम हावड़ा ब्रिज देखने के लिए निकले। यह ब्रिज इस्पात इंजीनियरिंग का एक बेजोड़ नमूना प्रस्तुत करता है। इसके निर्माण में नदी के दोनों किनारों के बीच में एक भी पिलर का प्रयोग नहीं हुआ है। इसके साक्षात् दर्शन के बाद हम बाली ब्रिज देखने गए, जो पिलरों पर बना है। आधुनिक भारतीय इंजीनियरिंग का सर्वोत्तम अन्वेषण था। यहां से निकलकर हम सब आचार्य जगदीश चंद्र बोस इंडियन बोटोनिकल गार्डन कोलकाता देखने पहुंचे।

यहां के हरे भरे वृक्ष तमाम प्रकार की झाड़ियां हमारे मन को तरोताजा कर रही थी। यहां पर स्थित विशाल बरगद का वृक्ष जिसकी लगभग ढाई सौ हवाई जड़े जमीन पर आकर लगी हैं जो लगभग 400 मीटर की परिधि बनाती है। यह एक विशाल वृक्ष है जो हमने अपने जीवन काल में शायद पहली बार देखा। पहले दिन की यात्रा दिन ढलने के साथ ही समाप्त की ओर अग्रसर थी और हम सभी अपनी अपनी बसों में बैठकर होटल आ गए।

इसकी धरती पर पर कुछ प्रमुख व्यक्तियों ने जन्म लिया विश्व गुरु रविंद्र नाथ टैगोर, भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन में अहम योगदान देने वाले नेताजी सुभाष चंद्र बोस और विश्व विख्यात करोड़ों युवाओं के प्रेरणा स्रोत आध्यात्मिक गुरु स्वामी विवेकानंद जी और इनके गुरु स्वामी रामकृष्ण परमहंस जी की जन्मस्थली है।

हमारी पहली महानगरी यात्रा की शुरुआत हो चुकी थी। सर्वप्रथम हम हावड़ा ब्रिज देखने के लिए निकले। यह ब्रिज इस्पात इंजीनियरिंग का एक बेजोड़ नमूना प्रस्तुत करता है। इसके निर्माण में नदी के दोनों किनारों के बीच में एक भी पिलर का प्रयोग नहीं हुआ है। इसके साक्षात् दर्शन के बाद हम बाली ब्रिज देखने गए, जो पिलरों पर बना है। यहां पर स्थित विशाल बरगद का वृक्ष जिसकी लगभग ढाई सौ हवाई जड़े जमीन पर आकर लगी हैं

जो लगभग 400 मीटर की परिधि बनाती है। यह एक विशाल वृक्ष है जो हमने अपने जीवन काल में शायद पहली बार देखा। पहले दिन की यात्रा दिन ढलने के साथ ही समाप्त की ओर अग्रसर थी और हम सभी अपनी अपनी बसों में बैठकर होटल आ गए। दूसरे दिन की हमारी यात्रा विक्टोरिया मेमोरियल देखने से शुरू हुई, फिर हम उसी के पास स्थित तारामंडल बिड़ला तारामंडल में पृथ्वी और चंद्रमा के दैनिक और वार्षिक गति का शो देख कर पुनः होटल आ गए।

तीसरे दिन हम सभी विश्व विख्यात कालीघाट स्थित मां काली देवी के दर्शन प्राप्त किए। यह भारत की 51 शक्तिपीठों में से एक है फिर हम दक्षिणेश्वर काली मंदिर देखने पहुंचे जो प्रख्यात धर्म गुरु स्वामी रामकृष्ण परमहंस की कर्मभूमि रही है। इसके बाद हम बेलूर मठ पहुंचे। इस मठ के परिसर के अंदर हमें शांति की जो सुखानभूति मिली वह आजीवन हमारे मन मस्तिष्क में समाई रहेगी। यह मठ आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में सुकून के कुछ पल दे रहा था। बेलूर मठ के बाद हम छोटे-छोटे कई पार्क देखें जिनकी हरियाली वहां पर बनी ऊँची ऊँची इमारतों को अपने अस्तित्व का परिचय करा रही थी। तीसरे दिन की यात्रा समाप्त कर पुनः होटल पहुंचे। चौथे दिन हम भारतीय संग्रहालय देखने पहुंचे वहां प्राचीन जीवों के पुरा वषेष के साथ-साथ कुछ प्राचीन अमूल्यवान विलुप्त हो चुकी सामग्री देखने को मिला। फिर कुछ पार्क में टहलने के बाद हम नदी पर बने पोर्ट के पास पहुंचे और वहां से जलयान पर बैठकर हुगली नदी में मौज मस्ती करते हुए होटल आ गए।

हमारे आखिरी दिन की यात्रा की शुरुआत हमने मेट्रो में सफर कर शुरू की फिर हम भारत के सबसे बड़े अजायबघर जूलोजिकल गार्डन पहुंचे वहां हमने जिराफ, नीलगाय, बंदर, शेर, चीता, हाथी जिराफ जेब्रा आदि को देखा।

इस यात्रा के कुछ खट्टे मीठे फल हमें मिले, खट्टे इसलिए क्योंकि समुद्र तट न देख पाने की जो लालसा खत्म हुई, उसकी कसक आज भी है। अब इंतजार है दूसरी यात्रा का जिसमें यह कसक पूरी हो।

*सफर में खुशी, आनन्द और साहसिक कार्यों का दंगल हो।  
ईश्वर से प्रार्थना करता हूँ कि जब भी हमारी यात्रा हो मंगलमय हो।*

**शिवम पटेल**



## हमारी सोच

अगर हम अपने जीवन में पाजिटिव सोच रखते हैं तो हम कुछ अच्छा कर सकते हैं। हम जैसा सोच सकते हैं वैसा कर भी सकते हैं। अगर हम हर वह चीज करें जो हम सोचते हैं कि हम नहीं कर सकते तो हम सचमुच अपने आपको आश्चर्य चकित कर देंगे। इंतजार करने से बेहतर है कि हम कुछ करें चाहे असफल ही क्यों ना हो जाए। एक व्यक्ति में जितनी भी काबिलियत होती है उसे उससे कहीं अधिक अवसर प्राप्त होते हैं आप की कीमत इससे नहीं है कि आपके पास क्या है बल्कि इसमें है कि आप क्या है। जब कोई परिणाम मिलने वाला हो तभी आगे बढ़ो और तब तक आगे बढ़ो जब तक की जीत हासिल ना हो। वह व्यक्ति सब कुछ प्राप्त कर लेता है जो इंतजार करने के बजाए विपरीत परिस्थितियों में काम करता रहता है। हमारी सबसे बड़ी कमजोरी हार मान लेना है सफल होने का एक निश्चित तरीका है हम एक बार और प्रयास करें।

### वैज्ञानिक खोज-

संसार के महान वैज्ञानिक देवी, खान और थॉमस अल्वा एडिसन ने बल्ब का आविष्कार सन 1878 ईस्वी में किया। बचपन में एडिसन को मंदबुद्धि का बालक का कर स्कूल से निकाल दिया गया। एडिसन ने कई महत्वपूर्ण आविष्कार किए जिनमें प्रमुख हैं बिजली का बल्ब इस आविष्कार के लिए उन्होंने हजारों प्रयोग किए तब कहीं जाकर वह सफल हुए। एक बार बल्ब बनाने के लिए प्रयोग करते हुए एक व्यक्ति ने उनसे पूछा कि आप अब तक बल्ब बनाने के लिए हजार प्रयोग कर चुके हैं लेकिन हर बार असफल हुए हैं। इस प्रकार आपकी मेहनत बेकार होने का दुख तो आपको अवश्य होता होगा इस पर एडिसन ने जवाब दिया मेरा कोई भी प्रयोग सफल नहीं हुआ क्योंकि मेरा हर प्रयोग बल्ब बनाने की प्रक्रिया का हिस्सा था और हर असफल प्रयोग से मैंने यह सीखा कि बल्ब इस तरह नहीं बनता। इतने असफल प्रयोग करने पर भी एडिसन ने हार नहीं मानी और प्रयास लगातार जारी रखा। आखिर उनकी मेहनत रंग लाई और बल्ब का आविष्कार किया। यह थॉमस अल्वा एडिसन का विश्वास ही था कि उन्होंने अपनी आशा की किरण को बुझने नहीं दिया और अपने आविष्कार से पूरी दुनिया को रोशन कर दिया।

### प्रभाव-

आज हम सभी अपने घरों में रोशनी के लिए बल्ब का प्रयोग करते हैं। कभी यह नहीं सोचा कि यह भी बहुत बड़ी खोज है। आज लाइट बल्ब की इतनी जरूरत है जिसके बिना तो हर घर रोशनी के बिना मिलेगा और इसकी मांग बढ़ती जा रही है और अब तो LED बल्ब जो बहुत ही कम लाइट में बहुत ज्यादा रोशनी देता है।

विकास कुमार

# ऐसे मेरी अभिलाषा

ऐसी मेरी अभिलाषा  
पंछी बनकर उड़ूं गगन में, बादल बनकर बरसू।  
चन्दन जैसा महकूं जग में, ऐसी मेरी अभिलाषा॥

जीवन सबका उदित हो, कर्मशील जिज्ञासा हो।  
उगते सूरज जैसा बढें सभी, ऐसी मेरी अभिलाषा॥

माँ की ममता मिले सभी को, और पिता की छत्र छाया।  
मिले सभी का प्यार जगत में, ऐसी मेरी अभिलाषा॥

हो जाऊ नदियां की लहरें, और पवन के झोके।  
रहूं समुद्र जैसा विशाल मैं, ऐसी मेरी अभिलाषा॥

बन जाऊ मैं प्यार उसी का, जिसका मैं हूं सब कुछ सारा।  
जिसे पाकर रहूं धन्य मैं, ऐसी मेरी अभिलाषा॥

चींटी जैसा लगनशील हो, खुद का विकास करने में।  
जीवन हो संघर्ष हमारा, ऐसी मेरी अभिलाषा॥

गलत मार्ग पर चलूं न कभी, चाहे जग रुठे सारा।  
पत्थर में जान डाल सकूं मैं, ऐसी मेरी अभिलाषा॥

चाहे जितनी आपदा हो, चाहे जितनी कठिनाई।  
विश्व में हो अमन शांति, ऐसी मेरी अभिलाषा॥

सुधीर कुमार पटेल

# खाँसी



खाँस-खाँस कर बुरी है, हालत  
कुछ ही दिनों की बात है,

पता है, सबको लगता गड़बड़,  
हालत मेरी आज है,

दर्द वो करता झटका देता,  
रहा ना जाता आज है,

जब हम खाँसे दिल को पकड़े,  
लगता जैसे आग है

सोच रहा हूँ कब जायेगी,  
खाँसी मेरी छोड़कर,

आज है हालत ऐसी मेरी,  
खाँसी आती तेज है,

दर्द है उठता काफी ज्यादा,  
ऐसी हालत आज है,

वया मैं करता दर्द अपनी,  
शब्दों में अब बाटकर,

अदरक खाया मिर्च चबाया,  
मिलता न आराम है,

सोना भी अब दुर्लभ लगता  
ऐसी हालत आज है

खाँस-खाँस कर बुरी है हालत  
कुछ ही दिनों की बात है।



## वक्त

वक्त पर वक्त ने वक्त को, देखा नहीं  
वक्त पर था वक्त से पर, वक्त गया हाथ से  
वक्त से मैं तेज दौड़ा, वक्त पर मिला नहीं  
वक्त ने फिर वक्त से, जो शह सुझाया मुझे  
वक्त पर चला जो, लक्ष्य तक पहुँचाया उसे

शुक्र है, उस वक्त का जो वक्त से पहुँचाया मुझे  
हर घाव को भरता वक्त है, वक्त ही महान है  
हर काम करता वक्त से वो, वक्त का प्रधान है,  
वक्त, वक्त, वक्त खत्म करता खेल है  
जो वक्त को समझा नहीं, ठोकरे खाएँ हैं वो  
इस जहाँ में वक्त का बस, वक्त का ही खेल है।

ऐ दोस्त जब दिल टूटेगा तो,  
आवाज भी साथ छोड़ देती है,  
पलुके भी गीली होगी मगर,  
आँसू भी साथ छोड़ देती है।

सोनू मौर्य

# विद्यार्थी जीवन, गलतियां एवं सुधार



## प्रस्तावना

जीवन भी क्या अनमोल संघर्ष की श्रृंखला है जिसमें हर 1 दिन के लिए हर किसी के लिए वह नूतन अध्यायों का समावेश होता सृजित किया गया होता है ऐसा ही होता है जीवन के हर प्रहर में जब शरीर के धमनियों रक्त का प्रवाह तेज व शरीर स्वस्थ और एक कलम की ताकत में संपूर्ण सृष्टि के नियमों को बदलने की लालसा होती है

ऐसे में ईमानदारी, निष्ठा, कर्तव्य परायणता, संघर्ष और परोपकार जैसी बीजो का मानव मस्तिष्क में स्वतः ही प्रादुर्भाव हो जाता है मनुष्य की इसी अवस्था का नाम विद्यार्थी जीवन है

" ख्वाबों के आईनों में संघर्षों की सेज सजाते हैं  
मिले या ना मिले पर मेहनत की पूराकाष्ठा पार कर जाते हैं  
बड़ी-बड़ी बाधाओं को जुनून में ही हंसकर बांध जाते हैं  
यह विद्यार्थी हैं मेरे दोस्त जो बहुत कुछ त्याग कर ही सफल होकर  
देश का मान बढ़ाते हैं। "

## विद्यार्थी जीवन का अंतरावलोकन-

वैसे तो मानव जीवन की हर एक अवस्था का अपना खास महत्व होता है परंतु अक्सर सुना गया है कि कॉलेज के दिन बहुत अच्छे थे तो क्या वाकई ऐसा होता है सत प्रतिशत सच। एक विद्यार्थी ही होता है जो अपनी जरूरतों के आधार पर लोगों से संबंध नहीं बनाता अपितु भावनात्मक दृष्टिकोण के आधार पर जब उसे समाज की परख तक नहीं होती है धोखे का ज्ञान नहीं होता है ऐसे में जो दोस्त बनते हैं बहुधा दीर्घकालिक होते हैं विद्यार्थी जीवन में घर परिवार समाज की जिम्मेदारियां ना के बराबर होती हैं हैं विद्यार्थी जीवन में की गई गलतियों को अक्सर माफ कर दिया जाता है यह मानव जिंदगी का संघर्ष काल भी कहा जा सकता है।

विद्यार्थी जीवन की विशेषताएं निम्नवत हैं-

1. सादगी कम पैसे में काम चलाने वाला संघर्ष का प्रतीक
2. समय को व्यवस्थित करने की परख
3. भविष्य की संभावनाओं के प्रति सकारात्मक सोच
4. स्ट्रेस, चिंता, एकाकीपन का पूर्णतया अभाव
5. मजबूत दोस्ती की मिसाल

# विद्यार्थी जीवन, गलतियां एवं सुधार

## विद्यार्थी जीवन की गलतियां-

वैसे गलती करना हर इंसान का वास्तविक स्वभाव है परंतु गलतियों को पुनः दोहराना निश्चित रूप से खुद में एक गलती है। उससे सीखना और आगे बढ़ना यह आदत होनी चाहिए। एक विद्यार्थी सामान्यता जो सफल होता है शायद निम्नलिखित गलतियों पर अंकुश रखता है-

**समय प्रबंधन-** हर एक कार्य को उसके लिए जरूरी है वह अपने हिसाब से उसे सर्वप्रथम अंजाम देता है। इसके लिए मुख्यतः दीर्घकालीन और अल्प कालीन समय सारणी बनाना और उसका अनुसरण करना शामिल है।

**संबंध प्रबंधन-** प्यार एक अनूठी कड़ी है जो हर एक की जिंदगी में विभिन्न संबंधों में पाई जाती है कौन कितना घनिष्ठ है और कितना नहीं इसका चयन करना तथा उसका पूर्णता भी अपने समय को वहां invest करना हर एक विद्यार्थी को आना ही चाहिए इसके लिए हर एक विद्यार्थी को संबंधों की एक रूपा बना लेनी चाहिए जैसे Phone Book, Email Book जिसमें एक विद्यार्थी को पता होता है कि किसको Call कब और क्यों रिसीव करना है या किसको Call को टाला नहीं जा सकता है।

**पुनर्वलोकन-** हरेक परिस्थिति में कुछ निश्चित अंतराल पर अपने आदिकाल के, आगामी दिनों में निर्णय की समीक्षा जरूर करते रहना चाहिए।

**पाठ्यक्रम प्रबंधन-** हर एक विद्यार्थी जो टारगेट ओरिएंटेड पढ़ाई कर रहा हो को चाहिए कि-

1. पाठ्यक्रम की प्रति उसके मेज या दीवार पर लगी हो जिससे दिन में एक बार उसे जरूर देख सके।
2. पाठ्यक्रम में अंकित टॉपिक पर स्टैंडर्ड बुक्स से एक नोट जरूर बनाए।
3. नोट्स में शामिल तारीखों, सूत्रों को अलग पेज में लिख कर कमरे की दीवारों या फिर मेज पर रखी कापियों में स्थान दें।
4. ऑनलाइन या ऑफलाइन सेल्फ एसेसमेंट टेस्ट दें और उनमें की गई गलतियों की एक नोट बनाएं।
5. सप्ताह में 1 दिन रिवीजन डे के रूप में मनाया जाए जिसमें सप्ताह भर दी गई चीजों को रिवाइज किया जाए।
6. दूसरों की नोट्स ली भले जाए परंतु उसको अपनी हैंडराइटिंग में जरूर अभी किया जाए।
7. किताबों से पढ़ते समय जरूरी लाइनों को अन्डरलाइन, हाईलाइट या फिर किताबों के चारों तरफ के रिक्त स्थानों पर लिखा जाए। इससे याददाश्त बढ़ती है।
8. कभी भी सो कर या लेट कर पढ़ाई ना की जाए।

# विद्यार्थी जीवन, गलतियाँ एवं सुधार

"One hour conscious study is better than hours lazy efforts"

R K Verma

**सोशल प्लेटफॉर्म प्रबंधन-** Social Media, You tube, OTT platforms पर जरूरी चीजें सर्फ किया जाए अगर आदत नहीं बन पा रही है तो प्राइवेट और पब्लिक लाइब्रेरी को ज्वाइन कर लिया जाए।

"मानव भटकाव की प्रमुख वजह सोशल प्लेटफॉर्म और इंटरनेट है जिसमें जिसे छोड़ा तो नहीं जा सकता पर दौलत से कैसे बचा जाए यह चिंता का विषय जरूर है"

R K Verma

- आप एक चीज की तलाश में निकलते हैं और आप कहीं और पहुंच जाते हैं अगर आपसच में केंद्रित नहीं है।

**समाज तथा अपवाद प्रबंधन** - अक्सर यह सुना जाता है इतने साल हो गए वहां से लौट कर आए क्योंकि कुछ नहीं कर पाए। "मैं मानता हूं कि एक प्रतियोगी छात्र पुस्तकों से ज्यादा समाज और उनके तानों से संघर्ष कर रहा होता है ऐसे में इग्नोर करना ही बेहतर सिचुएशन है। जैसे कि आपने सुना ही नहीं, देखा ही नहीं बोलना तो बिल्कुल नहीं है। बजाय अपनी कमियों का बारंबार पुनर्वलोकन करें।

**भटकाव या ठहराव-** मैंने कुछ सोचा था दीर्घकालीन लक्ष्य हेतु परन्तु कुछ मिल गया और मैं अपनी मेहनत को बचाने की सोच रखने लगा और समर्पण कर लिया जबकि थोड़े और मेहनत से मुझे अमूल चीज मिल सकती थी।

"भटकाव मानव की कमजोरी है परंतु ऐसा मनुष्य संतोष से चल भी नहीं सकता, याद रखियेगा"

R K Verma

**सोशल प्लेटफॉर्म प्रबंधन-** Social Media, You tube, OTT platforms पर जरूरी चीजें सर्फ किया जाए अगर आदत नहीं बन पा रही है तो प्राइवेट और पब्लिक लाइब्रेरी को ज्वाइन कर लिया जाए।

## निष्कर्ष-

एक स्वर्णिम युग जो मानव जीवन के आगामी सोच की दिशा दशा और परिणाम तय करता है इससे विद्यार्थी जीवन काल खंड कभी भी निराशा के तले गुजार कर धूमिल करिए अपितु संघर्ष की पतवार के सहारे लोहे से असंभव प्रतीत होने वाली दीवार में छेद कर अपना यशोगाथा का उद्धरण बनाइए। "मात्र एक विद्यार्थी बनकर आप विनम्र रह सकते हैं और जानकारियों से समाज में इज्जत के हकदार बन सकते हैं इसीलिए ताउम्र विद्यार्थी बनने से मोह भंग मत करिए।"

R K Verma

आइए सीखिए कभी विद्यार्थी के रूप में तो कभी शिक्षक के रूप में और इस यशस्वी राष्ट्र की वैतरिणों में सवार विशाल जनमानस की पतवार को एक नायक की भांति आगे ले चलिए। देश तुम्हारी प्रभुता का स्वागत करने के लिए तैयार और आलिंगन का स्वागताकांक्षी है।

# वैज्ञानिक खोज और उसका प्रभाव



आज का युग वैज्ञानिक चमत्कारों का युद्ध है मानव जीवन का कोई ऐसा क्षेत्र नहीं कोई ऐसा कोना नहीं जहां विज्ञान ना हो अतः हम कह सकते हैं कि आज विज्ञान ने आश्चर्यजनक क्रांति ला दी है मानव के सुख सुविधाओं के लिए विज्ञान ने क्या नहीं किया जो आज पहले कल्पना सदृश्य बना रहा है आजकल तो लोग विज्ञान को वरदान की संज्ञा देते हैं।

**वैज्ञानिक खोज-** वैज्ञानिक खोज से आज सभी लोग भलीभांति परिचित हैं कोई छूटा नहीं है हम कह सकते हैं कि विज्ञान ने मनोरंजन के सुलभ साधन रेडियो, टेलीविजन, टेलीफोन, सिनेमा, ग्रामोफोन यह सभी उपकरण विज्ञान की देन है विज्ञान की बदौलत आज मानव जीवन रंगीन कल्पनाओं का सुनहरा संसार बन गया है यह चिकित्सा के मामले में भी एक से एक साधन विज्ञान उपलब्ध का है शरीर का एक-एक अंग यहां तक कि हृदय और आंख भी तक भी विज्ञान के सहारे प्रत्यारोपित किए जा रहे हैं।

## वैज्ञानिक क्षेत्र में भारत की प्रगति

भारत ने भी अन्य देशों की तरह प्रगति के मामले में अपना एक अच्छा स्थान बना लिया है कहीं ना कहीं भारत वैज्ञानिक क्षेत्र में अग्रसर है अन्य कुछ देशों की अपेक्षा इसके बारे में कुछ पंक्तियां नीचे दृष्टव्य हैं-

*इंडिया ने किया अग्नि, पृथ्वी, त्रिशूल मिसाइलों की खोज।  
अमेरिका सहित सब देश हो गए बेहोश।।  
विदेशियों के मन में ना आया कोई सोच।  
इंडिया आगे बढ़ा सभी देशों में बेरोकटोक।।*

हमारे देश के महान वैज्ञानिक जिनका नाम है अब्दुल पाकिर जैनुलआब्दीन अब्दुल कलाम इन्हीं का यह महान योगदान रहा जिन्हें आज लोग मिसाइल मैन के नाम से जाना जाता है।

**परिवहन के क्षेत्र में -** पहले लंबी यात्राएं दूर स्वप्न सी लगती थी किंतु आज रेलो, मोटरों और वायुयानों ने लंबी यात्राओं को अत्यंत सुगम कर दिया है। पृथ्वी ही नहीं आज के वैज्ञानिक साधनों के द्वारा मनुष्यों ने चन्द्रमा पर भी पैर के निशान बना दिए हैं।  
संचार के क्षेत्र में- टेलीफोन टेलीग्राफ टेलीप्रिंटर आदि द्वारा क्षणभर में संदेश पहुंचाया जा सकते हैं रेडियो टेलीविजन द्वारा कुछ ही पलों में एक समाचार विश्व भर में फैलाया जा सकता है।

*विज्ञान ने कर डाला बहुत बड़ा चमत्कार,  
मानव पर कर दिया उपकार  
मोटर गाड़ियों का कर दिया आविष्कार  
बस ट्रक टेलीविजन और कार  
बनाकर रख दिया पृथ्वी का अच्छा आकार  
मानव पर कर दिया उपकार*

**औद्योगिक क्षेत्र में-** विज्ञान में भारी मशीनों के निर्माण में बड़े-बड़े कल कारखानों को जन्म दिया है जिसमें श्रम समय और धन की बचत के साथ-साथ प्रचुर मात्रा में उत्पादन संभव है।  
कृषि के क्षेत्र में- विज्ञान की वजह से आज लोग हल के स्थान पर ट्रैक्टरों से जुताई की जा रही है और और नहरों के स्थान पर ट्यूबवेल से लोग सिंचाई कर पा रहे हैं। जिससे उपज की मात्रा में वृद्धि हुई है।  
शिक्षा के क्षेत्र में- विज्ञान मुद्रण यंत्रों के आविष्कार ने बड़ी संख्या में पुस्तकों का प्रकाशन संभव बनाया है। जिसमें पुस्तकें सस्ते मूल्य पर मिल चुकी हैं। इसके अतिरिक्त समाचार पत्र पत्र पत्रिकाएं आज भी मुद्रण क्षेत्र में हुई क्रांति के फलस्वरूप घर-घर पहुंचकर लोगों का ज्ञान वर्धन कर रही हैं।  
मनोरंजन के क्षेत्र में- विज्ञान मनोरंजन के क्षेत्र में चलचित्र आकाशवाणी दूरदर्शन आदि ने मनोरंजन को सस्ता और सुलभ बना दिया है। बीसीआर ग्रामों को रिकॉर्डर आज इस दिशा में और सहायक सिद्ध हुआ है।

**चिकित्सा के क्षेत्र में-** विज्ञान वास्तव में वरदान सिद्ध हुआ है विज्ञान ने आंखों की अपंगता और टीवी जैसे खतरनाक समस्याओं पर निजात पा लिया है।

खाद्यान्न के क्षेत्र में- आज हम अन्न के मामले में आत्मनिर्भर हैं भारत के लगभग 70 आय कृषि से निकलती है जो हमारे आय को भी निरंतर मजबूत बना रही है।

**वैज्ञानिक खोज के प्रभाव -** वैज्ञानिक खोजों के प्रभाव जहां वरदान सिद्ध हुए हैं तो वहीं कहीं ना कहीं अभिशाप उसके कुप्रभाव भी देखने को मिलते हैं जो भविष्य में लोगों के लिए एक चुनौती भी सिद्ध हो सकती है। लाभदायक प्रभाव वैज्ञानिक खोजों से लोगों ने एक प्रकार की प्रसन्नता एवं शिक्षा में विकास का काम, कृषि में अधिक उपज और रसायनों के कारण हानिकारक प्रभाव जहां पर वैज्ञानिक खोजों से या वरदान सिद्ध होता है तो वहीं इसकी अनेक प्रकार के हानिकारक प्रभाव भी दृष्टिगोचर हो रहे हैं जैसा कि बड़े बड़े हथियार एवं परमाणु बम अनेक प्रकार की मिसाइल है जो सभी देशों ने आपने-अपने देश के लिए बना लिया है और जो भविष्य में यह वरदान अभिशाप में बदल सकता है।

# माता-पिता का हमारे जीवन में महत्व



मां-बाप ने हमें चलना सिखाया।  
मां-बाप ने हमें बोलना सिखाया ॥  
मां-बाप ने हमें लिखना सिखाया।  
मां-बाप ने हमें पढ़ना सिखाया ॥

मां-बाप ने हमें खाना सिखाया।  
मां-बाप ने हमें देखना सिखाया ॥  
मां-बाप ने हमें दौड़ना सिखाया।  
मां बाप ने मैं सोना सिखाया ॥

मां-बाप ने हमें ज्ञान लेना सिखाया।  
मां-बाप ने हमें ज्ञान देना सिखाया ॥  
पर हमने है उन्हें भुलाया।  
जिन्होंने हमें भगवान से मिलाया ॥

यह दुनिया की अजब है माया।  
हमने माता-पिता को बुलाया ॥  
यह दुनिया की अजब है माया।  
हमने माता-पिता को रुलाया ॥

आकाश उपाध्याय

# “ बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ ”



## रूपरेखा -

परिचय, बेटी बचाओ की शुरुआत, बेटी पढ़ाओ अभियान योजना और कार्यक्रम, उद्देश्य, निष्कर्ष -

## परिचय-

हमें हमेशा अपने देश और संस्कृति पर गर्व रहा है। 'अतिथि देवो भवः' और 'बासुदेव कुटुम्बकम्' भारतीय संस्कृति के मूल वाक्यांश रहे हैं। हम हमेशा से शांति प्रेमी रहे हैं। यहूदी हो या पारसी, भारत ने सबको गले लगाया। इतनी महान सांस्कृतिक विरासत होने के बावजूद हमारे समाज में एक ऐसी बुराई है जो हमें आज पूरी दुनिया को नीची नजर से देखने पर मजबूर करती है। वह बुराई पुरुषों की तुलना में महिलाओं को माध्यमिक दर्जा देना है। हमारा समाज इतना पुरुष प्रधान हो गया है कि आज देश की आबादी का एक बड़ा हिस्सा बेटियों को नहीं चाहता है। नतीजतन, हमारे देश में पुरुषों की तुलना में महिलाओं की संख्या कम हो रही है। 0-6 वर्ष की आयु के बीच प्रति 10,000 लड़कों पर लड़कियों का अनुपात लगातार घट रहा है लड़कियों की संख्या 1991 में 945 से घटकर 2001 में 227 और 918 में हो गई यह हम सभी के लिए एक चेतावनी है।

## बेटी बचाओ की शुरुआत-

केंद्र सरकार ने 22 जनवरी, 2017 को पानीपत, हरियाणा से 'बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ' योजना शुरू की। 'बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ' योजना को राष्ट्रीय अभियान के रूप में लागू किया जा रहा है। उन जिलों का चयन सभी राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों से किया गया है। जहां बाल लिंगानुपात सबसे कम है। 100वीं योजना महिला और बाल विकास मंत्रालय, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय और मानव संसाधन विकास मंत्रालय की एक संयुक्त पहल है।

## उद्देश्य-

इसका मुख्य उद्देश्य कन्या भ्रूण हत्या को रोकना, लड़कियों के अस्तित्व को बचाना, उनकी सुरक्षा सुनिश्चित करना और लड़कियों की शिक्षा और भागीदारी सुनिश्चित करना है।

## बेटी पढ़ाओ अभियान योजना और कार्यक्रम

यह योजना सिर्फ लड़कियों के लिए ही नहीं बल्कि पूरे समाज के लिए वरदान साबित हो सकती है।

# “ बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ ”

इतना ही नहीं। 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' योजना ऐसे समय में आई है जब देश में महिलाओं की सुरक्षा से जुड़ी समस्याएं बढ़ती जा रही हैं। वर्तमान में अजन्मे बच्चे के लिंग निर्धारण की सुविधा आसानी से उपलब्ध है। इससे कन्या भ्रूण हत्या के मामले तेजी से बढ़े हैं। लोग सोचते हैं कि लड़का बड़ा होकर पैसा कमाएगा। इसके उलट लड़की दहेज लेकर घर से निकल जाएगी। इस तरह के आर्थिक कारणों से लड़कियों के प्रति सामाजिक भेदभाव और लड़कियों को बोझ समझने के कारण लिंगानुपात में असंतुलन पैदा हुआ है। महिलाओं के अधिकारों का हनन उनके पैदा होने से पहले ही होने लगता है और उनके साथ जन्म के बाद भी भेदभाव नहीं किया जाता है। स्वास्थ्य, पोषण और शिक्षा की जरूरतों के मामले में भी उनके साथ कई तरह से भेदभाव किया जाता है। महिला सशक्तिकरण समाज को पिछड़ेपन से मुक्त करता है। एक शिक्षित महिला अपने पूरे परिवार को अपने साथ आगे ले जाती है, इसलिए आज यह जरूरी है कि लड़कियों को लेकर शहरी और ग्रामीण इलाकों में प्रचलित रूढ़िबद्ध मान्यताओं और प्रथाओं को खत्म किया जाए। इसके लिए मीडिया और संचार के नए तरीकों के पूर्ण उपयोग की आवश्यकता है। इस लक्ष्य को हासिल करने, इसके बारे में जागरूकता फैलाने और लोगों की मानसिकता बदलने के लिए 'बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ' अभियान एक महत्वपूर्ण कदम है।

## निष्कर्ष -

'बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ' सिर्फ एक योजना नहीं है, बल्कि देश के हर नागरिक की सामूहिक जिम्मेदारी है। यदि एक समाज के रूप में हम संवेदनशील नहीं हैं, इस समस्या से अवगत नहीं हैं, तो हम न केवल अपने लिए बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए भी एक भयानक संकट को आमंत्रित करेंगे। इसलिए जरूरी है कि हम एक नागरिक के तौर पर सतर्क रहें। भारत के सभी नागरिकों को बालिकाओं को बचाने के साथ-साथ समाज में उनकी स्थिति में सुधार के लिए नियमों और कानूनों का पालन करना चाहिए। लड़कियों को उनके माता-पिता द्वारा लड़कों के रूप में माना जाना चाहिए और काम के सभी क्षेत्रों में समान अवसर दिए जाने चाहिए।

अंशुमान सिंह



## कोरोना वायरस

### प्रस्तावना:-

कोरोना वायरस महामारी के कारण वैश्विक अर्थव्यवस्था मंदी की चपेट में आ गई है। समाचार की दृष्टि से कोरोना वायरस चीन के वुहान शहर फैला। यह वुहान शहर के पशु मार्केट से निकलकर चीन के कई राज्यों में फैल गया और देखते - देखते इसने लाखों लोगों की जिन्दगी से खेलना शुरू कर दिया। कोरोना वायरस ने 180 देशों और उनके राज्यों को अपने चपेट में ले लिया। 7 जनवरी 2020 को चीन ने वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गेनाइजेशन (WHO) को नये कोरोना वायरस Covid 19 के बारे में जानकारी दी थी।

### कोरोना कैसे फैलता है:-

कोरोना, संक्रमित मरीज के छीकने एवं खाँसने से इसके निकले विषाणुओं से आस - पास लोगों तक तेजी से फैलता है। संक्रमित मरीज को छूने के बाद अपने मुँह चेहरे और नाक पर हाथ लगाने से फैलता है। यह बिना कोई लक्षण दिखाएँ 14 दिनों तक एक्टिव रह सकता है।

### कोरोना वायरस से बचने का उपाय:-

अपने हाथों को समय - समय पर 20 सेकेण्ड तक धोते रहे और हैंड सैनेटाइजर का प्रयोग करे और अपने मुँह पर मास्क जरूर लगाये।

अमिता वर्मा

# क्योंकि नजरिया व्यक्तित्व का आइना होता है



अक्सर आपका सामना दो तरह के लोगों से होगा - एक जो अपनी जिंदादिली और दरियादिली से आपका दिल जीत लेता है और दूसरा जो अपनी मरणासन्नता, संकीर्णता या चिड़चिड़ापन के कारण आपको अवसाद से भर देता है। कहने की जरूरत नहीं है कि हम सभी खुद को पहली श्रेणी में शामिल देखना चाहते हैं। मृत लोगों की पहचान यह है कि उनके पास शिकायत करने के लिए हमेशा कुछ न कुछ होता है। अगर कोई उन्हें प्यार से पकाता और खिलाता है, तो वे उस खाने में भी कमियां गिनाने लगते हैं। वास्तव में, वे अपने अलावा ब्रह्मांड में हर चीज के बारे में शिकायत करते हैं। किसी का सबसे बड़ा गुण भी उसके मुख से प्रशंसा के दो शब्द नहीं निकलते। अन्य भाषाओं में ऐसे लोगों को दुष्ट कहा जाता है और आमतौर पर हर कोई इनसे दूर रहना चाहता है।

दूसरी ओर, हंसमुख लोगों की विशेषता इस तथ्य से होती है कि वे सबसे खराब परिस्थितियों में भी खुश रहने के कारण टूटते हैं कि वाह यह एक नया स्वाद है लेकिन ये उनके सामने अपनी सहजता और उदारता को कमजोर नहीं होने देते हैं। व्यक्तित्व निर्माण एक धीमी और लंबी प्रक्रिया है इसलिए अभी से गंभीर प्रयास करने होंगे। आपको अपनी पुरानी आदतों को छोड़ना होगा और कुछ नई आदतों को अपनाना होगा। सबसे पहले, यदि आप दूसरों की अनुचित आलोचना की आदत में हैं, तो आपको इसे रोकना होगा। अगर आपको बिना वजह आलोचना करने की आदत है तो आपको रुकना होगा। तर्कहीन या अर्थहीन आलोचना का अर्थ है बिना किसी समाधान का सुझाव दिए आलोचना के लिए आलोचना करना।

ऐसे लोगों में नए विकल्प चुनने या समाधान सुझाने का नैतिक और रचनात्मक साहस नहीं होता है। उन लोगों के सम्बन्ध में किसी शायर ने बहुत अच्छा लिखा है

“जिसकी नजरो में था हर इंसा का चेहरा दागदार, आईने के सामने आकर वो सरमाया बहुत “

Akhilesh Kumari

# क्योंकि नजरिया व्यक्तित्व का आइना होता है

हमें दूसरा प्रयास यह करना होगा कि जब भी हम किसी का मूल्यांकन करें तो स्वस्थ नजरिये से करें, उसमें सकारात्मकता बनाये रखें। स्वस्थ नजरिये वाले लोगों की खास बात होती है कि वह दूसरों की कमियों से ज्यादा ध्यान उनकी खूबियों पर देते हैं। किसी की आलोचना करने से पहले, वे खुद को उस व्यक्ति के स्थान पर रख कर अनुमान करते हैं कि अगर वो स्वयं उन्हीं परिस्थितियों में होते तो क्या वो खुद वैसा व्यवहार कर पाते जिसकी उम्मीद वो उस व्यक्ति से कर रहे हैं। इसके अलावा, वे न केवल कमियों को इंगित करते हैं बल्कि समाधान भी सुझाते हैं। उनकी भाषा प्रोत्साहन की होती है, हतोत्साह की नहीं। किसी का मूल्यांकन करते समय हमें यह भी ध्यान रखना चाहिए कि हम दूसरों की आलोचना करते समय उसी मानदंड को अपने ऊपर लागू करें। इसके अलावा, यह मान लेना चाहिए कि कोई भी छोटी-छोटी कमियों और गलतियों से मुक्त नहीं हो सकता है। प्रसिद्ध यूनानी विचारक लॉचपंत ने महान बात कही है कि “महानता कितनी भी महान क्यों न हो, निर्दोष नहीं होती” जबकि दूसरों की छोटी-छोटी कमियां हमसे कम नहीं होतीं। ऐसे में संत कबीरदास की ये पंक्तियाँ हमें सही सलाह देती हैं:

*मैं बुराई को देखने गया, परन्तु कोई बुरा न पाया।  
जो दिल खोला अपना, मुझसे बुरा ना कोय”*

कुल मिलाकर एक व्यक्ति अपने जीवन में कितनी सफलता और प्रतिष्ठा प्राप्त करता है यह मोटे तौर पर उसके दृष्टिकोण से निर्धारित होता है। यदि हम समाज और प्रशासन में एक प्रतिभाशाली व्यक्ति के रूप में जाना जाना चाहते हैं, तो हमें अपने दृष्टिकोण को स्वस्थ बनाना होगा। परिप्रेक्ष्य बनाना कठिन है लेकिन असंभव नहीं है इसलिए अपनी गलतियों के लिए आज ही खुद को फटकारना शुरू करें, इससे पहले कि कोई और टोके या टोके बिना ही हमारी नकारात्मकता के कारण हमसे दूरी बनाने लगे।

अखिलेश कुमारी

# पप्पू के चुटकुले



पप्पू अपने घर के बाथरूम में बैठा कपड़े धो रहा था।  
दोस्त बोला यार तुमने तो काम वाली बाई रखी थी।  
फिर कपड़े क्यों धो रहा है  
पप्पू बोला मैंने उसके साथ शादी कर ली यार।

टीचर: पप्पू यमुना नदी कहां बहती है  
पप्पू : जर्मनी पर  
टीचर: नक्शे में कहां बहती है  
पप्पू : नक्शा गल नहीं जाएगा।

पप्पू : डिनर करने बैठा था तभी उसकी रोटी के ऊपर से चूहा गुजर  
गया फेकू : मुझे नहीं खानी चूहे की पैर से रौंदी हुई रोटी  
पप्पू : खी लें यार कौन सा चूहे ने चप्पल पहन रखी थी

## ” विचार ”

लोग आपको सफल होने से ज्यादा असफल होता हुआ देखना चाहते हैं, इसलिए आपकी जिम्मेदारी बनती है कि आप सफल बने।

संकल्प कर लीजिए जिन सपनों की वजह से, रातों की नींद बर्बाद हुई है, उन्हें हर हाल में पूरा करना है।

जीवन की सबसे बड़ी खुशी उस काम को करने में है, जिसे लोग कहते हैं, तुम नहीं कर सकते,

क्यों रुक जाते हैं चार दिन की मेहनत के बाद अरे वक्त लगता है बीज को फसल बनने में।

सफल वही होते हैं जो दूसरो की बातों पर नहीं खुद की मेहनत पर भरोसा करते हैं।

जीत और हार आपकी सोच पर निर्भर करती है। मान लो हार होगी और ठान लो जीत होगी।

रेनु वर्मा

# पर्यावरण प्रदूषण



## प्रस्तावना-

पर्यावरण उस परिवेश को कहते हैं जिस वातावरण में जीवजन्तु चारों ओर से ढके हुए होते हैं पेड़ पौधे जैव, अजैव तत्व मनुष्य इत्यादि सभी पर्यावरण के अंतर्गत आते हैं। जिसे हम पर्यावरण कहते हैं।

## पर्यावरण के प्रकार-

प्रदूषण के निम्नलिखित प्रकार होते हैं

1. जल प्रदूषण 2. वायु प्रदूषण 3. जल प्रदूषण

जल प्रदूषण कारखानों से निकलने वाले प्रदूषण से हो रहा है। यातायात वाहनों से निकलने वाले धुएँ से वायु प्रदूषण हो रहा है जिससे मनुष्य के स्वास्थ्य पर विपरीत प्रभाव पड़ रहा है।

## ध्वनि प्रदूषण-

लाउडस्पीकर रेडियो कारखानों की मशीनों से निकलने वाली तेज आवाज़ में ध्वनि प्रदूषण की जिम्मेदारी है आवाज़ प्रदूषण हेतु जिम्मेदार है जिससे कि मनुष्य में बहरापन हो जाता है अधिक ध्वनि प्रदूषण के कारण ही कई लोगों की तो जान चली जाती है और मानसिक तनाव उत्पन्न होता है।

## प्रदूषण के बुरे प्रभाव

प्रदूषण के व्यापक और सर्वाधिक प्रभाव मानव निर्मित ही है मानव आधुनिकता ताकि दौड़ में प्रकृति का अत्यधिक दोहन कर रहा है जिससे प्राकृतिक संसाधनों की कमी हो रही है। प्रदूषण का मुख्य प्रभाव कारखानों से निकलने वाला जहरीला धुआँ रासायनिक पदार्थ है यह जल और वायु दोनों में मिलकर दोनों को दूषित कर रहा है जिससे हम लोगों पर बुरा प्रभाव पड़ रहा है। बढ़ती आबादी भी पर्यावरण प्रदूषण का प्रभाव है या जिम्मेदार है।

नरेंद्र कुमार

# देश और हम युवा



जागो जागो मेरे देश के युवा जवानों ।  
अब आलस को त्यागो तुम ।  
कदम से कदम मिला हो तुम ।  
इस देश की लाज बचाओ तुम ।

तुम ही तो हो इस देश की मिसाल ।  
जिससे सब दुश्मन जाते भाग तुम ।  
ही हो एक सवाल का जवाब ।  
जागो जागो मेरे देश की युवा जवान ।

ओ मेरे माताओं के लाल ।  
यह देश की धरती तभी सुरक्षित होगी ।  
जब हर युवा जवान एकत्रित होगा  
जागो जागो मेरे देश के युवा जवान ।  
तभी तो होगा हम सब का कल्याण ।

हर बेटे बेटि को पढ़ाना है ।  
शिक्षा से बेरोजगारी हटाना है ।  
तभी बनेगा मेरा देश महान ।  
तभी तो होगा हर देश में सबका सम्मान ।  
जागो जागो मेरे देश के युवा जवान ।

## भारत देश

इस धरा पर भारत,  
अपना एक वतन होगा ।  
वीर जवानों से सुरक्षित,  
अपना यह वतन होगा । ।

करेंगे लहलुहान दुश्मनों की,  
गोली बारूद से उनका दफन होगा ।  
इस धरा पर भारत,  
अपना एक वतन होगा । ।

होगी हरियाली इस धरा पर  
किसानों की मेहनत का बलिदान होगा ।  
इस धरा पर भारत,  
अपना एक वतन होगा । ।

जिस देश में जवान और किसान साथ होगा,  
उस धरा पर देश के दुश्मनों का विनाश होगा ।  
इस धरा पर भारत,  
अपना एक वतन होगा । ।

हम मर मिटेंगे देश की खातिर,  
धरा का ध्वज ही कफन होगा ।  
इस धरा पर भारत,  
अपना एक वतन होगा । ।

हम पूजेंगे जीवन भर उन देव आत्माओं को,  
जो भारत की सुरक्षा करते-करते बलिदान होगा ।  
इस धरा पर भारत,  
अपना एक वतन होगा । ।

अभिनव वर्मा



Events Diary

# Plantation Activities



# 60+ Honour



# SBT- Edition 1

**O U R T O P P E R S**

**TSE**  
A BANGLORE TRUST FOUNDATION

**THE CHANGE TRUST**

*No One qualified cut-off*  
CLASS-1

**KHWAISH NIRANJAN**  
CLASS-2

*No One qualified cut-off*  
CLASS-3

**PUNEET SINGH**  
CLASS-4

**ANSHU VERMA**  
CLASS-5

*No One qualified cut-off*  
CLASS-6

**SNEHA JAISWAL**  
CLASS-7

**ARYAN CHAUDHARY**  
CLASS-8

**Congrats!** To all selected candidates and wishing them a bright future ahead

FOR MORE DETAILS KINDLY VISIT OUR WEBSITE : <http://thechange.org.in>

**SUBJECT TEST EXAM EDITION-1**  
29 NOV 2020

**THE CHANGE TRUST**



# Raastragaan- Edition 2



Winners



# Know Gandhi and Sastrī (Nationalism Awareness Campaign)- Edition 3

**The Change Trust Congratulates TSE Edition-3 Winners**  
and wishes a happy and prosperous life ahead

**TSE**  
IN SEARCH OF BRIGHT MINDS

**THE CHANGE**

  
**Akhilesh Kumari**  
16.02.2017  
Akhilesh Kumari  
First Rank

  
Paramveer Singh Yadav  
Second Rank

  
Upendra Sultanpuri  
Third Rank

  
Ashish Verma  
Consolation

  
Shani Verma  
Consolation

Visit us <http://thechange.org.in>



# Selfie With Rangoli- Edition 4



The Change Trust



*Congratulates*

*TCE Edition-4*

**Selfie With Rangoli Competition**  
**Winners**

*And wishing them a happy and prosperous life ahead*



For More Details Visit us <https://thechange.org.in>



# Cyber Security Awareness Week- Edition 5

**Medium**

**The Change Trust**  
*Presents*  
**Cyber Security Awareness Week**  
(An effort to aware society from cyber threats)  
(28 Nov 2021 to 4 Dec 2021)

Poster and digital campaign  
On The Change Trust Official Website  
Social Media pages. Scan and visit



**The Change Trust**



**Computer Firewall**

1. Firewall कम्प्यूटर सिस्टम के नेटवर्क को सुरक्षित व Secure बनाने की एक तकनीक है
2. एक सुरक्षा दीवार है जिससे फ़िल्टर होकर यूजर के requested डेटा का आना जाना होता है
3. अपने पीसी के फायरवॉल को हमेशा स्विच ऑन रखें
4. Authorized व unauthorized network के बीच सुरक्षा दीवार के जैसे है
5. इससे privacy protection बढ़ता है



Regn No-20200083004589

Aap Ke Liye, Aap Ke Saath



**The Change Trust**  
*Republic Day Celebration*  
64-A, Nasirpur Kaithi, Ambedkarnagar  
ON  
26th Jun 2022, 9 AM

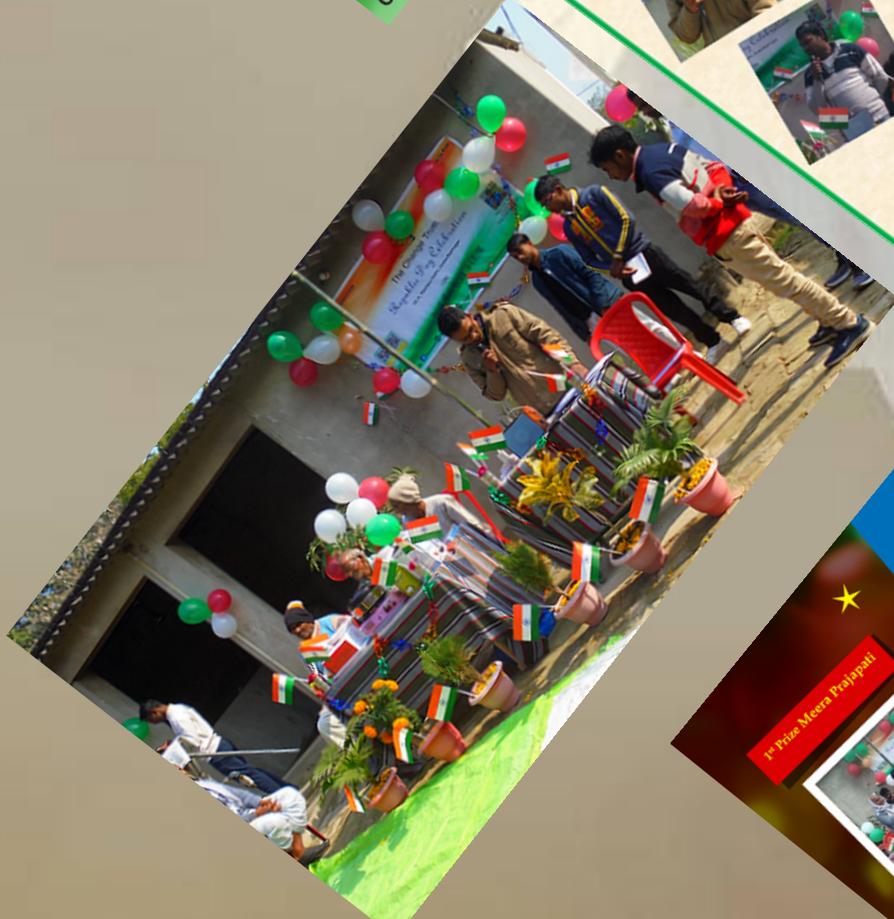
Connect Us    <https://thechange.org.in> +91 789723340

 Visit Us

  
Renu Kanti Verma  
President  
The Change Trust  
[drn@thechange.org.in](mailto:drn@thechange.org.in)  
[thechange.org.in](https://thechange.org.in)



**Our Eminent Speakers**  
On  
**26 Jan 2022**



**Prize Distribution**

1<sup>st</sup> Prize: Meera Prapatti

2<sup>nd</sup> Prize: Kajal Verma

3<sup>rd</sup> Prize: Anshu Prapatti



आपके लेख आमंत्रित हैं, हमारी वार्षिक पत्रिका

 CHANG

## प्रेरणा

में

स्थान- ONLINE

**1मार्च 2022 से 15 मार्च 2022 तक**

अधिक जानकारी के लिए देखें  
<https://thechange.org.in>





*Celebrationg*

75  
आज़ादी का  
अमृत महोत्सव



Visit our Site