तमसो मा ज्योतिर्गमय

शिक्षा सारथी

विद्यालय शिक्षा विभाग, हरियाणा की मासिक पत्रिका

वर्ष- 12, अंक - 5, अप्रैल 2024 , मूल्य-15 रु

schooleducationharyana.gov.in | shikshasaarthi@gmail.com

पर्वतारोहण में रचा विश्व-कीर्तिमान

दो ऐसा वरदान

शुभ्र वस्त्र धारिणी श्वेत हंस वाहिनी
ग्रंथ तंत्र मंत्र के ज्ञान को पसार दे
ब्रह्मा तेज आत्मजा सत्यलोक वासिनी
ताल स्वर राग के ज्ञान का तू दान दे

दुर्गा रूपी शक्ति हर नारी में तू भर
हो सके जीवों को ज्ञान का तू दान दे
सृष्टि सर्जनहारी अधिष्ठात्री स्वरात्मिका
स्तुति स्वीकार कर बुद्धि का वरदान दे

ऊधम भगत सिंह पुनः धरा पर उतार दे
लक्ष्मी-सी बेटी घर-घर में दे शारदे
देश के खिलाफ करते जन जो षड्यंत्र
ऐसे पापियों का नाश कर माँ शारदे

हमारे रोम-रोम में बढ़ा दे प्रेमभाव माँ
हो सके तो एक काम कर माँ शारदे
देश-प्रेम उर-उर में बढ़ा दे माँ
सेवा का भाव भी जगा दे माँ शारदे
कर जोड़ कोटि बार 'बबीता' करे नमन
वंदना स्वीकार कर ले माँ शारदे

बबीता वीर सिंह
पीजीटी अंग्रेजी
रावमा विद्यालय पटीकरा, नारनौल
हरियाणा

तमसो मा ज्योतिर्गमय

शिक्षा सारथी

अप्रैल 2024

प्रधान संरक्षक
नायब सिंह
मुख्यमंत्री, हरियाणा

संरक्षक
सीमा त्रिखा
शिक्षा मंत्री, हरियाणा

मुख्य संपादक
डॉ. जी. अनुपमा
अतिरिक्त मुख्य सचिव,
विद्यालय शिक्षा विभाग, हरियाणा

संपादकीय परामर्श मंडल
डॉ. आर.एस. ढिल्लों
महानिदेशक,
मौलिक शिक्षा, हरियाणा

जितेंद्र कुमार
निदेशक,
माध्यमिक शिक्षा, हरियाणा
एवं
राज्य परियोजना निदेशक,
हरियाणा विद्यालय शिक्षा परियोजना परिषद

डॉ. ऋचा राठी
अतिरिक्त निदेशक (प्रशासन)
माध्यमिक शिक्षा, हरियाणा

संपादक
डॉ. देवियानी सिंह

उप-संपादक
डॉ. प्रदीप राठौर

डिजाइन एवं प्रिंटिंग
हरियाणा संवाद सोसायटी

मूल्य: 15 रुपये, **वार्षिक:** 150 रुपये

Published & Printed by Ajit Singh on behalf of President, Shiksha Lok Society-cum-Director General Secondary Education, Haryana. Published from office of Director General Secondary Education, Haryana, Plot No. 1-B, Shiksha Sadan, Sector - 5, Panchkula.

Printed by M/ s. J.K. Offset Graphic Pvt. Ltd. at its printing press B-278, Okhla, Industrial Area, Phase -I, New Delhi-110020

Editor: Dr. Deviyani Singh.

"शब्द का भी तापमान होता है, ये सुकून भी देते हैं और जला भी देते हैं।"

- सतत शैक्षिक विकास लक्ष्यों को पूर्ण करते पर्यावरण अध्ययन शिविर 5
- सरकारी स्कूलों के विद्यार्थियों ने पर्वतारोहण में बनाया विश्व रिकॉर्ड 10
- अन्वेषी बनाते नेचर स्टडी व एडवेंचर कैंप 16
- सर्वांगीण विकास करते यूथ एंड इको क्लब 18
- जोश और जुनून जगाती एडवेंचर गतिविधियाँ 20
- पहली बार बर्फबारी देख झूम उठे विद्यार्थी 22
- खेल-खेल में विज्ञान 28
- नारी शिक्षा में सावित्रीबाई फुले का योगदान 30
- जीवनदृष्टि 31
- Make Every moment a Celebration 32
- Baisakhi: Celebrating Harvest, Community, and Heritage 34
- Ram Navami: Celebrating the Birth of Lord Rama 36
- The Sacred Tree 38
- Ambedkar Jayanti: Celebrating the Legacy... 39
- Stories 41
- Mahavir Jayanti: Commemorating the Life... 42
- A New Dawn in April 44
- Career in Adventure Sports 46
- Amazing Facts 48
- General Knowledge 49

पत्रिका में प्रकाशित लेखों में लेखकों की निजी राय हो सकती है। यह आवश्यक नहीं कि विभाग उनसे सहमत हो।

प्रकृतिः रक्षति रक्षिता

'प्रकृतिः रक्षति रक्षिता' यानी जो प्रकृति की रक्षा करता है, प्रकृति भी उसी की रक्षा करती है। इस बात को आज याद रखने की महती आवश्यकता है। पृथ्वी पर एक स्वस्थ जीवन की परिकल्पना मनुष्य और प्रकृति के सहचर्य के बिना करना असंभव है। लेकिन दूसरा कड़वा सच यह है कि प्रकृति के प्रति हमारी लापरवाही ने प्रकृति के संतुलन को बिगाड़ कर रख दिया है। इसके लिए हम सब को चेतने की सख्त जरूरत है और यदि अब भी देर की तो यह आखिरी देर होगी।

इसके लिए राजकीय विद्यालयों में यूथ एवं इको क्लब बनाए गए हैं, जिनके माध्यम से विद्यार्थियों की नेतृत्व क्षमता विकसित करते हुए जीवन-कौशलों की शिक्षा देते हुए पर्यावरण संरक्षण के प्रति संवेदनशील बनाया जाता है। विद्यार्थियों को अपने आस-पास के पर्यावरण, जैव-विविधता, जलवायु, स्थानीय पारिस्थितिकी, पोषण, स्वास्थ्य, स्वच्छता के प्रति जागरूक एवं संवेदनशील बनाने के लिए विविध कार्यक्रम चलाए जा रहे हैं। विद्यालयों में पर्यावरण संरक्षण हेतु हरित पाठशाला एवं विद्यालय वाटिका गतिविधि चलाई जा रही है। साथ ही बच्चों में पर्यावरण अध्ययन के माध्यम से पर्यावरण की समझ, संरक्षण के महत्त्व, वातावरण को स्वच्छ बनाना, वृक्षारोपण, पर्यावरण शैक्षिक भ्रमण आदि गतिविधियों को 'यूथ एवं इको क्लब' के अन्तर्गत चलाया जा रहा है।

'शिक्षा सारथी' का यह अंक यूथ एवं इको क्लबों के अन्तर्गत चलाई जा रही गतिविधियों पर केंद्रित है। सदा की भाँति आपके परामर्शों, सुझावों व प्रतिक्रियाओं की प्रतीक्षा रहेगी।

-संपादक

सतत शैक्षिक विकास लक्ष्यों को पूर्ण करते पर्यावरण अध्ययन शिविर

डॉ. प्रदीप राठौर

आज स्कूल शिक्षा की भूमिका बदल रही है और 21वीं शताब्दी में जीवनोपयोगी शिक्षा के महत्त्व को समझकर विभिन्न गतिविधियों को स्कूली शिक्षा का एक अभिन्न अंग स्वीकार किया गया है। इस बात की महत्ता समझी गई है कि बाह्य साहसिक गतिविधियों और प्राकृतिक अध्ययन का स्कूली शिक्षा में बहुत महत्त्व है। इन गतिविधियों को स्कूली शिक्षा में शामिल करने से छात्रों का सर्वांगीण विकास होता है। शैक्षणिक संस्थानों में साहसिक गतिविधियों के समावेश से छात्रों में आत्मविश्वास, साहसिकता, समस्या समाधान की क्षमता, सामर्थ्य और सहनशीलता की भावना भी विकसित होती है। ये गतिविधियाँ न केवल उनके व्यक्तित्व का विकास करती हैं, बल्कि उन्हें अनुभवी, सहानुभूतिपूर्ण और सक्षम बनाती हैं, जिससे वे न केवल अध्ययन में अधिक सफल होते हैं बल्कि जीवन में भी समर्थ और सहज महसूस करते हैं। साहसिक गतिविधियों और प्राकृतिक अध्ययन यात्राओं को पाठ्यक्रम में शामिल करने पर यह पाया जाता है कि ये विद्यार्थियों में शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक सुख, ज्ञानात्मक विकास और पर्यावरण संज्ञान के साथ-साथ, व्यावसायिक संघर्ष और चुनौतियों का सामना करने का अनुभव प्रदान करती हैं। पारंपरिक कक्षा व्यवस्था में प्रकृति और एडवेंचर के प्रति साक्षात अनुभव की कमी शिक्षा के मूल उद्देश्य की पूर्ति कर पाने में सक्षम नहीं थी। अब शिक्षा-शास्त्री यही मानने लगे हैं कि जीवनोपयोगी शिक्षा के अवसर और कक्षा में सिखाए गए सिद्धांतों को वास्तविक जीवन में लागू करने की संभावना कक्षा-कक्ष से बाहर निकल कर ही संभव है।

सतत शैक्षिक विकास लक्ष्यों में साहसिक गतिविधियों की प्रासंगिकता-

संपूर्ण विश्व द्वारा 2015 में अपनाये गए सतत विकास के 17 लक्ष्यों में, चौथा लक्ष्य शैक्षिक विकास के लक्ष्य के रूप में निर्धारित किया गया है, उसी को आधार मानकर हमारी राष्ट्रीय शिक्षा नीति- 2020 में मुख्यतः तीन सतत शैक्षिक विकास लक्ष्य निर्धारित किए गए हैं, जो इस प्रकार हैं-

1. बच्चों के संपूर्ण स्वास्थ्य और कल्याण को सुनिश्चित करना
2. बच्चों को प्रभावी संप्रेषणकर्ता के रूप में विकसित करना
3. बच्चों में आसपास के वातावरण के साथ सामंजस्य स्थापित करना

यहाँ हम यह देखने का प्रयास करेंगे कि बाहरी साहसिक गतिविधियाँ और प्राकृतिक अध्ययन यात्राएँ किस प्रकार से उपर्युक्त तीनों लक्ष्यों की प्राप्ति में सहायक हैं।

शारीरिक स्वास्थ्य व मानसिक दृढ़ता-

हाइकिंग, बाइकिंग, पर्वतारोहण जैसी बाहरी गतिविधियों में भाग लेने से शारीरिक स्वास्थ्य, सहनशीलता और शक्ति को बढ़ावा मिलता है। ये गतिविधियाँ गति और व्यायाम को प्रोत्साहित करती हैं जो कार्डियोवैस्कुलर स्वास्थ्य, मांसपेशियों का विकास और समूचे शारीरिक कल्याण में सहायक होती हैं। प्राकृतिक वातावरण में

समय बिताने से तनाव, चिंता व अवसाद के स्तर में भी कमी आती है। प्राकृतिक वातावरण उनके भीतर ताज़गी और ऊर्जा का समावेश करता है। उनके समूचे मानसिक स्वास्थ्य में सुधार होता है। शैक्षिक जीवन के दबावों से मुक्ति मिलती है और प्रकृति से जुड़ कर संतुलित जीवन जीने की सीख मिलती है।

सामाजिकता व संप्रेषण कौशल का विकास-

एक प्रभावी संप्रेषणकर्ता के रूप में स्वयं को विकसित करने के लिए सामाजिक अंतर क्रिया की प्रक्रिया अत्यंत महत्त्वपूर्ण स्थान रखती है। आउटडोर गतिविधियों में भाग लेने से अक्सर टीम-वर्क, दूसरों के साथ सहयोग और संवाद को स्थापित करने के अवसर मिलते हैं। दूसरे छात्रों से साथ मिलकर काम करना, एक दूसरे का समर्थन करना, परस्पर सहयोग करना, सहानुभूति रखना और विवाद समाधान जैसे सामाजिक कौशल तभी सीखे जा सकते हैं जब कक्षा-कक्ष से बाहर निकल कर किसी शिविर आदि में भाग लिया जाये। इससे संप्रेषण-कला में भी सुधार आता है तथा सामाजिक संबंध बनाने की सीख भी मिलती है। इस प्रकार की गतिविधियों में सायंकालीन कैंप फायर आदि आयोजनों से विद्यार्थी दूसरों के सम्मुख अपनी भावनाओं को व्यक्त करने की कला सीखते हैं। उन्हें विभिन्न माध्यम यथा- भाषण, कविता, गायन, रागनी, नृत्य, थिएटर, ड्रामा इत्यादि के माध्यम से संप्रेषण के अवसर मिलते हैं।

परिवेश से सामंजस्य स्थापित करना-

प्राकृतिक अध्ययन यात्राएँ और साहसी आउटडोर गतिविधियाँ, स्कूलों और शैक्षिक संस्थानों में हरित और पर्यावरण शिक्षा की पहल में एक महत्त्वपूर्ण कदम हैं। इनसे सीखने की प्रक्रिया कक्षा के बाहर भी चलती रहती है। केवल पढ़ कर ही नहीं, करके भी बहुत कुछ सीखा जाता है। आउटडोर गतिविधियों से उन्हें प्रकृति के साथ जुड़ने की प्रेरणा मिलती है, जो पर्यावरणीय जागरूकता के लिए भी ज़रूरी है। इन गतिविधियों में भाग लेने वाले छात्र अक्सर प्रकृति के संरक्षण, जलवायु चेतना और स्थायीकरण पहलों के लिए उत्साही अधिवक्ता बन जाते हैं। वे इको क्लबों में नेतृत्व भूमिकाओं को संभालते हैं, समुदाय सफाई अभियानों का आयोजन करते हैं और पर्यावरणीय मुद्दों के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए अभियानों में शामिल होते हैं। प्राकृतिक अध्ययन यात्राएँ हरित और पर्यावरण शिक्षा के अपरिहार्य घटक हैं, जो प्रकृति और पर्यावरण के प्रति प्यार जगाती हैं।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 के तहत ये स्थायी शैक्षिक विकास लक्ष्य एक मज़बूत और भविष्य समर्थ शिक्षा प्रणाली को बनाने का उद्देश्य रखते हैं, जो छात्रों को ज्ञान कौशल, मूल्य और प्रतिस्पर्धा प्राप्त करने के लिए तैयार करते हैं, ताकि वे तेजी से बदलते वैश्विक परिवेश में सफल हो सकें। साहसिक गतिविधियाँ विद्यार्थियों का चहुँमुखी विकास करती हैं। उनके स्वास्थ्य में ही सुधार ही नहीं करती, वरन जीवन में उपयोग होने वाले कौशलों को भी सिखाती हैं। कक्षा-कक्षा से बाहर की साहसिक गतिविधियाँ विद्यार्थियों के समुचित विकास के लिए निम्न प्रकार से महत्त्वपूर्ण हैं।

1. **अनुभवात्मक शिक्षा-** छात्रों को कक्षा-कक्ष के बाहर निकल कर पुस्तकों से पढ़कर नहीं, अपितु खुद कुछ गतिविधियों में भाग लेकर व्यावहारिक ज्ञान प्राप्त करने के अवसर प्रदान किए जाते हैं। उनकी विभिन्न स्थितियों में निर्णय लेने की क्षमता विकसित

होती है।

2. **टीमवर्क और सहयोग-** विद्यार्थी सामूहिक गतिविधियों के माध्यम से टीमवर्क और सहयोग की भावना सीखते हैं। आउटडोर एडवेंचर्स और प्राकृतिक अध्ययन टूर के दौरान तो यह भावना खूब विकसित होती है।
3. **नेतृत्व विकास-** छात्रों में निर्णय लेने, पहल करने व नेतृत्व के गुण पैदा होते हैं। आउटडोर गतिविधियों की योजनाएँ बनाने और उनके क्रियान्वयन में उनके इस गुण का विकास होता है।
4. **पर्यावरणीय जागरूकता-** विद्यार्थियों में पर्यावरणीय जागरूकता पैदा होती है तथा प्रकृति के प्रति संवेदनात्मक अनुराग पैदा होता है। आउटडोर गतिविधियाँ पर्यावरण संरक्षण, प्रकृति के प्रति सम्मान और परिस्थितिकीय सिद्धांतों की समझ विकसित करती हैं। विद्यार्थी पारिस्थितिकी संरक्षण और पर्यावरण के रखवाले बनते हैं।
5. **व्यक्तिगत विकास-** प्रकृति के बीच जाकर कुछ अन्वेषण करने से उनका आत्मविश्वास बढ़ता है तथा व्यक्तित्व का विकास होता है।
6. **स्वास्थ्य सुधार-** इन गतिविधियों से शारीरिक व मानसिक फिटनेस प्राप्त होती है। जीवन के संघर्षों को झेलने के लिए ये गुण अत्यावश्यक हैं। मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति का मनोबल मज़बूत होता है वह हर कार्य तनाव-मुक्त होकर बेहतर ढंग से कर पाता है।
7. **सांस्कृतिक और सामाजिक समझ-** विभिन्न भ्रमणों के दौरान विद्यार्थी विभिन्न क्षेत्रों के लोगों के रहन-सहन, खान-पान और जीवन से परिचित होते हैं। सांस्कृतिक धरोहर स्थलों को देखकर इतिहास की जानकारी लेते हैं व गौरवशाली अतीत से परिचित होते हैं।
8. **जोखिम प्रबंधन-** उम्र के अनुकूल साहसिक गतिविधियों में शामिल होने से विद्यार्थी साहस और निर्भीकता का पाठ सीखते हैं। उनमें जोखिम के मूल्यांकन की निर्णय क्षमता विकसित होती है।
9. **स्वस्थ जीवन शैली की आदतें-** युवावस्था से ही आउटडोर गतिविधियों के संपर्क से स्वस्थ जीवन शैली बनती है।
10. **सफलता का स्वाद-** साहसिक गतिविधियों के दौरान मिले टास्क को पूरा करने, चुनौतियों से निपटते हुए किसी लक्ष्य को हासिल करने, वहाँ आयोजित किसी प्रतियोगिता में विजेता बनने पर जो जीत का स्वाद मिलता है, वह विद्यार्थियों का आत्मविश्वास बढ़ाने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है।
11. **राष्ट्रीय धरोहर के प्रति सम्मान-** प्राकृतिक अध्ययन यात्राओं और आउटडोर गतिविधियों के माध्यम से विद्यार्थियों को देश के अलग-अलग भू-भागों की संस्कृति समझने का अवसर मिलता है। वे ऐतिहासिक धरोहरों के बारे में जानते हैं। उन्हें देखकर इतिहास की प्रत्यक्ष जानकारी लेते हैं। भारत के अलग-अलग क्षेत्रों की बोलियों, धर्म-जातियों, रहन-सहन के तौर-तरीकों से परिचित होते हैं। यानी उनमें राष्ट्रीयता की भावना सुदृढ़ होती है।

हरियाणा में चलाई जा रही कुछ गतिविधियाँ-

प्रदेश में प्राकृतिक अध्ययन यात्राओं और साहसी

आउटडोर गतिविधियों के अन्तर्गत चलाई जा रही कुछ गतिविधियाँ निम्न प्रकार से हैं-

हाई एल्टीट्यूड वाले क्षेत्रों में पर्यावरण अध्ययन शिविर-

पाँच हजार मीटर से अधिक ऊँ चाई वाले हाई एल्टीट्यूड क्षेत्रों में पर्यावरण अध्ययन शिविरों में शामिल हैं- पर्वतारोहण अभियान, बर्फ पर साहसिक खेल आदि। इनका उद्देश्य छात्रों में नेतृत्व की भावना पैदा करना तथा पर्वतारोहण में अनुभव के लिए पहाड़ों से परिचित होने का अवसर प्रदान करना है। छात्रों को हाई एल्टीट्यूड वाले साहसिक अभियानों की यांत्रिकी और कार्यप्रणाली से परिचित कराया जाता है। इससे उनकी फिटनेस सुधरती है, आत्मविश्वास बढ़ता है तथा निर्णय लेने की क्षमता व टीम-भावना पैदा होती है। प्रतिभागियों को बेस कैंपों में और अभियान के दौरान साहसिक प्रशिक्षण दिया जाता है जैसेः हाई एल्टीट्यूड कैंपिंग और ट्रैकिंग, बोल्डरिंग, रॉक क्लाइंबिंग, रैपलिंग, रिवर क्रॉसिंग, मोराइनवॉकिंग, ग्लेशियर वॉकिंग, क्रैंपिंग, फ्रंट पॉइंट क्लाइंबिंग, आइसक्लाइंबिंग और शिखर पर चढ़ाई आदि। हरियाणा में हाई एल्टीट्यूड वाले क्षेत्रों में पर्यावरण अध्ययन शिविर और पर्वतारोहण अभियान रक्षा मंत्रालय, भारत सरकार, हिमाचल प्रदेश सरकार और भारत स्काउट एवं गाइड द्वारा संचालित विभिन्न राष्ट्रीय स्तर के पर्वतारोहण और साहसिक संस्थानों के सहयोग से आयोजित किए जाते हैं। 2019 में पहली बार सैनिक स्कूल कुंजपुरा के सहयोग से यह कार्यक्रम आरंभ हुआ था। तब से अब तक विद्यार्थी मनाली क्षेत्र में स्थित 5,289 मीटर की ऊँचाई पर स्थित फ्रैंडशिप पीक, लेह क्षेत्र में 6,153 मीटर की ऊँचाई पर स्थित 'स्तोक कांगड़ी' चोटी, 6111 मीटर ऊँची लाहौल क्षेत्र में यूनम पीक व हाल ही में 2023 में सिक्किम क्षेत्र में 16500 फीट ऊँची रिनॉक पीक आदि पर्वतारोहण अभियानों में भाग ले चुके हैं।

सतपुड़ा/पठार क्षेत्र के पर्यावरण अध्ययन शिविर-

सतपुड़ा/ पठार क्षेत्रों में पर्यावरण अध्ययन शिविरों में पठारों की प्रकृति के अध्ययन के साथ-साथ मध्य प्रदेश के पचमढ़ी, तामिया आदि गहरे जंगलों में रहने वाली जनजातियों की जीवन शैली का अध्ययन भी शामिल है। प्रतिभागियों को कैंपिंग, साहसिक प्रशिक्षण और जनजातीय संस्कृति और उनकी जीवन शैली से परिचित कराया जाता है। ये शिविर भारत स्काउट्स एवं गाइड्स द्वारा संचालित नेशनल एडवेंचर इंस्टीट्यूट, पचमढ़ी (मप्र) के सहयोग से आयोजित किये जाते हैं। इन शिविरों में ट्रैकिंग, घुड़सवारी, रॉक क्लाइंबिंग, रैपलिंग, राइफल शूटिंग, पिस्टल शूटिंग, तीरंदाजी, बाधा-पार, नौकायन, पचमढ़ी की जनजातियों की संस्कृति और विरासत का अध्ययन आदि गतिविधियों में भाग लेने के अवसर प्रदान किए जाते हैं।

हिमालय पर्यावरण अध्ययन शिविर-

ऐसे पर्यावरण अध्ययन शिविर विद्यालयों में ग्रीष्म व शीतकालीन अवकाश के दौरान हिमाचल प्रदेश व पश्चिमी बंगाल के विभिन्न स्थानों में रक्षा मंत्रालय, भारत सरकार, हिमाचल प्रदेश सरकार और भारत स्काउट एवं गाइड द्वारा संचालित विभिन्न राष्ट्रीय स्तर के पर्वतारोहण और साहसिक संस्थानों के सहयोग से आयोजित किये जाते हैं। इन शिविरों में छात्रों को विभिन्न साहसिक गतिविधियों जैसे- हिमालय क्षेत्र के प्राकृतिक अध्ययन और अन्य साहसिक गतिविधियों जैसे- रॉक क्लाइंबिंग, ट्रैकिंग, रैपलिंग, रिवर-क्रॉसिंग, नेचर ट्रेल, पर्वतारोहण की मूल बातें, हॉट एयर बैलूनिंग, रिवर राफ्टिंग, कैंप फायर आदि से परिचित कराया जाता है।

शिवालिक क्षेत्र के पर्यावरण अध्ययन शिविर-

शिवालिक पर्यावरण अध्ययन शिविर मोरनी की पहाड़ियों व कलेसर के जंगलों में आयोजित किए जाते है। इन शिविरों में शिवालिक रेंज की वनस्पतियों और जीवों के पर्यावरण अध्ययन के अलावा विभिन्न साहसिक गतिविधियों जैसे- ट्रैकिंग, नेचर ट्रेल आदि का प्रशिक्षण दिया जाता है।

समुद्र तटीय पर्यावरण अध्ययन शिविर-

केरल और उड़ीसा के शिक्षा विभागों के समन्वय से शीतकालीन छुट्टियों के दौरान चेरथल्ला (केरल) और कोणार्क, पुरी (उड़ीसा) में समुद्र तटीय पर्यावरण अध्ययन शिविर आयोजित किए जाते हैं। प्रतिभागी समुद्री तटों की प्रकृति और संस्कृति के बारे में बहुत कुछ सीखते हैं। विभिन्न गतिविधियाँ जैसे- तटीय ट्रैकिंग, समुद्री जीवन का अध्ययन, तटीय क्षेत्रों की जीवन शैली, बेड़ा बनाना, मछुआरों के गाँवों का दौरा, समुद्री तट की वनस्पति, वनस्पतियों और जीवों का अध्ययन, सांस्कृतिक आदान-प्रदान कार्यक्रम, केरल और उड़ीसा की संस्कृति और विरासत का अध्ययन का इन प्रशिक्षण शिविरों के दौरान प्रतिभागियों को दिया जाता है।

मरुस्थलीय पर्यावरण अध्ययन शिविर-

राजस्थान के रेगिस्तानी क्षेत्रों में मरुस्थलीय पर्यावरण अध्ययन शिविरों का आयोजन किया जाता है। इन शिविरों के दौरान विभिन्न गतिविधियाँ जैसे- रेगिस्तानी ट्रैकिंग, रेगिस्तानी जीवन का अध्ययन, रेगिस्तानी क्षेत्रों की जीवन शैली, रेगिस्तानी क्षेत्रों की वनस्पति, वनस्पतियों और जीवों का अध्ययन, सांस्कृतिक आदान-प्रदान कार्यक्रम, राजस्थान राज्य की संस्कृति और विरासत का अध्ययन किया जाता है।

शनिवार को विद्यालय स्तर पर पर्यावरण अध्ययन एवं मनोरंजन शिविर-

राजकीय विद्यालयों में पर्यावरण अध्ययन और मनोरंजन शिविर स्कूल स्तर पर भी आयोजित किए जाते हैं। यूथ क्लबों के तहत ये गतिविधियाँ जॉयफुल सैटरडे के दिन की जाती हैं। प्रदेश में स्कूल स्तर पर पर्यावरण अध्ययन गतिविधियों के संचालन के संबंध में यूथ और इको क्लबों के शिक्षक प्रभारियों को प्रशिक्षण दिया गया है। स्कूल स्तर के शिविरों में सराहनीय कार्य करने वाले विद्यार्थियों को राज्य, राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय शिविरों में भाग लेने के लिए आवेदन करने के लिए प्रेरित किया जाता है।

कर्मचारी प्रशिक्षण- शिक्षकों को आउटडोर गतिविधियों के सफलतापूर्वक संचालन हेतु प्रशिक्षित किया गया है। पर्वतारोहण गतिविधियों के लिए विभाग द्वारा स्वयं अपने प्रशिक्षक तैयार किए गए हैं।

केस स्टडी- सफल कार्यक्रमों की 'सक्सेस स्टोरी' अन्य के लिए प्रेरणा होती हैं। विद्यार्थियों व शिक्षकों को अपने अनुभव लिखने के लिए प्रेरित किया जाता है। उनके विचारों को विभाग की मासिक पत्रिका 'शिक्षा सारथी' में स्थान दिया जाता है। हरियाणा प्रदेश के सभी अभियानों को इस पत्रिका में स्थान दिया जाता है।

drpradeeprathore@gmail.com

अविस्मरणीय रहेगा 'रिनॉक पीक एक्सपीडिशन'

एक दिन विद्यालय में अध्यापिका द्वारा 'रिनॉक पीक एक्सपीडिशन' के बारे में पता चला। मेरे मन में इच्छा जगी कि काश! मुझे वहाँ जाने का मौका मिले। मैंने अध्यापिका जी के समक्ष अपनी उत्सुकता व्यक्त की। उन्होंने मुझे इसमें रजिस्ट्रेशन की प्रक्रिया समझाई और मुझे प्रोत्साहित किया। जब मुझे पता चला कि मेरा चुनाव हो गया है, तो उस क्षण मुझे कितनी खुशी मिली, उसे मैं शब्दों में बता नहीं सकती। मेरे माता-पिता ने भी स्वीकृति दे दी, हालाँकि इसके बारे में तो मैं पहले से आश्वस्त थी। हरियाणा के अलग-अलग जिलों से हम सभी विद्यार्थी करनाल में एकत्रित हुए। वहाँ से हम दिल्ली गए और दिल्ली से ट्रेन के द्वारा दार्जिलिंग पहुँचे। अगले ही दिन से पर्वतारोहण की ट्रेनिंग आरंभ की। मेरे लिए यह पहला अनुभव था। मेरे मन में भय था, लेकिन जिस तरह का प्रशिक्षण हमें मिला, उससे सारा भय काफूर हो गया। मौसम और हालात हमारे लिए बिल्कुल नये थे, लेकिन हमने हार नहीं मानी और निरंतर आगे बढ़ते गए। थकान बहुत हुई, लेकिन हमारे उत्साह ने उस थकान को हावी नहीं होने दिया। हमारे साथ गए अध्यापकों ने हर प्रकार से सभी विद्यार्थियों का ध्यान रखा। वे हर पल हमारा हौसला बढ़ाते रहे। मैं अपने आप को बहुत खुशनसीब समझती हूँ कि मुझे यह एक्सपीडिशन करने का मौका मिला और इसके लिए मैं विभाग, अपने गुरुजन, प्रशिक्षकों व माता-पिता का आभार व्यक्त करती हूँ। जयहिंद।

चंचल

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सोहना, जिला गुरुग्राम, हरियाणा

पहली बार पर्वत को इनता निकट से देखा

मैं अपने आपको सौभाग्यशाली समझती हूँ कि मुझे 'रिनॉक पीक एक्सपीडिशन' में भाग लेने का अवसर मिला। इसका आयोजन हरियाणा विद्यालय शिक्षा विभाग ने रक्षा मंत्रालय, भारत सरकार की ओर से संचालित हिमालय पर्वतारोहण संस्थान (एचएमआई), दार्जिलिंग के सहयोग से किया था। सिक्किम क्षेत्र में 16,500 फीट ऊँचे माउंट रेनोक पर पहुँचना हमारे लिए अभूतपूर्व अनुभव था। यह हमारी पूरी टीम के लिए गर्व की बात है कि हमने इस अभियान को सफलतापूर्वक सम्पन्न किया। इससे पूर्व मैंने कभी किसी पर्वत को इतनी निकटता से कभी नहीं देखा था। मैं सोच भी नहीं सकती थी कि मुझे भी कभी ऐसा अवसर मिलेगा कि मैं इन्हें न केवल इतने पास से देखूँगी, बल्कि एक ऐसे अभियान का हिस्सा भी बनूँगी जो एक नया कीर्तिमान रचेगा। मुझे इस बात पर बहुत गर्व है कि इस उपलब्धि को वर्ल्ड वाइड बुक ऑफ रिकॉर्ड्स में सम्मिलित किया गया है। इस दौरान हमने अधिक ऊँचाई पर प्राकृतिक अध्ययन, एडवेंचर ट्रेनिंग, ग्लेशियर ट्रेकिंग, बोल्डरिंग, रॉक क्लाइंबिंग, रैपलिंग, मोराइन वॉकिंग, फ्रंट प्वाइंट क्लाइंबिंग, आइस क्लाइंबिंग, क्रेवास रेस्क्यू तकनीक, चोटी पर चढ़ना, आपदा तैयारी आदि का प्रशिक्षण लिया। यह प्रशिक्षण हमारे लिए अमूल्य है। हम सामान्य परिवार के बच्चों के लिए तो यह शिक्षा विभाग का बहुत बड़ा उपहार है। अपनी जेब से धनराशि खर्च करके हम कभी ऐसा अनुभव नहीं ले सकते थे। मैं इसके लिए शिक्षा विभाग का दिल से आभार व्यक्त करती हूँ।

प्रियंका

पीएम श्री गवर्नमेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल सिरसा, हरियाणा

सरकारी स्कूलों के विद्यार्थियों ने पर्वतारोहण में बनाया विश्व रिकॉर्ड

संदीप कुमार

निश्चित रूप से पर्वतारोहण एक अद्वितीय, अनुपम एवं शानदार अनुभव है जिसमें आप अपनी क्षमताओं के परे वह कमाल कर जाते हैं जो आपने कभी सोचा भी नहीं हो। और यही कमाल कर दिखाया हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद द्वारा भेजी गई एक्सपीडिशन टीम द्वारा। हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद की ओर से रेनॉक पीक एक्सपीडिशन एवं बेसिक माउंटेनियरिंग कोर्स फॉर स्टूडेंट्स एंड एस्कॉर्ट टीचर्स का आयोजन किया गया जिसमें हरियाणा के 22 जिलों में से एक छात्र एवं एक छात्रा एवं साथ में तीन महिला एस्कार्ट टीचर्स व तीन पुरुष एस्कॉर्ट टीचर्स का चयन किया गया। एस्कॉर्ट टीचर थे- अनीता, अंग्रेज़ी प्रवक्ता रावमा विद्यालय सांघी रोहतक, मंजु, गणित प्रवक्ता, रावमा विद्यालय खरहर झज्जर, निशा, गणित प्रवक्ता, रावमा विद्यालय फतेहाबाद, संजीव कुमार, संस्कृत प्राध्यापक रावमा विद्यालय काछवा करनाल, कृष्ण राठी, पीजीटी भूगोल, रावमा विद्यालय बुंगा पंचकूला एवं संदीप कुमार, ललित कला प्राध्यापक रामॉसंवमा विद्यालय नलवा, हिसार। 44 विद्यार्थियों की इस टीम का नेतृत्व कंटिंजेंट लीडर श्रवण सिंह, विज्ञान अध्यापक, रामा विद्यालय पनौरी करनाल ने किया।

टीम में चयन होने से पहले मुझे आभास नहीं था कि मैं इतनी अद्भुत टीम एवं गौरवमय कार्य का हिस्सा बनने जा रहा हूँ। 18 नवंबर, 2023 को एसडी गर्ल्स सीनियर सेकेंडरी स्कूल करनाल में हमारी टीम पहली बार मिली। हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद, पंचकूला के एसोसिएट कंसलटैंट श्री राम कुमार, श्री सियाराम, कंटिंजेंट लीडर श्रवण सिंह एवं एस्कॉर्ट टीचर संजीव कुमार वहाँ टीम की अगुआई के लिए मौजूद थे। अगले दिन फ्लैग ऑफ सेरेमनी में अतिरिक्त उपायुक्त करनाल वैशाली शर्मा, जिला परियोजना समन्वयक करनाल उर्वशी विज ने सारी टीम के उत्साह को दोगुना कर दिया एवं सकारात्मकता के साथ आईस-एक्स में जड़ा तिरंगा व शिक्षा विभाग का झंडा देकर रवाना किया। करनाल से हमारी टीम दिल्ली के लिए बसों में निकली जहाँ से हमें ट्रेन से न्यू जलपाईगुड़ी स्टेशन तक जाना था। एक्सपीडिशन टीम के साथ यह ट्रेन का सफर लाजवाब रहा क्योंकि सभी विद्यार्थियों एवं एस्कॉर्ट टीचर्स के चेहरों पर एक अद्भुत ऊर्जा नज़र आ रही थी। कुछ विद्यार्थी एवं एस्कॉर्ट टीचर्स इस प्रकार के अनुभव से पहले गुज़र कर चुके थे, लेकिन कुछ के लिए यह बिल्कुल नया अनुभव था।

21 नवंबर, 2023 को दोपहर 12:15 बजे हम न्यू जलपाईगुड़ी स्टेशन पर पहुँचे। वहाँ पर विभाग द्वारा उपलब्ध करवाई गई कैब मिली जिससे हमें दार्जिलिंग जाना था। अब शुरू होता है सफर पहाड़ों का, हरियाली का, चाय के बागानों का, ठंडी-ठंडी हवाओं का, नये रास्तों का। इन सभी के साथ हमारी टीम का हौसला देखने लायक था। इस प्रकार के अद्भुत सफर का आनंद लेते हुए हम विश्व प्रसिद्ध हिमालयन माउंटेनियरिंग इंस्टिट्यूट दार्जिलिंग पहुँचे। हमारी टीम का स्वागत अत्यंत भव्यता से सूबेदार महेंद्र यादव (भारतीय थल सेना) ने अपने जवानों के साथ किया। कितना अच्छा लगता है आपके सामने पूरे अनुशासन के साथ भारतीय सेना की यूनिफॉर्म में सैनिक खड़े होते हैं और आप उनसे हाथ मिला रहे होते हैं। हमें बताया गया कि शाम को हमारा मेडिकल चैकअप है और अगले दिन सुबह हमें पाँच बजे फॉल इन होना है एवं कल से ही हमारी ट्रेनिंग स्टार्ट होगी।

अगले दिन सुबह पाँच बजे मॉर्निंग बेल हुई। सारी टीम फॉल इन ग्राउंड में ही इकट्ठी हुई। स्ट्रेचिंग, पीटी, ऑल बॉडी एक्सरसाइज और उसके बाद दौड़। सीधे रास्तों की बजाय चढ़ाई वाले रास्तों पर दौड़ना मुश्किल ज़रूर लग रहा था लेकिन भविष्य में हमें जिस ऊँचाई तक पहुँचना था उसके लिए यह केवल एक परिचय मात्र था।

अब अगले कुछ दिन इसी प्रकार से हमें मानसिक और शारीरिक रूप से तैयार किया जाना था। ट्रेनर्स से हम सब का परिचय करवाया गया। सभी ट्रेनर्स कुशल पर्वतारोही थे और ऊँची-ऊँची चोटियों पर जाने का अनुभव लिए हुए थे। अगली कुछ कक्षाओं में हमें पर्वतारोहण से संबंधित विभिन्न विषयों के बारे में जानकारी दी गई तथा उन ढेर सारे उपकरणों के बारे में बताया गया, जो हमें माउंटेनियरिंग के वक्त काम आते हैं। इसके बाद ये सभी उपकरण हमें उपलब्ध भी करवाए गए। हिमालयन माउंटेनियरिंग इंस्टीट्यूट की व्यवस्था बेहतरीन थी। हमें विभिन्न प्रकार की गाँठों, ऊँची-ऊँची चोटियों, माउंटेनियरिंग के दौरान होने वाले खतरों से भी अवगत करवाया गया एवं समस्याओं के समाधान के बारे में भी बताया गया। वॉल-क्लाइंबिंग एवं रॉक क्लाइंबिंग करवाई गई जिससे हम भविष्य में करने वाले ऐतिहासिक कार्य के लिए तैयार हो जायें एवं माउंटेनियरिंग के लिए प्रयुक्त इक्विपमेंटस से अच्छी तरह से परिचित हो जायें।

इस बीच हमें अभ्यास के लिए दो ट्रैक भी करवाए गए। सबसे पहले हमें टाइगर हिलट्रैक (8,497 फ़ीट) करवाया गया जिसे हमारे दल ने निश्चित समय में पूरा कर लिया और सभी छात्र एवं छात्राएँ निर्धारित समय पर टाइगर-हिल पर पहुँचे। इसके बाद हमें क्वालिफाई करना था पैण्डम ट्रैक जो एशिया के सबसे मुश्किल ट्रैक्स में से एक माना जाता है। इस ट्रैक को हिमालयन माउंटेनियारिंग इंस्टीट्यूट द्वारा एक्सपीडिशन पर जाने से पहले प्रत्येक ग्रुप द्वारा करवाया जाता है एवं जो प्रतिभागी निश्चित समय में निश्चित भार के साथ इसे पूरा करता है, उसे ही आगे एक्सपीडिशन के लिए ले जाया जाता है। हरियाणा शिक्षा विभाग की टीम ने इस ट्रैक को भी निश्चित समय में पूरा किया एवं कुछ ने तो निश्चित

समय से आधा घंटा पहले ही इस ट्रैक को पूरा कर लिया। हमारी टीम का जोश बता रहा था कि हम तैयार हैं।

1 दिसंबर, 2023 हमारी टीम सुबह दार्जिलिंग से यक्षुम जाने के गाड़ियों में निकली। दोपहर बाद हम यक्षुम पहुँचे एवं वहाँ पर टीम ने मिलकर टेंट पिचिंग की। आज की रात हमें यक्षुम में ही बितानी थी। पहाड़ों में किसी भी स्थान पर पहुँचकर वहाँ के वातावरण में अपने आपको सहज किया जाता है जिसे एक्लामेटाइजेशन कहते हैं। किसी भी स्थान पर पहुँचकर तुरंत आराम नहीं किया जाता बल्कि उससे थोड़ी ऊँचाई पर जाकर वापस आया जाता है या फिर वहाँ पर थोड़ा घूमा जाता है। पहाड़ों में हर स्थान पर मॉनेस्ट्रीज देखने को मिल जाते हैं इसी प्रकार की एक प्राचीन मोनेस्ट्री में हमें यक्षुम में घुमाया गया। अब एक तरह से शुरुआत हो चुकी थी हमारी कठिन एवं रोचक यात्रा की। हिमालयन माउंटेनियरिंग इंस्टिट्यूट के आरामदायक बिस्तर से निकलकर आज हमें टेंटों में अपनी रात गुज़ारनी थी और सुबह शोका (9,700 फीट) की यात्रा पर निकलना था, जोकि कंचनजंगा नेशनल पार्क के जंगल से होते हुए चार पुल पार करने की थी।

2 दिसंबर, 2023 को सुबह हमारी टीम ने अपनी यात्रा शुरू की। थोड़ा सा चलते ही हमें पता चला कि अब यहाँ पर जनजीवन नहीं है और केवल प्रकृति है, पहाड़ हैं, झरने हैं, नदियाँ हैं, पेड़ हैं, खुली हवाएँ हैं और शानदार मौसम है। शुरुआत में थोड़ा थके क्योंकि रास्ता बिल्कुल नया था एवं पहाड़ी रास्तों का पहला अनुभव था, लेकिन टीम बहुत जोश के साथ चल रही थी। रास्ते में विभिन्न प्रकार की वनस्पति एवं पेड़ देखने को मिल रहे थे जिनमें से अधिकतर को हम पहली बार देख रहे थे। रास्ते में खाने के लिए हमें कुछ ड्राइ फ्रूट्स एवं चॉकलेट दी गई थीं। यहाँ पर एक बात और बता देना ज़रूरी है की पर्वतरोही सफाई का विशेष ख्याल रखते हैं। हम सभी को एक बिन बैग दिया गया था जिसमें हम टॉफीस एवं चॉकलेट के रैपर्स डाल सकते थे। हमारे कंटिंजेंट लीडर द्वारा हमें आदेश दिया गया एवं हमारी टीम ने डिसाइड किया कि यदि गलती से बीच में भी कोई रैपर या फिर कोई इस प्रकार की चीज़ पड़ी हुई दिखाई देती है तो हम उसे उठाकर अपने बिन में डाल लेंगे एवं कहीं पर डस्टबिन मिलेगा तो वहाँ पर उसे खाली कर देंगे। पहाड़ों को सुंदर रखने की मुहिम में हम भी शामिल हो गए।

आज हमारी मंज़िल थी शोका (9700 फ़ीट) जहाँ हमें रात्रि निवास करना था और इस बीच एक दो रेस्ट पॉइंट भी थे। शाम को लगभग तीन बजे हम शोका पहुँचे। हमारे कपड़े पूरी तरह से पसीने से भीग चुके थे। बिना मोबाइल नेटवर्क के, बिना बिजली के एवं इतनी ठंड में रहना चुनौतीपूर्ण अनुभव था। रात को बहुत ठंड थी हालांकि हमारी स्वास्थ्य जाँच लगातार की जा रही थी। आज शाम का खाना भी कल की तरह हमें अपने मस्टिन में खाना था। प्राकृतिक झरने में हम विद्यार्थियों के साथ झरने के पानी में मस्टिन को साफ कर रहे थे। पानी इतना ठंडा था कि हाथ डालना भी बहुत मुश्किल था। खैर, अब हम इस मौसम के आदी होते जा रहे थे।

इंस्ट्रक्टर्स के आदेश के अनुसार हमने अगले दिन

4 दिसंबर, 2023 को अपनी यात्रा शुरू की और हमारा अगला पड़ाव था- जोंगरी (12,700 फीट)। इस स्थान को सबसे ठंडी जगह बताया जा रहा था क्योंकि यहाँ पर सर्द हवाएँ चलती हैं। एकदम सीधी चढ़ाई, कभी-कभी आड़े-तिरछे रास्ते, नदियों को पार करना, गज़ब के अनुभव के साथ सभी विद्यार्थी अपनी मंज़िल की तरफ बढ़ रहे थे। कंटिंजेंट लीडर श्रवणसिंह के अनुभव का फायदा हमारी टीम को लगातार मिल रहा था। चढ़ाई का आज दूसरा दिन था तो रास्तों से थोड़ी जान-पहचान हो गई थी। कदम अब सँभाल कर रखे जा रहे थे। रास्ते में आने वाले सभी स्थानों, वनस्पतियों, नदियों की जानकारी एचएमआई ट्रेनर्स द्वारा हमें दी जा रही थी। जोंगरी के मौसम के बारे में हमारी टीम को पहले से ही अवगत करवा दिया गया था तो मानसिक रूप से हम तैयार थे। सफर के दौरान बीच-बीच में कई रेस्ट पॉइंट आते थे जोकि मानसिक स्वभाव के अनुसार बहुत अच्छे लगते। मुख्यतः पर्वतारोहण के दौरान आपके पेस के अनुसार किसी दल के तीन हिस्से हो जाते हैं जिसमें पहला दल सबसे आगे वाला होता है। दूसरा मध्य में चलता है और तीसरा पीछे वाला होता है। पीछे इंस्ट्रक्टर्स चलते हैं। एक इंस्ट्रक्टर सबसे आगे भी होता है जो रास्ता दिखाता है और बीच में भी कुछ इंस्ट्रक्टर्स होते हैं जो समूह सदस्यों को निर्देश एवं सहयोग करते हुए चलते हैं। थोड़े समय के बाद दल की तारतम्यता सी बन जाती है और समूह में एक दूसरे की गति, क्षमता आदि को सब समझने लग जाते हैं। इस प्रकार एक विशेष प्रकार की सहयोग की भावना विकसित हो जाती है। आज हम अपने निर्धारित समय पर आज की मंज़िल जोंगरी पहुँचे। ये स्थान अब तक का सबसे खूबसूरत स्थान था। यह उन पहाड़ों के बीच स्थित एक ऊँचा पहाड़ था जिससे सारे ऊँचे शिखर दिखते थे। हालांकि टाइगर हिल भी एक ऐसा ही स्थान था लेकिन फर्क ये था कि उसके आस-पास आबादी थी और इसके आस-पास ढेर सारी पहाड़ियाँ।

अगले दिन हमने एक नई ऊर्जा के साथ अपनी

यात्रा की शुरुआत की और अगला पड़ाव था हिमालयन माउंटेनियरिंग बेस कैंप। आज हमें 9,700 फीट से 14,500 फीट पर जाना था तो एक अलग प्रकार की चुनौती हमारे सामने थी। हालांकि जोंगरी तक पहुँचते-पहुँचते हम बादलों के अंदर से गुज़र कर ही आए थे लेकिन चौरीखांग (एचएमआई बेस कैंप) तक पहुँचने में हमें बादलों की एक और परत को पार करते हुए नीचे घाटी में उतरते हुए राथौंग-चू (राथौंग नदी) को पार करना था। जॉन्गरीला से होते हुए टेढ़े-मेढ़े पथरीले रास्तों से गुज़रते हम बढ़ रहे थे। रास्ता अब थोड़ा और खतरनाक हो गया था, लेकिन हमारे दल ने एक साथ मिलकर प्रेरणा गीत गाते हुए सभी मुश्किलों को पार किया और दोपहर तक बेस-कैंप पर पहुँच गये। पहाड़ों में हर नया पड़ाव सुंदर से सुंदरतम होता जाता है तो अब सबसे सुंदर जगह हमें बेस कैंप लग रही थी। आज रास्ता काफी लंबा था तो आज हमें आराम करने दिया गया और एक्लामेटाइज़ेशन के लिए हाइट गेन करने के लिए कल सुबह का समय

रखा गया हालांकि हमें आराम नहीं करने दिया गया और हमारी कक्षाएँ ली गयीं। हमसे पहले एक और टीम वहाँ पर एडवांस कोर्स के लिए आई हुई थी एवं उसकी भी ट्रेनिंग चल रही थी। चौरीखांग बेस कैंप से हमें लगभग 500 फीट ऊँचाई पर ले जाया गया। थ्योरी क्लासेस में बताये गये स्थानों को हम यहाँ से देख सकते थे। यहाँ से अनेक पर्वत चोटियाँ जैसे- माउँट राथोंग, माउँट फ्रे, माउँट रीनॉक बिल्कुल स्पष्ट दिखाई दे रही थीं।

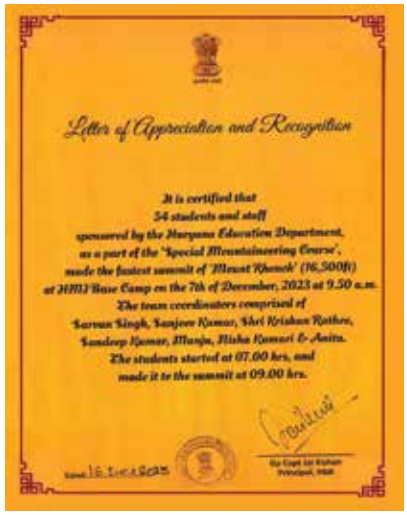
अगले दिन हमें माउंट रेनोक को फतह करना था जो वहाँ से दिख रही थी। एक उमंग के साथ हमारी टीम वहाँ से आई और आराम किया। बेस-कैंप का मौसम बहुत ठंडा था एवं वहाँ पर जीवन यापन करना अत्यंत कठिन था लेकिन हरियाणा शिक्षा विभाग के इस दल ने पूर्ण साहस एवं जुनून के साथ बेहतरीन कार्य क्षमता का परिचय दिया। हवाएँ बहुत ठंडी थीं। पानी को यदि खुला छोड़ दिया जाए तो थोड़ी सी देर में वह जम जाता था। लघु-शंका आदि के लिए टेंट से बाहर निकलना, खाना खाने से लेकर मिस्टिन को साफ करना भी चुनौतीपूर्ण कार्य बन गया था।

7 दिसंबर, 2023 को प्रातः सात बजे हमारा दल पूर्ण जोश के साथ शिखर फतह करने के लिए निकला। आज सबका उत्साह देखने लायक था। ट्रेनर्स हमारी गति की सराहना कर रहे थे और कह रहे थे कि लग रहा है यह दल बहुत कम समय में रेनोक पीक (16,500 फीट) तक पहुँच जाएगा। आधे रास्ते तक हम अलग-अलग अपने रैक्सक बैग्स के साथ गए, लेकिन इसके बाद में एकदम सीधी चढ़ाई शुरू हुई जिसके लिए हमें अलग-अलग दलों में बाँट दिया गया। प्रत्येक दल में 6 से 7 लोग थे। दल सदस्य आपस में एक रस्सी के साथ बँधे हुए थे एवं प्रत्येक दल के साथ एक ट्रेनर भी था। निश्चित रूप से खतरा था लेकिन बहुत सावधानी के साथ इस कार्य को अंजाम दिया गया। हम अपनी मंज़िल की ओर बढ़ रहे थे और यह मुश्किल रास्ता बहुत ही रोचक लग रहा था। इन सभी ऊँचे-ऊँचे पत्थरों पर चढ़ते हुए आख़िरकार हम माउंट रेनोक पहुँचे। भारत माता की जय, वंदे मातरम्, जय हरियाणा, जय शिक्षा विभाग हरियाणा, जय हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद के नारे गूँज रहे थे और हरियाणा विद्यालय शिक्षा विभाग द्वारा भेजी गई इस टीम ने रिकॉर्ड समय में इस कीर्तिमान को स्थापित कर दिया था।

टीम का पहला दल सुबह 9:38 पर पीक समिट कर चुका था। हम सब की खुशी देखने लायक थी व एक दूसरे के चेहरे की आभा देखकर हम खुश हो रहे थे। हम एक दूसरे को बधाई दे रहे थे। नारे लगाते हुए हम बेस कैंप पहुँचे। शायद प्रकृति भी हमारे साथ इस जश्न में शामिल होना चाहती। जैसे ही बेस कैंप पहुँचे तो बर्फबारी शुरू हो गई एवं जश्न के माहौल में चार चाँद लग गए। पूरे दल में खुशी की लहर दौड़ गई एवं इस पल को सभी ने त्यौहार की तरह मनाया। बहुत से प्रतिभागियों

श्रवण सिंह राजकीय माध्यमिक विद्यालय, पनौड़ी, जिला करनाल, में विज्ञान अध्यापक के रूप में कार्यरत हैं। आपने 2016 तथा 2019 में में माउंट फ्रेंडशिप पीक, 2021 यूनम पीक व 2023 में रिनॉक पीक के पर्वतारोहण अभियान का नेतृत्व किया। आपने 2019 में उत्तरी अमेरिका के वेस्ट वर्जीनिया में आयोजित वर्ल्ड स्काउट जंबूरी, 2022 में मंगलौर में आयोजित अंतरराष्ट्रीय सांस्कृतिक स्काउट जंबूरी, 2023 में पाली (राजस्थान) में आयोजित राष्ट्रीय स्काउट जंबूरी में प्रशिक्षक के रूप में कार्य किया। इसके अलावा आपने पचमढ़ी (मध्य प्रदेश), मनाली (हिमाचल प्रदेश), कर्सियांग (पश्चिम बंगाल), केरल, फाजिल्का (पंजाब) और शिमला (हिमाचल प्रदेश) आदि स्थानों पर आयोजित विभिन्न साहसिक शिविरों में प्रशिक्षक की भूमिका निभाई।

निशा कुमारी, राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय रतिया, जिला फतेहाबाद में पीजीटी गणित हैं। आप 2023 के माउंट रेनोक अभियान दल का हिस्सा थीं। गाइड कैप्टन की आपने एडवांस ट्रेनिंग ले रखी है। जनवरी 2023 में पाली (राजस्थान) में आयोजित 18 वीं राष्ट्रीय स्काउट जंबूरी में आप भाग ले चुकी हैं। जून 2022 में मनाली में आयोजित 'साहसिक शिविर' में भी आपने भाग लिया था। इसके अलावा आप थियेटर से भी जुड़ी हैं। आपने अगस्त 2023 में पंजाब विश्वविद्यालय चंडीगढ़ में राज्य स्तरीय थिएटर कार्यशाला में भी शिरकत की थी।


Letter of Appreciation and Recognition

It is certified that
54 students and staff
sponsored by the Haryana Education Department,
as a part of the 'Special Mountaineering Course',
made the fastest summit of 'Mount Rhenok' (16,500ft)
at HMI Base Camp on the 7th of December, 2023 at 9.50 a.m.
The team coordinators comprised of
Karnan Singh, Sanjeev Kumar, Shri Krishan Rathee,
Sandeep Kumar, Manju, Rishu Kumari & Anita.
The students started at 07.00 hrs, and
made it to the summit at 09.00 hrs.

के लिए बर्फबारी देखने का भी यह पहला अनुभव था और निश्चित ही पहला अनुभव बहुत शानदार होता है और उसके साथ-साथ हमारी सफलता का जश्न, बस आनंद ही आनंद। आज की रात बहुत सुकून भरी थी। आज रात को हमें कोई सपना नहीं आया क्योंकि हम अपने सपने को पूरा कर चुके थे।

अगले दिन हमें वापसी करनी थी और यह भी एक चुनौती का कार्य था क्योंकि पर्वतारोहण में जितना कठिन चढ़ना होता है उससे अधिक कठिन उतरना होता है एवं दुर्घटना की आशंका रहती हैं। कल ही बर्फबारी हुई थी तो आगे काफी दूरी तक हमें बर्फीले रास्ते से गुज़रना पड़ा। कुशल प्रशिक्षकगण, कंटिंजेंट लीडर एवं एस्कॉर्ट टीचर्स की अगुवाई में हमारा दल सुरक्षित रूप से चल रहा था। बीच-बीच में बादलों के नज़ारे दर्शनीय थे। उतरते हुए हम प्राकृतिक नज़ारों को और अधिक देख पा रहे थे जोकि हमने चढ़ाई के दौरान ध्यान से नहीं देखे थे क्योंकि स्वाभाविक रूप से हमारा ध्यान मंज़िल की ओर अधिक था। वापसी में हमने यक्षुम से पहले केवल एक ही जगह शोका में रात्रि विश्राम किया। अब हम ऊँचाई से नीचे आ रहे थे तो मानसिक और शारीरिक रूप से आराम महसूस हो रहा था। अगले दिन हम यक्षुम तक पहुँचे एवं गाड़ियों से हिमालयन माउंटेनियरिंग इंस्टीट्यूट तक। यहाँ पर हमारा स्वागत धूमधाम से हुआ। अब हमारे मोबाइल भी नेटवर्क में आ गए थे। हम अपने घर वालों से बात कर सकते थे। एक अलग ही माहौल था। एक दूसरे को बधाई दे रहे थे और कामयाबी का जश्न मना रहे थे। जश्न हो भी क्यों न। यह सब एक ऐसे दल का हिस्सा बन चुके थे जिन्होंने इतिहास रच कर कर हरियाणा शिक्षा विभाग का नाम सुनहरे अक्षरों में वर्ल्डवाइड बुक ऑफ़ रिकॉर्ड्स में लिख दिया था।

ललित कला प्रवक्ता
रामॉसंवमा विद्यालय
नलवा, हिसार, हरियाणा

मंजू राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय खरहर, झज्झर में पीजीटी मैथ्स के रूप में सेवाएँ दे रही हैं। आप नवंबर-दिसंबर 2023 के माउंट रीनोक चोटी (5032 मीटर) पर्वतारोहण अभियान में वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाने वाली टीम का हिस्सा थीं। आपने 2023 में स्पेशल माउंटेनियरिंग कोर्स एचएमआई दार्जिलिंग (पश्चिम बंगाल) से किया। आपने दिसंबर 2018 में राष्ट्रीय एडवेंचर कैंप केरल में तथा फरवरी 2020 अंतरराष्ट्रीय एडवेंचर कैंप पचमढ़ी मध्य प्रदेश में भाग लिया। 2024 में आपने राष्ट्रीय एडवेंचर कैंप पचमढ़ी (मध्य प्रदेश) में सहायक प्रशिक्षक के रूप में कार्य किया। इसके अलावा आप 2022 में राष्ट्रीय मास्टर्स स्विमिंग प्रतियोगिता, 2023 में राष्ट्रीय फेडरेशन कप तथा स्टेट ओपन स्विमिंग प्रतियोगिता में पदक जीत चुकी हैं।

संजीव कुमार राजकीय मॉडल संस्कृति व.मा. विद्यालय काछवा, ज़िला करनाल में पीजीटी संस्कृत के रूप में कार्यरत हैं। आपने स्पेशल माउंटेनियरिंग कोर्स एवं माउंट रीनोक चोटी (5,032 मीटर) सिक्किम क्षेत्र के पर्वतारोहण अभियान में, हिमालयन माउंटेनियरिंग संस्थान, दार्जिलिंग (पश्चिम बंगाल) में प्रतिभागी के रूप में भाग लिया। आप अनेक अंतरराष्ट्रीय एवं राष्ट्रीय साहसिक कार्यक्रम पचमढ़ी (मध्य प्रदेश), मनाली (हिमाचल प्रदेश), कर्सियांग (पश्चिम बंगाल), केरल और शिमला में प्रतिभागी के रूप में भाग ले चुके हैं। स्काउटिंग में आपने एडवांस कोर्स किया हुआ है। दिसंबर 2022 में अंतरराष्ट्रीय सांस्कृतिक स्काउट जंबूरी में आपने प्रतिभागी के रूप में तथा 2023 में पाली (राजस्थान) की राष्ट्रीय स्काउट जंबूरी में सहायक प्रशिक्षक के रूप में भूमिका निभाई।

श्री कृष्ण राठी पंचकूला ज़िले के राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, बुंगा में पीजीटी भूगोल हैं। आपने नवंबर-दिसंबर 2023 में सिक्किम क्षेत्र के स्पेशल माउंटेनियरिंग कोर्स एवं माउंट रीनोक चोटी पर्वतारोहण अभियान, हिमालयन माउंटेनियरिंग संस्थान, दार्जिलिंग (पश्चिम बंगाल) में प्रतिभागी के रूप में भाग लिया। ट्रैकिंग में आपकी विशेष रुचि है। आपने 2017 में हिमाचल प्रदेश के चंद्राकानी दर्रे, 2018 में 13,799 फीट की ऊँचाई पर स्थित सारपास, 2019 में 11965 फुट की ऊँचाई की चूरधार चोटी, एवरेस्ट बेस कैंप आदि पर सफलता से ट्रैकिंग की है। इसके अलावा साइकिल से भी दुर्गम स्थलों की लंबी-लंबी दूरी तय की है।

अनीता, सांधी, रोहतक के शहीद समुंद्र सिंह रावमा विद्यालय में पीजीटी अंग्रेज़ी हैं। आप भी नवंबर-दिसंबर 2023 के माउंट रीनोक चोटी (5,032 मीटर) पर्वतारोहण अभियान में वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाने वाली टीम का हिस्सा थीं। आप हिमाचल प्रदेश के मनाली में विभाग द्वारा आयोजित एडवेंचर शिविरों में भी भाग ले चुकी हैं। इसके अलावा स्काउटिंग गाइडिंग से भी आप जुड़ी हैं। आपने नवंबर 2023 में आयोजित जिला स्तरीय स्काउट-गाइड कैंप में भी भाग लिया है। इसके अलावा आप विभाग द्वारा आयोजित विभिन्न शैक्षणिक यात्राओं में भी अपने विद्यालय के विद्यार्थियों के साथ भाग लेती रहती हैं।

संदीप कुमार हिसार ज़िले में नलवा के राजकीय मॉडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में ललित कला प्राध्यापक हैं। ट्रैकिंग व विभिन्न साहसिक गतिविधियों में बचपन से रुचि रही है। माउंट रीनोक चोटी अभियान आपके लिए पर्वतारोहण के क्षेत्र में पहला अनुभव था। आप एक दशक से स्काउटिंग गतिविधियों से भी जुड़े हुए हैं। स्काउटिंग में आपने एडवांस कोर्स किया हुआ है। अनेक दुर्गम स्थलों की आप ट्रेकिंग कर चुके हैं तथा विभाग द्वारा आयोजित विभिन्न एडवेंचर कैंपों में भाग ले चुके हैं। किसी यात्रा के उपरांत आपके द्वारा लिपिबद्ध किए गए यात्रा वृत्तांत काफी रोचक होते हैं।

अन्वेषी बनाते नेचर स्टडी व एडवेंचर कैंप

डॉ. ओमप्रकाश कादयान

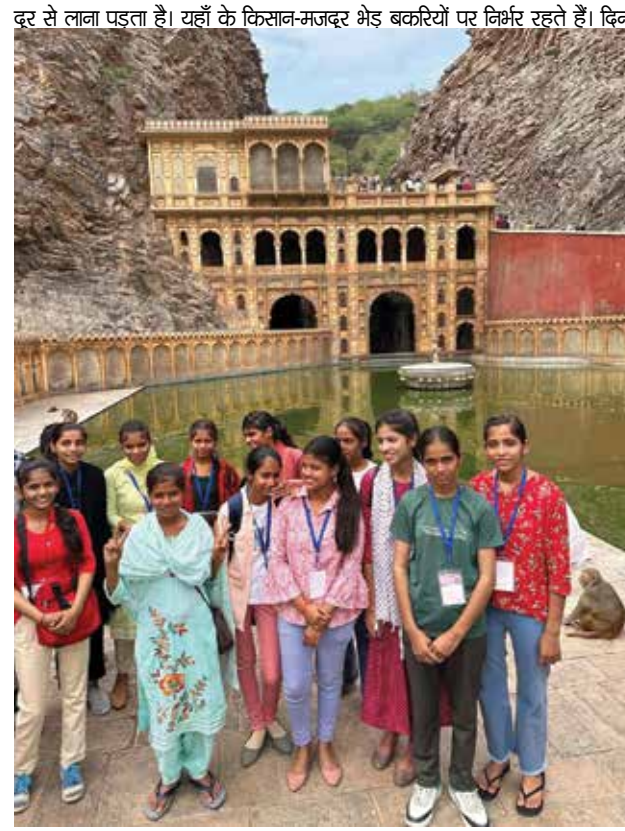
विद्यालय शिक्षा विभाग हरियाणा के द्वारा विभिन्न स्थानों पर नेचर स्टडी व एडवेंचर कैंपों का आयोजन किया जाता है, जो विद्यार्थियों के लिए काफी उपयोगी साबित हो रहे हैं। यहाँ आकर विद्यार्थी न केवल भारत देश की सांस्कृतिक विविधता से परिचित होते हैं, बल्कि उस स्थान विशेष के जीवन को भी निकटता से देखते हैं। यहाँ उन्हें जो अनुभव मिलते हैं, वे उनके लिए अविस्मरणीय बन जाते हैं। यहाँ प्रस्तुत है कुछ ऐसे स्थानों का विवरण जहाँ प्रदेश के विद्यार्थी नेचर स्टडी कार्यक्रम के तहत भ्रमण करते हैं-

पचमढ़ी-

पचमढ़ी ऊँचे पहाड़ों की देह पर उगे घने जंगलों के बीच ऐसा पर्यटन स्थल है जो घुमक्कड यात्रियों, प्रकृति प्रेमियों, फोटोग्राफरों, भूगोल शास्त्रियों तथा शोधकर्ताओं को अपनी ओर खींचता है। यहाँ आने से एहसास होता है कि जैसे सतपुडा के जंगल हमें बुला रहे थे। इन जंगलों, यहाँ की भौगोलिक स्थितियों, कठोर पहाड़ों को समझना आवश्यक है ताकि मनुष्य प्रकृति को गहराई से समझ सके तथा उसके संरक्षण में अपनी महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा सके। पचमढ़ी क्षेत्र ऐसा है जहाँ विद्यार्थी व शिक्षक आकर बहुत कुछ सीखते, देखते, समझते है। यहाँ ऐसा बहुत कुछ है जिस पर शोध करके ज्ञान वृद्धि की जा सकती है। पचमढ़ी के चारों ओर सतपुड़ा के घने जंगल हैं जिनमें बाघ, तेंदुए, बायसन, सियार, भेडिये, लोमड़ी, जंगली कुत्ते, अजगर, बड़ी गिलहरियाँ, बारहसिंगा, चीतल, हिरण, नीलगाय, काला हिरण, सांभर, चौसिंगा, जंगली सुअर, उड़न गिलहरी, पेंगुइन, मगरमच्छ, लंगूर, काला भालू आदि के अलावा सैंकडों प्रजातियों के पक्षी पाए जाते हैं। इनमें धनेश व मोर प्रमुख है। कई तरह के बाज, चील, गिद्ध, छोटे-बड़े तोते, जंगली मुर्गे, कोयल, मैना, कौवा, नीलकंठ, कई तरह की चिड़ियाँ, गैलस सोनेरती, हार्स फील्डी, इंडियन स्कीमर, बत्तख, सवाना, लाल अवढावत, लैपविंग आदि यहाँ पर पक्षियों की 300 के आसपास प्रजातियाँ पाई जाती हैं। इन जंगलों में 44 प्रकार के स्तनधारी, 31 सरीसृप, 500 से अधिक कीटों की प्रजातियाँ पाई जाती हैं। इन जंगलों में 1300 से अधिक वनस्पतियाँ पाई जाती है। यहाँ पर शोध के लिए बहुत कुछ है। बच्चे इनके बारे में जितनी हो सके, जानकारी जुटाते हैं, इन्हें गहराई से समझने का प्रयास करते हैं। यहाँ के जंगल, यहाँ के पहाड़ रहस्य-रोमांच से भरे पड़े है। यहाँ के पत्थर-पहाड़, इतिहास व भूगोल की कहानियाँ सुनाते हैं। यहाँ के पहाड़ों को ध्यान से देखते हैं तो उनकी परतों में पत्थरों की विशालकाय प्लेटों में शंख, सीपी व छोटे-बड़े गोल पत्थरों की कतारें है। जिससे पता चलता है कि ये पहाड़ समुद्री हलचल से सिकुड़कर ऊपर उठे व पहाड़ों का रूप ले लिया। यहाँ के पहाड़ों में जगह-जगह प्राकृतिक तौर पर बनी या मानव निर्मित विशालकाय गुफाएँ, बेहद ऊँचाई से गिरते झरने, पत्थरों की कठोर देह के सीने पर उगे जंगल, आड़े-टेढ़े आकार के पेड़, सब शोध का विषय हैं। टाइगर रिजर्व समेत कई जगह गुफाओं में, शिलाओं पर हज़ारों वर्ष पूर्व बने शैलचित्र भी शोध का विषय हैं।

जैसलमेर-

जैसलमेर कलात्मक किला, तराशे हुए बालू पत्थरों से बनी खूबसूरत हवेलियों, छतरियों, दूर तक पसरे बालू टीलों का इलाका है। यहाँ का जन जीवन रहन-सहन अलग ही है। रेत के टिब्बे अधिक, हरियाली कम है। यहाँ बहुत सी जड़ी बूटियाँ मिल जाती हैं। शोध का एक ये भी खास पहलू है कि बालू टीलों पर जीवन कैसे पनपता है। जब विद्यार्थी यहाँ गए तो उन्होंने देखा कि इन बालू टीलों पर छोटे-बड़े असंख्य भूंड, रेत में रहने वाली छिपकलियाँ, साँप व अन्य जीव कैसे जीवित रहते हैं। यहाँ बच्चों को समझाया जाता है कि इन जंतुओं का निर्वाह कैसे होता है। एक दूसरे पर कैसे ये निर्भर हैं। पानी के बिना ये कैसे रहते हैं। यहाँ की वनस्पतियाँ भी देश के अन्य भागों से अलग हैं। लोगों को पानी दूर से लाना पड़ता है। यहाँ के किसान-मजदूर भेड़ बकरियों पर निर्भर रहते हैं। दिन



भर रेत तपता है तथा रात को मौसम ठंडा व सुहाना हो जाता है। यहाँ का जीवन कठिन है, इसके बावजूद यहाँ के लोग शांत स्वभाव के हैं। यहाँ की कला, लोककला, लोक से होकर महलों तक पहुँची है तथा कलात्मक इमारतें, कला शिल्प का अनूठा उदाहरण हैं। यहाँ के नृत्य, यहाँ का संगीत सबको प्रभावित करता है। यहाँ का लोक साहित्य अति समृद्ध है। यह सभी शोध व ज्ञान का विषय है। जब विद्यार्थी यहाँ आते हैं तो बहुत कुछ सीख कर जाते है। जो किसी न किसी रूप में जीवनभर काम आता है।

मनाली-

मनाली क्षेत्र खूबसूरत जंगलों, आकर्षक झरनों, सुन्दर घाटियों, दिव्य नज़ारों, बड़े-बड़े सेब के बागानों, ग्लेशियरों से ढ़की पर्वत चोटियों, सीढ़ीदार खेतों, नदियों, मेहनतकश लोगों, रंग-बिरंगे पंछियों, उमड़ते-घुमड़ते बादलों, सर्दी के बर्फबारी के दृश्यों का क्षेत्र है। ऐतिहासिक व धार्मिक मन्दिरों, पर्यटन स्थलों, संगीत व लोक गीतों का क्षेत्र है। विद्यार्थियों के लिए यहाँ शोध करने के द्वार खुले हैं। यह क्षेत्र जड़ी-बूटियों, औषधीय वनस्पतियों से भरा पड़ा है। यहाँ वर्षा काल में बादलों के जमघट, बरसात के सौन्दर्य, स्वच्छ व निखरी प्रकृति के अद्भुत नज़ारें हैं तो गर्मियों में मस्त करने वाली ठंडी हवा, आँखों को सुकून देती हरियाली दिखाई देती है। वसंत में पूरी प्रकृति अपने संपूर्ण यौवन में दिखाई देती है। सेब, आलूबुखारे, आड़ू आदि के पेड़ जब फूलों से लदे होते हैं तो एक मनोहारी दृश्य सामने आता है। सर्दी के दिनों में जब बर्फबारी होती है तो पूरे जंगल, पेड़-पौधे, मकान, ज़मीन, पत्थर सब बर्फ से ढक जाते है। विद्यार्थी देखते हैं कि बरसात का पानी जमीन तक आते-आते कैसे बर्फ के छोटे-छोटे फाहों में बदल जाता है तथा समस्त प्रकृति को सफेद रंग में रंग देता है। तरल पानी कैसे बर्फ के कणों में तबदील होता है। बर्फ के छोटे-छोटे कण मोती की तरह चमकने लग जाते हैं। बर्फ गिरने के दो दिन बाद वह नर्म बर्फ ठोस बर्फ में बदल जाती है। विद्यार्थी यहाँ आकर प्रकृति की बारीकियों पर नज़र रखते हैं। वे प्रकृति से सीधे जुड़ते हैं तथा प्रकृति से बहुत कुछ सीखते हैं। विद्यार्थी, पेड़-पौधे, वनस्पतियों, जल-स्रोतों, पशु-पक्षियों व जीव-जन्तुओं के संरक्षण के बारे में भी संवेदनशील होते हैं। यही इन यात्राओं की बड़ी उपलब्धि है।

केरल-

केरल समुद्री तटों, नदियों, झरनों, जड़ी-बूटियों, हरियाली बागानों, सुन्दर पक्षियों का राज्य है। जब विद्यार्थी केरल यात्रा पर जाते हैं तो जोहड़-तालाब देखने वाले विद्यार्थी समुद्र की विशालता गर्जना करने वाली लहरों को देखते हैं तो उन्हें एक सुखद आश्चर्य होता है। वे समुद्र के किनारों पर पड़ी शंख-सीपियों को देखते हैं। लहरों संग दौड़ते हैं या धूप सेकते केकड़ों को, अनेक तरह के उड़ते, या फिर समुद्री जीवों की तलाश करते बहुत से पंछियों को देखते हैं तो यह जानकारी अपनी नोट बुक में लिख लेते हैं। छोटी-बड़ी नौकाओं में सवार होकर समुद्र के बीच जाकर मछुवारे मछलियाँ पकड़ कर अपना निर्वाह करते हैं। जीवन दाँव पर लगाकर वे किस तरह से भयंकर लहरों से खेलते हैं, ये सब विद्यार्थी देखते है। समुद्र की अपनी एक पूरी दुनिया होती है, ये शोध का विषय हैं। इसके साथ-साथ विद्यार्थियों को वहाँ का जनजीवन दिखाया जाता है। वहाँ के लोगों से मिलवाया जाता है। बच्चे वहाँ का रहन-सहन, वेशभूषा, खान-पान देखते हैं तो उन्हें महत्त्वपूर्ण जानकारियाँ प्राप्त होती हैं। बच्चों को झरने तथा समुद्र के बीच अद्भुत टापू दिखाए जाते हैं। वहाँ की वनस्पतियों की जानकारी दी जाती है। उनके गीत-संगीत, नृत्य से परिचय करवाया जाता है। यहाँ बच्चों के लिए शोध के ऐसे विषय हैं जो पहाड़ों, मैदानी भागों व मरुस्थलीय इलाकों से अलग हैं। इसलिए भी केरल की यात्राएँ विद्यार्थियों के लिए महत्त्वपूर्ण, उपयोगी व ज्ञानवर्धक होती हैं। निःसन्देह नेचर स्टडी एडवेंचर कैंपों में विद्यार्थी बहुत कुछ सीखते हैं। वे अपने देश, विभिन्न राज्यों की संस्कृति से परिचित होते हैं तो विभिन्न तरह की देश की भौगोलिक स्थितियों को समझते हैं तथा प्रकृति को गहराई से जानते हैं।

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय,
एमपी रोही, फतेहाबाद (हरियाणा)

सर्वांगीण विकास करते यूथ एंड इको क्लब

सुदेश रानी

शिक्षा का सबसे पहला उद्देश्य बच्चों का सर्वांगीण विकास करना है। विद्यालय बच्चों में अंतर्निहित प्रतिभा को पहचानने और उसे निखारने का स्थान हैं। शहरीकरण, तकनीक के विस्तार और जनसंचार माध्यमों के प्रभाव आदि बदलावों के कारण यह आवश्यकता पैदा हुई है कि स्कूलों को न केवल अपने छात्रों का संज्ञानात्मक विकास करना चाहिए, बल्कि उनकी भावात्मक और साइकोमोटर क्षमताओं को भी बढ़ावा देना चाहिए।

समग्र शिक्षा की परिकल्पना है कि स्कूलों में दी जाने वाली शिक्षा ऐसी होनी चाहिए कि शिक्षार्थी अपनी प्रतिभा को पूरी क्षमता से विकसित कर सकें। शैक्षिक और सह-शैक्षिक दोनों क्षमताओं को समान महत्त्व देने से, विद्यार्थी वह कौशल हासिल करते हैं जो उन्हें अपने अधिकारों को जानने, अपने सामाजिक दायित्व समझने, व्यक्तित्व में आत्मविश्वास और लचीलापन विकसित करने और हिचकिचाहट, संकोच, तनाव आदि नकारात्मक भावनाओं का मुकाबला करने में मदद करता है। इन कौशलों को क्लास-रूम टीचिंग की बजाय अनुभवात्मक दृष्टिकोण के माध्यम से बढ़ाया जा सकता है।

समग्र शिक्षा के तहत वर्ष 2019-20 में पहली बार प्राइमरी से सीनियर सेकेंडरी तक यूथ क्लब और इको क्लब के लिए अनुदान प्रदान किया गया था। मकसद यही था कि राजकीय विद्यालयों के विद्यार्थी कक्षा-कक्ष से बाहर निकलकर मित्रों के संग मौज-मस्ती करते हुए समाजोपयोगी गतिविधियों से जुड़ें, उत्पादक बनें तथा स्थानीय समुदाय और दुनिया पर सकारात्मक प्रभाव डालने में सक्षम बनें।

स्कूल में इको-क्लब -

विभिन्न सह-पाठ्यचर्या और पाठ्येतर गतिविधियाँ युवाओं में नैतिक मूल्यों को विकसित करने के साथ-साथ स्व-अनुशासित तरीके से प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण के बारे में जागरूकता पैदा करने का सबसे अच्छा साधन हैं। ये गतिविधियाँ छात्रों के सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। ये उन्हें प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण का पाठ भी पढ़ाती हैं।

इको क्लब विद्यार्थियों को पर्यावरणीय गतिविधियों और परियोजनाओं में भाग लेने के अवसर प्रदान करते हैं। ये विद्यालयों में एक ऐसा वातावरण उपलब्ध कराते हैं, जहाँ विद्यार्थी अच्छा पर्यावरणीय व्यवहार सीखते हैं। वे स्वयं ही जागरूक नहीं बनते, बल्कि अपने माता-पिता, पड़ोसियों तथा समुदाय को भी जागरूक बनाने में अपनी भूमिका निभाते हैं। इनके माध्यम से विद्यार्थी पाठ्यक्रम या पाठ्यचर्या की सीमा से परे पर्यावरणीय मुद्दों के प्रति संवेदनशील और सचेत बनते हैं, जिसकी आज के समय में सबसे अधिक जरूरत है।

इको क्लबों के माध्यम से विद्यालयों में अनेक प्रकार की गतिविधियाँ चलाई जाती हैं। विद्यार्थियों को वृक्षारोपण करके अपने परिवेश को हरा-भरा और स्वच्छ रखने के लिए प्रेरित किया जाता है। उन्हें जल संरक्षण की सीख दी जाती है। उनमें न्यूनतम अपशिष्ट उत्पादन, स्रोत पृथक्करण और अपशिष्ट को निकटतम भंडारण बिंदु पर निपटाने की आदत विकसित की जाती है।

निबंध, पेंटिंग प्रश्नोत्तरी आदि प्रतियोगिताओं, सेमिनारों, चर्चाओं, व्याख्यानों, विशेषज्ञों की वार्ताओं, रैलियों, मानव शृंखला, नुक्कड़-नाटकों आदि के आयोजन से उन्हें पर्यावरणीय मुद्दों पर जागरूक बनाया जाता है। उन्हें विद्यालय की चारदीवारी से बाहर ले जाकर उनमें पर्यावरण संरक्षण के लिए आवश्यक अवलोकन, प्रयोग, सर्वेक्षण, रिकॉर्डिंग, विश्लेषण, तर्क के कौशल आदि विकसित किए जाते हैं।

उन्हें प्रकृति व वन्य जीवों के प्रति प्रेम-भाव रखने, पौधारोपण करने, जल संरक्षण करने, किचन गार्डन बनाने, वर्मी-कंपोस्टिंग गड्ढे बनाने, प्लास्टिक बैग का उपयोग न करने, अनावश्यक रूप से हॉर्न न बजाने व लाउडस्पीकरों का उपयोग न करने, पटाखे व आतिशबाजी न चलाने, कचरे को न जलाने के लिए जागरूक किया जाता है।

प्रदेश में इको क्लब के अंतर्गत निनलिखित गतिविधियाँ चलाई जाती हैं-

- स्कूल परिसर, छात्रों के घरों और आसपास के सार्वजनिक स्थानों पर वृक्षारोपण अभियान।
- जागरूकता सृजन गतिविधियाँ जैसे- 'दस्तक' अभियान, अपशिष्ट पदार्थों का पुनः उपयोग, 'प्लास्टिक को न कहें' अभियान, विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन जैसे- निबंध लेखन, पेंटिंग, क्विज, रैलियाँ, नुक्कड़ नाटक, पर्यावरण

दिवस, पृथ्वी दिवस आदि का आयोजन, प्रदूषण मुक्त दिवाली आदि।

- हरित विद्यालय अभियान जिसमें स्कूल के बगीचे, त्रिवेणी-रोपण, यूथ और इको क्लब कॉर्नर, हर्बल-गार्डन, फूल, गमले, लैंड स्केपिंग आदि शामिल हैं।
- स्कूलों में किचन गार्डनिंग, कूड़े का निपटान, कंपोस्टिंग पिट, वर्मीकंपोस्टिंग पिट आदि।
- इको क्लब प्रभारियों और यूथ क्लब प्रभारियों के लिए क्षमता-निर्माण प्रशिक्षण।

स्कूल में यूथ क्लबः

यह ठीक ही कहा गया है- अपने देश के लिए यदि आप एक वर्ष के लिए योजना बनाते हैं, तो धान बोएँ, यदि आप एक दशक के लिए योजना बनाते हैं, तो पेड़ लगाएँ, यदि आप भविष्य के लिए योजना बनाते हैं, तो युवाओं का पोषण करें। यूथ क्लब विभिन्न क्षेत्रों में शैक्षणिक क्षमताओं के अलावा विद्यार्थियों में विभिन्न कौशलों का विकास भी करते हैं। छात्र वह पाठ सीखते हैं जो उनके भावी जीवन में चुनौतियों से लड़ने की उनकी क्षमता को बढ़ाता है। सीखने की यह प्रक्रिया समूह में होती है और शहरी, ग्रामीण, जाति, वर्ग, धर्म, क्षेत्र, भाषा, सांस्कृतिक मान्यताओं, लिंग, दिव्यांगता आदि विविधता के साथ होती है। विद्यार्थियों के कार्यों की जब सराहना होती है, उन पर भरोसा किया जाता है तो इससे उनके आत्मविश्वास में वृद्धि होती है और उनकी विभिन्न स्थितियों में निर्णय लेने की क्षमता बढ़ती है। वे गंभीरता से सोचते हुए समस्याओं को तार्किक रूप से हल करने के बारे में सोचने लगते हैं। ये गतिविधियाँ युवाओं में अनुशासन, राष्ट्रवाद और धर्मनिरपेक्ष दृष्टिकोण की भावना पैदा करती हैं जो राष्ट्र के निर्माण में योगदान देती हैं और व्यक्तिगत उत्थान के लिए एक मंच भी प्रदान करती हैं। यूथ क्लबों के तहत विद्यालय के समय और विद्यालय समय के बाद खेल, संगीत, कला, वाद-विवाद, भ्रमण आदि विविध गतिविधियाँ चलाई जाती हैं। तनाव-रहित माहौल में होने वाली गतिविधियाँ उनका शारीरिक, मानसिक और भावात्मक विकास करती ही हैं, उन्हें सामाजिक मुद्दों के प्रति संवेदनशील भी बनाती हैं। उन्हें अपने शौक, रुचि और कौशल विकसित करने के अवसर मिलते हैं।

प्रदेश में विद्यालयों में यूथ क्लब स्थापित किए जा चुके हैं। यूथक्लबों के तहत कैंपिंग और पर्यावरण अध्ययन कार्यक्रमों के माध्यम से छात्रों के सर्वांगीण विकास पर आधारित विभिन्न प्रकार की गतिविधियाँ चलाई जा रही हैं। युवाओं की विशिष्ट आवश्यकताओं को पूरा करके और उनकी ऊर्जा को सकारात्मक दिशा में मोड़कर ये गतिविधियाँ विद्यार्थियों के सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास में सबसे महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं।

कैंपिंग और साहसिक खेलों के माध्यम से प्रदेश के युवाओं (राज्य के सरकारी स्कूलों के लड़के और लड़कियों) के सर्वांगीण विकास के लिए एक व्यापक मंच प्रदान किया जा रहा है ताकि वे विभिन्न साहसिक गतिविधियों के माध्यम से अपना चारित्रिक उत्थान व व्यक्तित्व विकास करते हुए समाज के एक जिम्मेदार नागरिक के रूप में अपनी पूर्ण शारीरिक, बौद्धिक, सामाजिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक क्षमता प्राप्त कर सकें। यह युवाओं को पारस्परिक सहिष्णुता, दूसरों की मदद करना, पर्यावरण-मित्रता, पर्वतारोहण, तटीय क्षेत्रों, पहाड़ी क्षेत्रों और रेगिस्तानी क्षेत्रों में ट्रैकिंग, सांस्कृतिक और शैक्षिक अध्ययन पर्यटन आदि मूल्यों का सम्मान करना सिखाता है। यूथ क्लबों के अंतर्गत विद्यार्थियों के शारीरिक, सामाजिक, बौद्धिक, भावनात्मक, आध्यात्मिक विकास के लिए जिन गतिविधियों का आयोजन किया जाता हैं, उनमें से कुछ हैं- हाई एल्टीट्यूड वाले क्षेत्रों में पर्यावरण अध्ययन शिविर, सतपुड़ा/पठार क्षेत्र के पर्यावरण अध्ययन शिविर, हिमालय पर्यावरण अध्ययन शिविर, शिवालिक क्षेत्र के पर्यावरण अध्ययन शिविर, समुद्र तटीय पर्यावरण अध्ययन शिविर, मरुस्थलीय पर्यावरण अध्ययन शिविर आदि। इनके अलावा शनिवार को विद्यालय स्तर पर पर्यावरण अध्ययन एवं मनोरंजन शिविरों का आयोजन भी किया जाता है।

हिंदी अध्यापिका
राजकीय माध्यमिक विद्यालय सैक्टर-25,
पंचकूला, हरियाणा

जोश और जुनून जगाती एडवेंचर गतिविधियाँ

सुमन मलिक

कभी-कभी ज़िंदगी में ठहराव आ जाता है। हम अपनी रोज़मर्रा की ज़िंदगी में घटित होने वाले क्रिया-कलापों से उकता जाते हैं। इस ठहराव और उबाऊपन में नयापन लाने के लिए हम कुछ न कुछ रोमांचक कार्य करने का प्रयास करते हैं। छुट्टियाँ लेकर अपने परिवार और दोस्तों के साथ निकल पड़ते हैं भ्रमण पर। हम घूमते हैं, फिरते हैं तथा प्रकृति की गोद में एडवेंचर गतिविधियाँ और साहसिक खेलों में आनन्दमय समय व्यतीत करते हैं। जो हमारे अंदर नवीनता और रचनात्मकता लेकर आते हैं। रोमांचक कार्य करने से हमारे जीवन में एक नई ताजगी आती है। नई उमंग, नई तरंग, नए जोश एवं नवीन उत्साह का संचरण होता है। नवीन आत्मविश्वास से लबरेज होकर हम जब दोबारा अपने काम पर लौटते हैं तो अधिक लगन और ऊर्जा से काम कर पाते हैं। इन गतिविधियों से हम कुछ न कुछ नया सीखते हैं और हमारे अंदर का भय और दबाव भी दूर हो जाता है।

हरियाणा विद्यालय शिक्षा विभाग विद्यार्थियों को गुणवत्तापरक शिक्षा देने के लिए निरन्तर प्रयासरत है ही बल्कि विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास हेतु भी समय-समय पर अनेक राज्य स्तरीय और राष्ट्र स्तरीय एडवेंचर कैंप आयोजित करता है, जिनमें सरकारी विद्यालयों में पढ़ने वाले कक्षा नौवीं से बारहवीं के प्रतिभावान् विद्यार्थी विभाग के दिशा-निर्देशानुसार अपने शिक्षकों के मार्गदर्शन में भाग लेते हैं। इन शिविरों में सभी प्रतिभागियों के रहन-सहन, खान-पान और आवागमन का संपूर्ण खर्च शिक्षा विभाग द्वारा वहन किया जाता है। इन कैंपों का आयोजन केरल, दार्जीलिंग, डलहौजी, मनाली, पचमढ़ी, हरिद्वार, मोरनी हिल्स आदि प्रसिद्ध क्षेत्रों में किया जाता है। इसके साथ-साथ भारत की भौगोलिक परिस्थितियों से अवगत करवाने हेतु विद्यार्थियों को विभिन्न क्षेत्रों की प्रकृति का अध्ययन करवाने हेतु भ्रमण करवाया जाता है। विद्यार्थी रेगिस्तान, तटीय क्षेत्र, पर्वतीय क्षेत्र की प्राकृतिक और भौगोलिक संरचना का अध्ययन करते हैं। इन गतिविधियों के माध्यम से विद्यार्थियों में छुपी हुई प्रतिभा को तराशने का प्रयास किया जाता है तथा उनमें साहस और रोमांच पैदा होता है।

इन पर्वतीय क्षेत्रों का मनोहारी नयनाभिराम प्राकृतिक दृश्य सबको अपनी ओर अनायास ही आकर्षित कर लेता है। हरे-भरे वनों से आच्छादित ऊँचे-ऊँचे पहाड़, श्वेत बर्फ से ढकी हुई पर्वत की चोटियाँ, कल-कल

करते झरने, टेढ़े-मेढ़े दुर्गम रास्ते, उमड़ते-घुमड़ते धुएँ से बादल, गर्म पानी के चश्मे, सीढ़ीदार खेत, गहरी संकरी घाटियाँ, आकाश से बतियाते ऊँचे-ऊँचे पेड़, इठलाती नदी का तेज बहाव, चारों ओर हरी-हरी घास का आवरण, पेड़ों से लिपटी लताएँ, पक्षियों की मधुर ध्वनियाँ, झींगुर की आवाज, ठंडी पवन की सांय-सांय सबका मन मोह लेती है। जिंदगी की भीड़-भाड़ और वाहनों के शोरगुल से दूर इस शांत वातावरण में एक विशेष अनुभूति प्राप्त होती है। विद्यार्थियों को इन एडवेंचर कैंपों के माध्यम से प्रकृति के साथ सीधे तौर से जुड़ने का अवसर मिलता है तथा जिन प्राकृतिक दृश्यों को उन्होंने केवल पुस्तकों में पढ़ा है, वे इन्हें यथार्थ रूप में देखते हैं और महसूस करते हैं।

एडवेंचर कैंपों में विद्यार्थियों को रॉक क्लाईबिंग, ट्रैकिंग, नौकायन, रैपलिंग, एयरगन शूटिंग, तीरंदाजी, कमांडो-ब्रिज, रिवर क्रासिंग, नेचर स्टडी, पैरलल रोप आदि अनेक साहसिक गतिविधियाँ करवाई जाती हैं। इसके साथ-साथ फॉक सांग, फॉक डांस, सोलो डांस, सोलो सांग, ग्रुप डांस, ग्रुप सांग, रागनी आदि सांस्कृतिक प्रतियोगिताओं का आयोजन भी किया जाता है, जिनमें विद्यार्थी उत्साहपूर्वक भाग लेते हैं और अपनी लोक-संस्कृति से जुड़ाव महसूस करते हैं। इन प्रतियोगिताओं में प्रथम, द्वितीय और तृतीय रहने वाले प्रतिभागियों को प्रोत्साहित करने के लिए पुरस्कृत भी किया जाता है। रात्रि के समय होने वाली कैंप फायर इन कैंपों का सबसे आकर्षण का बिंदु रहती है, जिसमें विद्यार्थियों को अपनी छुपी हुई प्रतिभा को प्रदर्शित करने के अवसर मिलते हैं तथा वे बिना किसी दबाव के अपने विचार अभिव्यक्त करते हैं, जहाँ शिविरों में बिताया गया समय विद्यार्थियों के जीवन पर गहरी छाप छोड़ता है। वे इस सुनहरे समय को ताउम्र याद रखते हैं। वहीं शिविरों में विद्यार्थी वास्तविक ज्ञान अर्जित करते हैं। किताबी दुनिया से दूर ये एडवेंचर कैंप उन्हें अलग तरह की आनन्दानुभूति करवाते हैं।

इन एडवेंचर कैंपों का विद्यार्थी जीवन में विशिष्ट महत्त्व है। इन शिविरों के माध्यम से विभिन्न संस्कृतियों का आदान-प्रदान होता है। विद्यार्थी दूसरे प्रदेशों के रहन-सहन, खान-पान, वेशभूषा, भाषा आदि से रूबरू होते हैं।

ये शिविर उनमें नव ऊर्जा का संचरण करने के साथ-साथ सकारात्मक सोच विकसित करने में सहायक सिद्ध होते हैं। विद्यार्थी अनेक साहसिक खेल और गतिविधियों में भाग लेते हैं, जिनसे उनकी एकाग्रता में वृद्धि होती है। रोमांच और जोखिम से परिपूर्ण गतिविधियाँ विद्यार्थियों के लिए आनन्दायक होती हैं तथा उन्हें तनाव झेलने की शक्ति भी प्रदान करती हैं। इससे उनका स्वास्थ्य भी अच्छा रहता है। विद्यार्थी के सामाजिक संबंध सुदृढ़ होते हैं और वे समूह में कार्य करना सीख जाते हैं। उनकी निर्णय लेने की क्षमता में वृद्धि होती है तथा उनमें नैतिक मूल्यों का विकास होता है। जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण उत्पन्न होता है। नेतृत्व के गुण विकसित करने में भी ये शिविर अपनी महती भूमिका अदा करते हैं।

रोमांचक कार्य करने से अद्भुत ख़ुशी का एहसास होता है। जब विद्यार्थी किसी ऊँची चोटी को पैरों तले रौंदते हैं तो उनका रोम-रोम पुलकित हो उठता है। उसी तरह जब वे बलखाती नदी में नौकायन करते हैं तो उनकी खुशी देखते ही बनती है। टैंट के अंदर रहना, खुले आकाश में बाँहें फैलाकर उससे बातें करना, प्रकृति को नज़दीक से निहारना उनके चेहरे पर विशेष चमक ले आता है। पहाड़ की चोटियों पर गूँजती ध्वनियाँ उन्हें अत्यधिक आनंद प्रदान करती हैं। चारों ओर रोमांच ही रोमांच उन्हें उत्साहित करता है।

भविष्य के लिए आदर्श और जागरूक नागरिक तैयार करने तथा विद्यार्थियों के समग्र विकास हेतु शिक्षा विभाग द्वारा इन कैंपों का आयोजन करना एक सराहनीय पहल है, जिसके आशातीत परिणाम हम सबके सामने आ रहे हैं। रोमांच और उत्साह से परिपूर्ण इन शिविरों में मुझे भी सक्रिय भाग लेने का अवसर प्राप्त हुआ। इन कैंपों ने मेरे जीवन पर अमिट छाप छोड़ी है। इन कैंपों के माध्यम से मेरे अंदर सकारात्मक बदलाव आए हैं। निःसन्देह ये शिविर विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में सहायक सिद्ध हो रहे हैं।

आशा है, भविष्य में इन शिविरों का अधिकाधिक आयोजन होगा, जिससे सरकारी स्कूलों के विद्यार्थी लाभान्वित होंगे। ये एडवेंचर कैंप पाठ्यक्रम का आवश्यक अंग होने चाहिए, जिसमें प्रत्येक विद्यार्थी का भाग लेना अनिवार्य हो। जिससे उन्हें किताबी ज्ञान की अपेक्षा आस-पास की दुनिया को नज़दीक से परखने का अवसर मिलेगा। उन्हें प्रकृति से जुड़ने का सौभाग्य प्राप्त होगा। विद्यार्थी स्वयं को, प्रकृति को और समाज को जानने के लिए दूसरों के बताए गए ज्ञान पर निर्भर न रहकर खुद ज्ञान के अन्वेषी बनेंगे। अपने अनुभव से वे अपने भविष्य की राह खुद तलाश करेंगे ।

गणित अध्यापिका
राजकीय उच्च विद्यालय आहुलाना
खण्ड- कथूरा, जिला-सोनीपत, हरियाणा

पहली बार बर्फबारी देख झूम उठे विद्यार्थी

डॉ. ओमप्रकाश कादयान

हरियाणा के राजकीय विद्यालयों में पढ़ रहे गरीब या सामान्य परिवारों के बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए, उनमें आत्मविश्वास बढ़ाने, दूसरे राज्यों की भौगोलिक स्थिति, कला-संस्कृति, भाषा, जनजीवन जानने, संस्कृतियों के आदान-प्रदान के लिए हरियाणा विद्यालय शिक्षा विभाग वर्ष भर में अनेक टूर आयोजित करता है। अन्य राज्यों के अलावा हिमाचल प्रदेश के मनाली क्षेत्र में गर्मियों में तो विद्यार्थियों के लिए यात्राओं का आयोजन होता रहता है जिस कारण टूर पर गए विद्यार्थी मनाली क्षेत्र के ऊँचे पहाड़, देवदार के जंगल, व्यास नदी का तीव्र बहाव, झरनों की खूबसूरती, सीढ़ीदार खेत, सेब व अन्य फलों के बाग, हिमाच्छादित पर्वत चोटियाँ, धार्मिक व ऐतिहासिक पर्यटन स्थल, मनाली के बाज़ार, पारंपरिक पहाड़ी मकानों की खूबसूरती, जनजीवन की विविध छवियाँ, वहाँ का कठिन जीवन, पत्थरों का आकर्षण, बादलों की अठखेलियाँ देख पाते हैं। सही मायने में यहाँ आकर उन्हें ज्ञात होता है कि प्रकृति कितनी दिव्य, सुन्दर, कोमल के साथ-साथ कठोर, भव्य व भयंकर भी दिखती है।

बच्चों ने अपनी इन यात्राओं में गर्मियों में ठण्डक, बरसात में पानी रूप में बहते बादल, वसन्त का सौन्दर्य बार-बार देखा है, किन्तु सर्दियों के दिनों की बर्फबारी में यहाँ के सौन्दर्य से विद्यार्थी अकसर वंचित रह जाते हैं क्योंकि बहुत कम टूर इन दिनों में बन पाते हैं, न के बराबर। अबकी बार जनवरी के अंत में भयंकर सर्दियों में सूचना मिली कि हरियाणा विद्यालय शिक्षा विभाग तीन फरवरी से मनाली में नेचर स्टडी एडवेंचर कैंप का आयोजन कर रहा है, जिसमें हर जिले से चार लड़कियाँ, चार लड़के, एक अध्यापक व एक अध्यापिका यानी दस सदस्य जाने हैं।

3 फरवरी, 2024 को हरियाणा भर से करीब 220 विद्यार्थी व उनके साथ जाने वाले शिक्षक पंचकूला के सेक्टर-15 स्थित राजकीय विद्यालय में इकट्ठे हुए। नेचर स्टडी एडवेंचर कैंप के लिए आवश्यक कागज़ी कार्यवाही पूरी करके 22 जिलों से आए विद्यार्थियों को दो भागों में बाँट दिया गया। नौ जिलों के विद्यार्थियों को तो देहरादून से आगे डाक पत्थर भेज दिया गया तथा 13 जिलों के विद्यार्थियों को भानुपुल मनाली। रात करीब साढ़े ग्यारह बजे दोनों स्थानों के लिए बसें रवाना हो गईं। बच्चों ने खुशी व उत्साह से दो-तीन नारे लगाए और उनका सफर शुरू हो गया। देर रात हो चुकी थी इसलिए सभी बच्चे शॉल, कंबल ओढ़कर सो गए। सुबह जब बच्चे उठे तो स्थान वातावरण, मौसम सब बदला हुआ था। अब तक जो दृश्य अँधेरे में विलीन थे उजाले के साथ धीरे-धीरे कैनवास पर पेंटिंग की तरह उभरने लगे थे। बस आगे बढ़ती गई, जैसे-जैसे उजाला होता गया प्रकृति के कैनवास पर प्राकृतिक दृश्य उभरने लगे। मनाली अब नज़दीक था। करीब घंटे भर का रास्ता। कहीं-कहीं बर्फ जमी दिखाई देने लगी। व्यास में पानी कम था, क्योंकि अधिक सर्दियों की वजह से पानी की बर्फ जमी थी, पिघल भी कम रही थी। नदी के किनारे पड़े लाखों पत्थरों पर, ज़मीन पर, छतों पर बर्फ जमी दिखाई देने लगी। मनाली की तरफ से जो गाड़ियाँ आ रही थीं, उनकी छतों पर दो-अढ़ाई फीट तक बर्फ जमी थी, जैसे ये गाड़ियाँ बर्फ का व्यापार करने मैदानी भागों की ओर जा रही हैं।

ये बच्चों के लिए नए दृश्य थे, इनकी यात्रा का खास रोमांचक हिस्सा। हम कुछ देर में भानुपुल पहुँच गए। सभी को बस से उतरने के लिए कहा गया। जैसे ही हम बसों से उतरने लगे बर्फबारी तेज़ हो गई। ये देखकर

सभी विद्यार्थी अति उत्साहित नजर आ रहे थे। विद्यार्थियों व शिक्षकों ने बस की डिग्गी से अपने बैग निकाले, इतने में पूरी सड़क बर्फ से सफेद हो गई। यहाँ से ब्यास नदी के पुल पर से जाना था। सभी ने अपने-अपने बैग उठाए और पुल पार जाने लगे। इस वक्त पुल पर से दोनों ओर के अद्भुत, आकर्षक, अद्वितीय मंजर देखकर सभी अपने आपको धन्य समझ रहे थे। पुल के दोनों ओर नदी के किनारे पड़े लाखों छोटे-बड़े पत्थरों पर खूब बर्फ जमी थी। ऐसा लग रहा था कि किसी चित्रकार ने इन पत्थरों पर अपनी कूँची से चमकीला, पवित्र, दिव्य सफेद रंग भर दिया हो, किन्तु लाखों-करोड़ों पत्थरों को तो एक साथ प्रकृति-चित्रकार ही रंग सकती है। नदी, पानी, पत्थरों से ऊपर देखने पर और भी अद्भुत दृश्य था। ऊँचे-ऊँचे पहाड़, जंगल, मकान, सब बर्फ से ढके, देवदार व अन्य हरे पेड़ों पर सफेद रंग का साम्राज्य दिख रहा था और ऊपर देखने पर पर्वत चोटियाँ सफेद बर्फ से सनी पड़ी थीं। जैसे ये ऊँचे पहाड़ बर्फ से ही बने हों। आसमान बादलों से ढका था, नीला रंग गायब था। बादल बर्फ के छोटे-बड़े फाहे बरसा रहा था। बर्फ के ऊपर से चलती हुई करीब 130 विद्यार्थियों की लंबी कतार, हर ओर बिछी श्वेत बर्फ, बर्फ के फोहे सभी बच्चों के सिर, कंधों, कपड़ों, बैगों पर गिरते हुए, जमते हुए वो दृश्य प्रस्तुत कर रहे थे, जिसकी उम्मीद लिए ये बच्चे यहाँ आए थे। नेचर स्टडी एडवेंचर कैंप में आए इन बच्चों के लिए ये

पल अति स्मरणीय, रोमांचक व उत्साहित करने वाले थे क्योंकि इन बच्चों में से करीब सभी ने पहली बार प्रत्यक्ष बर्फबारी होती देखी थी।

सभी विद्यार्थी हर कहीं जमीन पर, रास्तों पर जमी पड़ी बर्फ में धँसते हुए, बर्फ देखते हुए, बर्फबारी सहते हुए अपने बदन पर गिरती बर्फ का आनन्द लेते हुए दस मिनट में कैंप नोर्थ हिल्स साइट पर पहुँच गए। टैंट अलाट किए गए। एक टैंट में करीब दस बच्चे ठहराए गए। सर्दी से बचते हुए, नज़ारों का आनन्द उठाते हुए टैंटों में रहने को कहा गया। दिन भर बीच-बीच में रूक-रूक कर बर्फबारी चलती रही। बच्चों ने बर्फबारी के वीडियो बनाए, फोटो खींचे, सेल्फियाँ लीं। कभी-टैंटों से बाहर आए, कभी टैंटों में आराम किया। दो दिन में इतनी बर्फ गिर गई कि उस पर चलना भी मुश्किल हो गया। जमकर बर्फबारी हुई, रुकने के बाद कुछ बच्चे बर्फ से तरह-तरह की आकृतियाँ बनाने लगे। किसी ने बर्फ का भालू बनाया तो किसी ने बन्दर, किसी ने गुड्डा-गुड़िया, किसी ने अपनी कल्पना का घर । बच्चे आकृतियाँ बनाने, फोटो व सेल्फी लेने, बर्फ उछालने, बर्फ के गोले बना-बनाकर एक दूसरे पर फेंकने में व्यस्त थे। जहाँ बच्चों ने मौसम का, बर्फबारी का पूरा आनन्द उठाया, वहीं दो दिन में अधिक सर्दी होने के कारण वातावरण खुलने का इन्तज़ार करने लगे। रात को तो तापमान माइनस 22 तक पहुँच गया। सभी को शाम के खाने के समय समझाया गया कि अब कई दिन रात को सप्लाई की पाइप लाइनें जमने वाली हैं, इसलिए सभी बच्चे रात को पानी की बाल्टियाँ भरकर रख लें ताकि सुबह-सुबह काम आ सके और वही हुआ। दूसरे दिन आधी रात के बाद नलों में पानी जमने से पानी की सप्लाई बन्द हो गई। बाल्टियों में रखे हुए पानी की भी ऊपरी सतह जम गई। टूटियों से एकाध बूँदें रिस रही थीं, वे धार के रूप में जमी मिलती। यहाँ तक कि शीशे के ऊपर ठहरी पानी की छोटी-छोटी बूँदें जमी मिलीं।

सर्दी बहुत थी। सुबह आठ बजे तक तापमान माइनस 19 डिग्री था। अभी सूरज देवता के दर्शन नहीं हुए। हाँ, बराबर वाले ऊँचे पहाड़ की चोटी पर धूप के संकेत मिल गए थे। दो दिन तक लगातार बारिश, बर्फबारी, शीतलहर चलने के बाद सभी को मौसम खुलने का इन्तज़ार था। मौसम विभाग के अनुसार आज मौसम मिला-जुला होना था, कभी धूप-कभी बादल, किन्तु स्नोफॉल नहीं थी। उम्मीद के अनुसार पूर्व से बादल छँटते नज़र आ रहे थे। बराबर वाले पहाड़ पर धूप के संकेत थे। बादल छँटे तो धूप के दर्शन हुए। धीरे-धीरे धूप चोटी से नीचे उतरने लगी। आधे घंटे में धूप हमारे तक पहुँची तो बहुत सुकून मिला। शरीर को गर्माहट की आवश्यकता थी। करीब 18-20 इंच तक गिरी बर्फ में हमने कुर्सी डाली तथा धूप सेंकने बैठ गए। इतने में चाय आ गई। आज चाय कुछ ज्यादा स्वाद लग रही थी। मैंने ज़मीन पर पड़ी बर्फ को गौर से देखा तो उसमें बर्फ के हजारों-लाखों कण मोतियों से चमक रहे थे। जैसे काँच के छोटे-छोटे टुकड़े सूरज की रोशनी पाकर प्रतिबिंब बना रहे हों। मैंने क्लोज अप लगाकर कुछ फोटो किए। इतने में छोटी-छोटी हरी व भूरी चिड़ियों की आकर्षित करने वाली चहचाहट सुनाई दी। पीछे मुडकर देखा तो सेब के पत्र विहीन ऊँचे पेड़ पर करीब 20-25 भूरे रंग की तथा 10-12 हरे रंग की चिड़ियों के झुंड अपनी मस्ती में चहचहा रहे थे। कुछ पक्षी आपस में किलोल कर रहे थे तो कुछ टहनियों पर जमीं बर्फ में चोंच मार रहे थे। ये हमें सिखा रहे थे हर परिस्थिति से जूझते हुए मस्ती से जीवन जीना अपने आपको विकसित करना है। वातावरण के अनुकूल जो अपने आपको नहीं ढाल पाते वे प्रजातियाँ लुप्त हो जाती हैं। मैं उनके फोटो खींचने में व्यस्त हो गया। इतने में एक काला-कलूटा पहाड़ी कौआ भी एक डाली पर बैठकर काँव-काँव करने लगा। अन्य ढेर सारे पक्षी भी वातावरण की शोभा बढ़ा रहे थे।

मौसम थोड़ा-बहुत खुलने पर विद्यार्थी टैंटों से बाहर आकर धूप सेंकने लगे, कुछ फोटो व सैल्फियाँ लेने में व्यस्त दिखे। दो दिन पहले बच्चों के चेहरे पर बर्फबारी देखने की अत्यधिक खुशी व उमंग झलक रही थी तो आज दो दिन बाद ठिठुरन को कम करती हुई खिली धूप देखकर उनमें एक नया जोश, उत्साह दिखाई दे रहा था।

आज दिन भर कभी बादल कभी धूप रही, इसलिए प्रतिभागियों की कुछ साहसिक गतिविधियाँ करवाई तथा शाम को सांस्कृतिक कार्यक्रम। मैंने सभी बच्चों को नेचर स्टडी के तहत यहाँ के कठोर पत्थरों, पहाड़ों, झरनों, पक्षियों, वनस्पतियों, बदलते वातावरण पर शोध करके कॉपियों पर नोट करने को कहा, इसके लिए यहाँ के स्थानीय लोगों, शिक्षकों व गूगल का सहयोग ले सकते थे। कई बच्चों ने इस पर अच्छा काम किया।

अगले दिन खुला आसमान, स्वर्णिम किरणों के साथ दिन की शुरूआत हुई। नाश्ता करवाकर गायत्री मंदिर तक का ट्रैक करवाया गया। पहले बच्चे सूखी जमीन पर चलते थे आज जमीन पर बर्फ पर से चलकर ट्रैक कर रहे थे। ये इनके लिए नया व रोमांचक अनुभव था। जगतसुख गाँव से होते हुए मन्दिर तक पहुँचे, मकानों की छतों पर

बर्फ लदी थी जो धूप निकलने पर बूँद-बूँद पिघल रही थी। गायत्री मन्दिर मनाली से करीब सात किलोमीटर दूर मनाली नग्गर रोड पर बसे गाँव जगतसुख में स्थित है। यह गाँव अद्भुत प्राकृतिक परिदृश्यों सेबों के बागों व प्राचीन मन्दिरों के लिए प्रसिद्ध है। माता संध्या गायत्री मन्दिर भी प्राचीन मन्दिर है। कहते हैं कि पाण्डव युद्ध से पहले माता गायत्री के दर्शन करने आए थे। वनवास के दौरान इस मन्दिर के निर्माण में योगदान दिया तो माता संध्या ने तीन रूपों में दर्शन दिये। बच्चों ने भी मंदिर में माथा टेका। दोपहर तक वापिस कैंप साइट आ गए। खाना खाया, फिर कुछ साहसिक गतिविधियाँ करवाई गईं। बच्चों के चेहरों पर मुस्कान थी।

अगले दिन 'मनाली डे' था। सुबह दस बजे हमें खाना खिलाकर, बसों में बिठाकर मनाली की ओर रवाना कर दिया गया। मनाली बाज़ार बर्फ से अटा पड़ा था। दुकानें सारी खुली थीं, पर दुकानों के आगे बर्फ के इस तरह से ढेर लगे थे जैसे अनाज मण्डियों में जगह-जगह अनाज के ढेर लगे हों। दुकानों, मकानों, होटलों, मन्दिरों की छतों व देवदार के गगनचुंबी पेड़ सब बर्फ से लदे हुए थे, जो अद्भुत नज़ारा प्रस्तुत कर रहे थे। मनाली के बाज़ार में भीड़ बहुत थी, पर सब अपने में व्यस्त, मस्त। मनाली आकर बच्चों व शिक्षकों की मर्जी के अनुसार घूमने-फिरने की आज़ादी दे दी। किन्तु बच्चों के साथ शिक्षकों का रहना अनिवार्य था। हमारे साथ काफी बच्चे व कई शिक्षक थे। हमने पहले पुरानी मनाली का प्राचीन मनु मन्दिर देखने की योजना बनाई। नदी के पुल को पार करके पुरानी मनाली में प्रवेश कर गए। पुल के दोनों ओर देखने पर दिल को लुभाने वाला मंज़र था।

मंदिर में गए तो वहाँ भी बर्फ के ढेर थे। हमने यहाँ फोटो लिए, मन्दिर का अवलोकन किया। पूरा मन्दिर लकड़ियों से बना है जो प्राचीन भवन निर्माण शैली से बना है। मन्दिर आकर्षक, सुन्दर व बड़े आकार का है। मनु मन्दिर की वास्तुकला पैगोडा शैली की है। हिमाचल प्रदेश के अधिकतर प्राचीन मन्दिर इसी शैली में निर्मित हैं। हम यहाँ करीब आधा घण्टा रुके, फिर वापसी। वापसी में हिडिंबा मन्दिर, घटोत्कच श्रद्धा-स्थल होते हुए कुछ बच्चे हिमाचली पहनावे में फोटो खिंचवा कर बाज़ार में आ गए। बाज़ार में बच्चों ने अपने मन की चीजें खाईं। थोड़ी बहुत खरीददारी की, बाजार में घूमे, देश-विदेश से आए पर्यटकों से मुलाकातें हुईं। हिमाचल का सांस्कृतिक कला वैभव देखा तथा सभी बच्चे व शिक्षक सायं साढ़े पाँच बजे बस के पास पहुँच गए। बस में सवार होकर रास्तों के नज़ारों को निहारते हुए वापिस कैंप साइट। शाम को फिर मस्ती भरा सांस्कृतिक कार्यक्रम।

अगले दिन सभी ने स्कीइंग के लिए सोलांग वैली जाना था, पर बर्फबारी अधिक होने के कारण रास्ते बन्द थे। केवल जिप्सियाँ जा सकती थीं। बस के लिए कोई संभावना न थी, इसलिए स्कीइंग की व्यवस्था कैंप साइट के पास ही बन गई। एक ट्रेनर ने पहले स्कीइंग की कुछ महत्त्वपूर्ण जरूरी जानकारियाँ दी। स्कीइंग की

प्लेटों को जूतों के साथ लगाना, चलना, संभलना, गति बनाना सिखाया। ट्रेनर ने खुद स्कीइंग करके दिखाई, फिर बच्चों व शिक्षकों ने की। स्कीइंग के समय बच्चे चले भी, गिरे भी, फिर सँभले और फिर गिरे। बच्चों के लिए ये नया मनोरंजक कार्यक्रम था। दोपहर का खाना खाने के तुरन्त बाद बच्चों की कला दक्षता बढ़ाने, प्रकृति से जुड़ाव करने के लिए पेंटिंग व मेहँदी प्रतियोगिताएँ करवाई गईं। प्रतियोगिताओं के तुरन्त बाद हमने सांस्कृतिक कार्यक्रम आरंभ किया। मंच-संचालन छात्रा कुमकुम ने किया। विजेता बच्चों तथा बेस्ट कैंपर (लड़की) कुमकुम, बेस्ट कैंपर (लड़का) दीपांशु मान को पुरस्कार दिये गये। मनाली कैंप के आखिरी दिन 9 फरवरी, 2024 रात दस बजे खाना खाकर सभी बस में सवार होकर चंडीगढ़ की ओर मधुर यादों, ढेर सारे अनुभवों को लेकर चल पड़े।

दस फरवरी को हम सभी सुबह छह बजे पंचकूला, सेक्टर-15 के स्कूल में पहुँच गए। यहाँ सभी के लिए चाय, गर्म पानी, ब्रेक फास्ट तैयार था। यहाँ आवश्यक कार्यों से निपटकर खा-पीकर, बसों में सवार हो दस बजे चंडीगढ के सेक्टर-30 में स्थित बाबा मक्खनशाह लोबाना भवन में पहुँच गए जहाँ पर नेशनल एडवेंचर क्लब की ओर से सांस्कृतिक कार्यक्रम व सम्मान समारोह होना था। इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि थे बंगलादेश एडवेंचर फाउंडेशन के महासचिव सुविनय भट्टाचार्य, नेशनल एडवेंचर कल्ब के प्रधान तथा पूर्व मुख्य सचिव हरियाणा, एसपी चौधरी, कार्यकारी प्रधान तथा पूर्व मुख्य सचिव हरियाणा, एसएस प्रसाद, पूर्व गृह सचिव हरियाणा की भी गरिमापूर्ण उपस्थिति रही। नेशनल एडवेंचर क्लब के संयुक्त सचिव तथा हरियाणा-सरकार के पूर्व उप-सचिव राकेश पँवार की देखरेख में आयोजित इस कार्यक्रम में दक्षिण भारत के काफी लोग शामिल हुए। सांस्कृतिक कार्यक्रम में जहाँ दक्षिण भारत के राज्यों ने अपनी सराहनीय प्रस्तुतियाँ कीं, वहीं हरियाणा कला परिषद की ओर से आई टीम ने रंग जगा दिया। हरियाणा विद्यालय शिक्षा विभाग की ओर से आए हुए राजकीय विद्यालयों की छात्राओं व छात्रों ने शानदार नृत्य प्रस्तुतियाँ देकर सबका मन मोह लिया।

सांस्कृतिक कार्य के उपरान्त हरियाणा भर से आए सरकारी स्कूलों के मनाली व डाक पत्थर की यात्रा से आए बच्चों को तथा सभी शिक्षकों को क्लब की ओर से समानित किया गया। सभी को भोजन करवाकर बसों द्वारा चंडीगढ़ के सेक्टर-17 स्थित बस-स्टैंड पहुँचा दिया गया, जहाँ से सभी बच्चे बसों में सवार होकर मधुर स्मृतियों के साथ अपने-अपने घरों की ओर चल दिए।

राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय
एमपी रोही, फतेहाबाद, हरियाणा

बाल सारथी

प्यारे बच्चो!

'बाल सारथी' आपका अपना पन्ना है। हम चाहते हैं कि इसमें आपकी रचनाओं को स्थान दिया जाए। आपने कोई मौलिक कविता, कहानी या अन्य विधा की रचना लिखी हो तो अपने अध्यापक की सहायता से हमें ई-मेल या डाक द्वारा भेजें। आपकी रचनाओं को प्रकाशित करके हमें प्रसन्नता मिलेगी।

'बाल सारथी' आपको कैसा लगा, जरूर लिखना। अगले अंक में ज्ञान-विज्ञान और मनोरंजन की सामग्री लेकर फिर आपसे मिलूँगी।

- आपकी यामिका दीदी

विज्ञान प्रश्नोत्तरी

प्रश्न 1- सूर्य क्या है?
उत्तर- तारा
प्रश्न 2- सूर्य की आयु कितनी है?
उत्तर- 4.6 अरब वर्ष
प्रश्न 3- सूर्य का व्यास कितना है?
उत्तर- 13 लाख 92 हजार किलोमीटर
प्रश्न 4- सूर्य मुख्यतः किन-किन गैसों से बना है?
उत्तर- हाइड्रोजन व हीलियम से।
प्रश्न 5- सूर्य की सतह का तापमान कितना है?
उत्तर- 5800 केल्विन (5526 डिग्री सेल्सियस)
प्रश्न 6- सूर्य के कोर का तापमान कितना है?
उत्तर- लगभग 1 करोड़ 50लाख डिग्री सेल्सियस
प्रश्न 7- सूर्य हमारी पृथ्वी से कितने गुना बड़ा है?
उत्तर- 13 लाख गुना बड़ा
प्रश्न 8- सूर्य और हमारी पृथ्वी के बीच की दूरी कितनी है ?
उत्तर- 14 करोड़ 95 लाख किलोमीटर
प्रश्न 9- सूर्य के आकार के तारों की उम्र कितनी होती है?
उत्तर- लगभग 10 अरब वर्ष
प्रश्न 10- सूर्य के सबसे दूर कौन सा ग्रह है?
उत्तर- नॅप्चयून (वरुण)

पार्थवी
कक्षा 10+2
मुकंद लाल पब्लिक स्कूल यमुनानगर, हरियाणा

पहेलियाँ

(रसोई घर मे प्रयुक्त होने वाले बर्तन)

1-लोहे का मैं पात्र निराला,
मुझ पर रख लो रोटी गोल।
रंग मेरा है काला-काला,
बूझो राधा रवि काजोल।।

2-तीन अक्षर मेरे नाम में,
आते रामू भैया।
मध्य हटे तो चिटा बनूँ मैं,
रखे हाथ में मैया।।

3-गोल-गोल सी रोटी को मैं,
मन से खूब नचाता।
मम्मी चाची, दादी को मैं,
सदा बहुत ही भाता।।

4-कभी इधर से कभी उधर से,
मम्मी घूँसा मारे।
दो अक्षर का नाम हमारा,
बोलो मोहन प्यारे।।

5-प्रथम हटे तो करी बनूँ मैं,
मध्य हटे तो टोरी।
ध्यान लगाकर बूझो प्यारे,
चंदन राज किशोरी।।

6 मध्य हटे तो करी बनूँ मैं,
प्रथम हटे तो टोरी।
दही साग मुझमें रख खाओ,
बोलो राज चकोरी।।

7-तीन अक्षर का नाम हमारा,
सुन लो रानी सुन लो भैया।
प्रथम हटे तो लास बनूँ मैं,
बूझो रानी किशन कन्हैया।।

8-पुआ बाजरे मीठे-मीठे,
रख मुझमें रोज बनाओ।
गर्म पकौड़े, गर्म मगौड़े,
तुम ले चटखारे खाओ।।

9-रोज पकाता रोज खिलाता,
चावल, सब्जी, दाल।
सीटी बजा-बजा कर बच्चो!
करता खूब धमाल।।

10-खीर कचौड़ी, पूड़ी सब्जी,
रख लो रोली लाली।
दो अक्षर का नाम हमारा,
कहते मुझको -------।

11- छन्न छन्न कर खूब नचाती,
पूड़ी पुआ पकौड़ी।
और नचाती दही बड़े को,
नाचे खूब कचौड़ी।।

12-अगर हटा दो पहला अक्षर,
तीली मैं बन जाऊँ।
तीन अक्षर का नाम हमारा,
बोलो क्या कहलाऊँ?

उत्तर 1-तवा, 2-चिमटा, 3-बेलन, 4-आटा 5- टोकरी, 6-कटोरी, 7-गिलास, 8-कड़ाही 9-कुकर, 10-थाली, 11-कलछुल, 12-पतीली

डॉ. कमलेंद्र कुमार
रावगंज, कालपी जिला जालौन
उत्तर प्रदेश, पिन- 285204

चिड़िया और किसान

एक गाँव में बरखू नाम का एक किसान रहता था। उसका फलों का एक बगीचा था। किसान पक्षियों को रोज़ खाने के लिए दाने डालता था। किसान के बगीचे में पहले बहुत सारी चिड़ियाँ रहती थीं। मगर इधर के कुछ सालों से बगीचे से सारी चिड़ियाँ पता नहीं कहाँ चली गईं। किसान सोच में पड़ गया।

एक रोज किसान एक जंगल से गुज़र रहा था। तभी रास्ते में एक पीपल के पेड़ पर बहुत सारी चिड़ियों को बैठे देख कर किसान बहुत खुश हुआ। उसने सोचा क्यों न इन्हें पकड़कर ले चलूँ। किसान कुछ चिड़ियाँ पकड़कर घर की ओर चल दिया।

घर पहुँच कर किसान ने सारी चिड़ियों को एक पिंजरे में बंद कर के अपने घर के आँगन में टाँग दिया। किसान रोज दाना-पानी पिंजरे में खाने को रखने लगा। एक रोज किसान जब दाना-पानी रखने पिंजरे के पास आया तो एक चिड़िया ने किसान से पूछा- तुम हमें पिंजरे में बंद क्यों रखते हो?

किसान बोला- अगर मैं तुमको आज़ाद कर दूँगा तो तुम फिर जंगल में भाग जाओगी, इसलिए तुम सब को पिंजरे में रखता हूँ। इतना सुनकर चिड़िया बोलीं- जब से सारे किसान अपनी सभी फसलों पर जहरीली दवा का छिड़काव करने लगे हैं, उससे हम चिड़ियाँ फसल और फल खा कर मरने लगी थीं। अगर हम जंगल नहीं गई होतीं तो हम सब कब की विलुप्त हो गई होतीं।

चिड़िया की बात सुनकर किसान बहुत दुखी हुआ और बोला- अब मैं वादा करता हूँ कि अपने खेतों और बगीचे में कभी जहरीली कीटनाशक दवा का छिड़काव नहीं करुँगा ताकि फिर तुम हम इंसानों की बस्ती छोड़कर जंगल में न जा सको। इतना कह कर किसान ने पिंजरे का फाटक खोल कर सारी चिड़ियों को आज़ाद कर दिया। उस दिन से सारी चिड़ियाँ किसान के बगीचे में घोंसले बनाकर रहने लगीं।

बद्री प्रसाद वर्मा 'अनजान'
गल्ला मंडी गोला बाज़ार
गोरखपुर, उप्र

मेरे पापा

मेरे पापा रोज पढ़ाते
अच्छी अच्छी बात बताते

छुट्टी और रविवार के दिन
पिकनिक पर ले जाते
जो चीज मुझे पसंद आए
झट से वो दिलवाते

कविता, कहानी व चुटकुले
वो नित दिन मुझे सुनाते

समय मिले तो मेरे पापा
खेलते हैं फुटबाल
लूडो, कैरम और शतरंज
खेलते वॉलीबाल

कभी किचन में पापा जाकर
कोई अच्छी डिश बनाते

सुबह-सुबह पापा जगते हैं
कसरत भी वो नित करते
मुझे जगा पढ़ने को कहते
बाहर टहला वो करते

कभी कभी बाइक पर पापा
मुझको बाज़ार घुमाते

महापुरुषों की कहानियाँ
पापा को ज़ुबानी याद
सुनाते हैं रात में नित वे
मैं जब भी करूँ फरियाद

मेरे पापा झूठ न बोलें
सत्य बोलना सिखलाते

लाल देवेन्द्र कुमार श्रीवास्तव
मुहल्ला- बरगदवा (नई बस्ती), निकट गीता पब्लिक स्कूल
गांधीनगर, जिला- बस्ती (उप्र)- 272002

जानिए ये भी

1. भारत की पहली महिला राज्यपाल कौन थी?

उत्तर- सरोजिनी नायडु

2. माउंट एवेरेस्ट पर दो बार चढ़ने वाली पहली महिला कौन थी?

उत्तर- संतोष यादव

3. 'ब्रह्म समाज' की स्थापना किसने की ?

उत्तर- राजा राममोहन राय

4. स्वामी दयानंद सरस्वती का मूल नाम क्या था?

उत्तर- मूलशंकर

5. भारत का राष्ट्रीय जलीय जीव कौन-सा है?

उत्तर- गंगा डॉलफिन

6. भारत का राष्ट्रीय फल कौन-सा है?

उत्तर- आम

7. भारत का राष्ट्रीय फूल कौन-सा है?

उत्तर- कमल

8. भारत का राष्ट्रीय पेड़ कौन-सा है?

उत्तर- बरगद

9. भारत की प्रथम महिला मुख्यमंत्री कौन थी?

उत्तर- श्रीमती सुचेता कृपलानी

10. हरियाणा के पहले मुख्यमंत्री कौन थे?

उत्तर- पं. भगवत दयाल शर्मा

विनय मोहन खारवन
गणित प्राध्यापक
राकवमावि, जगाधरी, यमुनानगर
हरियाणा

खेल-खेल में विज्ञान

दर्शन लाल बवेजा

आदरणीय अध्यापक साथियो व उत्साही विद्यार्थियो! 'खेल-खेल में विज्ञान' शृंखला के अंतर्गत कुछ नई व रुचिकर कक्षाकक्ष व कक्षा से बाहर की विज्ञान गतिविधियाँ आपके समक्ष प्रस्तुत हैं-

1. गिलास ने क्यों जकड़ा गुब्बारे को-

दीपावली के बचे हुए एक दीपक (दीया) से विद्यार्थियों को एक नई विज्ञान गतिविधि सिखायी गयी। इसके लिए एक गुब्बारे को फुलाकर गाँठ लगा लेते हैं और उस दीपक को भी जला लेते हैं। इस जलते हुए दीपक को गुब्बारे के ऊपर रखते हैं और उसे एक चौड़े मुँह वाले गिलास से ढक देते हैं, थोड़ी देर में वह दीपक बुझ जाता है। इसके बुझने का कारण सभी जानते थे कि गिलास के अंदर ऑक्सीजन जलने में प्रयुक्त होकर समाप्त हो गयी है। लेकिन अब वह क्या देखते हैं कि गुब्बारा गिलास केअंदर ही खिंचा चला जा रहा हैऔर अचानक गिलास व गुब्बारे के बीच एक पकड़ बन जाती है, जिससे गुब्बारा गिलास के साथ ही जकड़ा जाता है। ऐसा गिलास के अंदर वायु-दबाव में परिवर्तन के कारण होता है जो गुब्बारे के अंदर की हवा को अपनी तरफ खींचता है। इससे एक एयरलॉक बन जाता है। विद्यार्थी इस गतिविधि को देखकर बहुत खुश हुए । उन्होंने खुद भी इसे करके देखा।

2. धागे पर भागता गुब्बारा-

एक खाली पेन का खोल लिया व उसको एक धागे में पिरो लिया। उस पेन के खोल पर पोस्टर टेप लगाकर एक फुलाया हुआ गुब्बारा उस टेप पर चिपका दिया। इस धागे के दोनों सिरों को दोनों तरफ दो बच्चों ने पकड़ लिया। जैसे ही गुब्बारे के मुँह को छोड़ा गया तो हवा तेज़ी से बाहर निकलती है और गुब्बारा धागे पर आगे की ओर भागता है।

ऐसा न्यूटन की गति के तृतीय नियम के कारण हुआ जिसे क्रिया-प्रतिक्रिया का नियम कहते हैं। गुब्बारे से पीछे से हवा तेज़ी से बाहर निकली तो उसने पेन पर आगे की तरफ प्रतिक्रिया बल लगाया, जिससे गुब्बारा तेज़ी से धागे में आगे की तरफ भागा। विद्यार्थियों ने इस गतिविधि के नियम को समझा।

3. खुद करते हैं सोल्डरिंग मॉडल्स बनाने के लिए-

विज्ञान प्रदर्शनियों के लिए मॉडल बनाते समय सोल्डरिंग करने के लिए बच्चे

इलेक्ट्रॉनिक मिस्त्री पर निर्भर रहते थे व उसकी दुकान पर जाते थे। पैसे व समय की हानि भी होती थी। इस समस्या के समाधान के लिए विद्यार्थियों को विद्यालय में खुद से ही सोल्डरिंग करना सिखाया गया। इसके लिए सावधानीपूर्वक कुछ विद्यार्थियों को ट्रेंड किया गया। उन्हें मॉडल्स बनाते समय दिक्कत आती थी। अब चाहे सोल्डरिंग करनी हो चाहे खोलनी हो विद्यार्थी (छात्राएँ भी) यह काम खुद ही कर लेते हैं। विद्यार्थी इसे टाँका लगाना भी कहते हैं।

4. जिला स्तरीय अंतरराष्ट्रीय गीता महोत्सव में विज्ञान गतिविधियों का स्टॉल-

जिला स्तरीय अंतरराष्ट्रीय गीता महोत्सव में शिक्षा विभाग के निपुण हरियाणा गतिविधि स्टॉल के साथ विज्ञान गतिविधियों को भी स्थान दिया गया। जहाँ रावमावि

दामला के विद्यार्थियों द्वारा बनाई गई विभिन्न कम लागत की शिक्षण सहायक सामग्रियों, मॉडल्स व विज्ञान गतिविधियों को दर्शकों/विद्यार्थियों ने देखा और मौके पर विभिन्न प्रयोग अपने हाथों से करके देखे व सीखे। इन विज्ञान गतिविधियों को विभिन्न अधिकारियों द्वारा भी सराहा गया।

5. टेलीस्कोप के बारे में जाना व अवलोकन किया-

टेलीस्कोप (दूरदर्शी) सदा लोगों को आकर्षित करता है। वह उनके लिए एक कौतूहल का विषय रहता है। जिला स्तरीय अंतरराष्ट्रीय गीता महोत्सव कार्यक्रम में टेलीस्कोप लगाकर वहाँ आए विद्यालय व कॉलेज के विद्यार्थियों को टेलीस्कोप बारे

जानकारी दी गयी। उन्हें दूर स्थित स्थलीय ऑब्जेक्ट को फोकस करके दिखाया भी गया। वहाँ उपस्थित सैकड़ों विद्यार्थियों व अन्य ने पहली बार टेलीस्कोप के बारे में विस्तार से जाना और उससे टेरेस्टेरियल अवलोकन किया। टेलीस्कोप को हिंदी में दूरबीन भी कहते हैं। टेलीस्कोप या दूरबीन एक ऐसा यंत्र जो दूर की वस्तुओं को पास दिखाता है। दूरदर्शी मुख्यतः तीन प्रकार की होती हैं। अपवर्तक दूरदर्शी, जिसमें लेंसों का प्रयोग करते हैं। परावर्तक दूरदर्शी, जिसमे दर्पणों का प्रयोग करते हैं। मिश्र दूरदर्शक, जिनमें लेंस और दर्पण दोनों का प्रयोग किया जाता है। पहली बनाई गई दूरबीनें अपवर्तक दूरबीनें ही थीं, जिनमें लेंस का उपयोग किया गया था। 1609 में डेनिश परिप्रेक्ष्य काँच के बारे में सुनने के बाद, गैलीलियो ने अपनी पहली खगोलीय दूरबीन का निर्माण किया।

अच्छा तो प्यारे बच्चो व अध्यापक साथियो, इस अंक में बस इतना ही। मिलते हैं शिक्षा सारथी के अगले अंक में कुछ नई विज्ञान की गतिविधियों के साथ।

साइंस मास्टर/ ईएसएचएम
राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय दामला
खंड जगाधरी, यमुनानगर, हरियाणा

नारी शिक्षा में सावित्रीबाई फुले का योगदान

सावित्री बाई फुले महात्मा ज्योतिबा फुले की पत्नी हैं। 11 अप्रैल, 1827 को महाराष्ट्र के सतारा जिले में माली जाति के एक परिवार में जन्मे महात्मा ज्योतिबा फुले एक महान विचारक, कार्यकर्ता, समाज सुधारक, लेखक, दार्शनिक, संपादक और क्रांतिकारी थे। सावित्रीबाई फुले का जन्म भी महाराष्ट्र के सतारा जिले के नायगाँव नामक स्थान पर 3 जनवरी, 1831 को हुआ। उनके पिता का नाम खण्डोजी नेवसे और माता का नाम लक्ष्मीबाई था। सन् 1840 में मात्र नौ वर्ष की आयु में ही उनका विवाह बारह वर्ष के ज्योतिबा फुले से हो गया था।

जैसा कि उस समय स्वाभाविक ही था सावित्रीबाई पढ़ी-लिखी नहीं थीं। शादी के बाद ज्योतिबा ने ही उन्हें पढ़ना-लिखना सिखाया। महिला शिक्षा के उद्देश्य से ज्योतिबा फुले ने अपने खेत में ही एक आम के पेड़ के नीचे पढ़ाना प्रारंभ किया जो स्त्री शिक्षा की पहली पाठशाला अथवा प्रयोगशाला थी और उसमें विद्यार्थी बनीं सगुणाबाई क्षीरसागर व सावित्रीबाई। सावित्रीबाई अपने पति ज्योतिबा द्वारा पढ़-लिखकर ही इतनी सक्षम हो गईं कि वे स्वयं भी महिलाओं को पढ़ाने लगीं और सावित्रीबाई ने दलित समाज की ही नहीं, देश की प्रथम स्त्री शिक्षिका होने का गौरव प्राप्त किया। उस समय लड़कियों की दशा अत्यंत शोचनीय थी और उन्हें पढ़ने लिखने की अनुमति नहीं थी। इस रीति को तोड़ने के लिए ज्योतिबा और सावित्रीबाई ने 1848 में लड़कियों के लिए एक विद्यालय की स्थापना की। यह भारत में लड़कियों के लिए खुलने वाला पहला विद्यालय था।

सावित्रीबाई फुले स्वयं अपने खोले हुए इस विद्यालय में लड़कियों को पढ़ाने के लिए जाती थीं। लेकिन यह सब इतना आसान नहीं था। लड़कियों की शिक्षा के लिए उन्हें लोगों के कड़े विरोध का सामना करना पड़ा। दकियानूसी समाज ने उनका ख़ूब विरोध किया। लोग उन्हें बुरा-भला कहते थे। उन्होंने न केवल लोगों की गालियाँ सहीं अपितु लोगों द्वारा फेंके जाने वाले पत्थरों की मार तक झेली। जब वे पढ़ाने के लिए अपने स्कूल जाती थीं तो जाते समय रास्ते में स्त्री शिक्षा के विरोधी सावित्रीबाई फुले पर कूड़ा-करकट, कीचड़ व गोबर ही नहीं मानव-मल तक फेंक देते थे। इससे सावित्रीबाई के कपड़े बहुत गंदे हो जाते थे अतः वे अपने साथ एक दूसरी साड़ी भी ले जाती थीं जिसे स्कूल में जाकर बदल लेती थीं। प्रबल विरोध एवं अत्यंत विषम परिस्थितियों के बावजूद उन्होंने हार नहीं मानी व स्त्री शिक्षा, समाजोद्धार व समाजोत्थान का कार्य जारी रखा।

स्त्री शिक्षा के साथ ही विधवाओं की शोचनीय दशा को देखते हुए उन्होंने विधवा पुनर्विवाह की भी शुरुआत की और 1854 में विधवाओं के लिए एक आश्रम भी बनाया। साथ ही उन्होंने नवजात शिशुओं के लिए भी आश्रम खोला ताकि कन्या शिशु हत्या को रोका जा सके। आज देश में बढ़ती कन्या भ्रूण हत्या की प्रवृत्ति को देखते हुए उस समय कन्या शिशु हत्या की समस्या पर ध्यान केंद्रित करना और उसे रोकने के प्रयास करना कितना महत्त्वपूर्ण था इस बात का अंदाज़ा लगाना मुश्किल नहीं। विधवाओं की स्थिति को सुधारने और सती-प्रथा को रोकने व विधवाओं के पुनर्विवाह के लिए भी उन्होंने बहुत प्रयास किए। सावित्रीबाई फुले ने काशीबाई नामक एक गर्भवती विधवा महिला को न केवल आत्महत्या करने से रोका अपितु उसे अपने घर पर रखकर उसकी देखभाल की और समय पर डिलीवरी करवाई। बाद में उन्होंने उसके पुत्र यशवंत को दत्तक पुत्र के रूप में गोद ले लिया और ख़ूब पढ़ाया-लिखाया जो बाद में एक प्रसिद्ध डॉक्टर बना।

सावित्रीबाई फुले ने कभी पीछे मुड़कर नहीं देखा। अपने जीवनकाल में पुणे में ही उन्होंने अट्ठारह महिला विद्यालय खोले। समाजोत्थान के अपने मिशन पर कार्य करते हुए महात्मा ज्योतिबा फुले ने 24 सितंबर, 1873 को अपने अनुयायियों के साथ 'सत्यशोधक समाज' नामक संस्था का निर्माण किया। वे स्वयं इसके अध्यक्ष थे और सावित्रीबाई फुले महिला विभाग की प्रमुख। सत्यशोधक समाज संस्था का मुख्य उद्देश्य शूद्रों और अति शूद्रों को उच्च जातियों के शोषण से मुक्त कराना था। ज्योतिबा के कार्य में सावित्रीबाई ने बराबर का योगदान दिया। ज्योतिबा फुले ने जीवन भर निम्न कहे जाने वाले समाज के लोगों, महिलाओं और दलितों के उद्धार के लिए अनेक महत्त्वपूर्ण कार्य किए। इन सभी कार्यों में उनकी धर्मपत्नी सावित्रीबाई फुले ने जो योगदान दिया वह भी किसी दृष्टि से कम नहीं बैठता। कई बार ज्योतिबा फुले स्वयं पत्नी सावित्रीबाई फुले से मार्गदर्शन प्राप्त करते थे।

28 नवम्बर 1890 को महात्मा ज्योतिबा फुले की मृत्यु हो गई। महात्मा ज्योतिबा फुले की मृत्यु के बाद उनके अनुयायियों के साथ ही सावित्रीबाई फुले ने भी सत्य शोधक समाज को दूर-दूर तक पहुँचाने, अपने पति महात्मा ज्योतिबा फुले के अधूरे कार्यों को पूरा करने व समाज सेवा का कार्य जारी रखा। 1897 में पुणे में भयंकर प्लेग फैला। इस महामारी के दौरान सावित्रीबाई फुले ने प्लेग के रोगियों की सेवा करने में कोई कसर नहीं छोड़ी। दुर्भाग्य से प्लेग के रोगियों की सेवा करते हुए सावित्रीबाई फुले स्वयं भी इस घातक व्याधि की चपेट में आ गईं और 10 मार्च, 1897 को उनका भी देहावसान हो गया। समाज के प्रबल विरोध व अनेकानेक कठिनाइयों के बावजूद महिलाओं का जीवनस्तर सुधारने व उन्हें शिक्षित तथा रूढ़िमुक्त करने में सावित्रीबाई फुले का जो महत्त्वपूर्ण योगदान रहा है, उसे कभी भी भुलाया नहीं जा सकेगा।

सीताराम गुप्ता,
ए.डी. 106 सी., पीतमपुरा,
दिल्ली- 110034

जीवनदृष्टि

एक वृद्ध व्यक्ति एक गड्ढा खोद रहा था। वह अत्यंत धीरे-धीरे काम कर रहा था, लेकिन कर रहा था बड़े मनोयोग से। उसके पास ही कुछ पौधे रखे हुए थे।

एक नवयुवक वहाँ से गुज़रा तो उसने पूछा- 'बाबा आप ये क्या कर रहे हो?'

वृद्ध व्यक्ति ने कहा- 'देखते नहीं हो मैं आम के पौधे लगा रहा हूँ?'

'हाँ, देख तो रहा हूँ कि आप आम के पौधे लगा रहे हो, लेकिन आप ये आम के पौधे क्यों लगा रहे हो?' नवयुवक ने पुनः प्रश्न किया।

'जब आम के ये पौधे बड़े होंगे तो मधुर फल और छाया देंगे,' यह कहकर बाबा पुनः अपने काम में लग गए।

नवयुवक ने किंचित अधीरता से पूछा- 'बाबा ये पेड़ तो कई सालों में बड़े होंगे और तब कहीं जाकर ये फल और छाया देंगे। मगर क्या तब तक आप इन पेड़ों के फल खाने और इनकी छाया में बैठने के लिए जीवित रहोगे?'

वृद्ध ने कहा- 'बेटा ये ज़रूरी तो नहीं कि जिन पेड़ों को मैं लगाऊँ, उनके फल भी मैं ही खाऊँ और उनकी छाया में भी मैं ही बैठूँ? फिर आज मैं जिन पेड़ों के फल खाता हूँ और जिनकी छाया में मैं बैठता हूँ क्या वे पेड़ मैंने ही लगाए थे? हमारे पूर्वजों ने बहुत पहले जो पेड़ लगाए थे, आज हम उन्हीं के फल खा रहे हैं और आज हम जो पेड़ लगा रहे हैं उनके फल आने वाली पीढ़ियाँ खाएँगी। अच्छे कामों को आगे बढ़ाना ही तो हमारी संस्कृति है। सोचो अगर हमारे पूर्वजों ने फलों के पेड़ नहीं लगाए होते तो आज हम कहाँ से फल खाते?''

इतना कहकर बाबा तो चुप हो गए लेकिन बाबा की बातों और उनकी जीवनदृष्टि से नवयुवक को अपने कर्तव्य का बोध हो गया था।

बालक ने कहा- 'आपने मुझे एक बहुत बड़ी सीख दी है बाबा। जब हर व्यक्ति संस्कृति के विकास में अपना योगदान देता आया है तो मैं क्यों नहीं इसमें अपना योगदान दूँ?'

यह कहकर नवयुवक पेड़ लगाने में बाबा की सहायता करने में जुट गया।

सीताराम गुप्ता,
एडी 106 सी.,
पीतमपुरा, दिल्ली- 110034

2024

अप्रैल माह
के त्यौहार व विशेष दिवस

1 अप्रैल - एप्रिल फूल
2 अप्रैल- विश्व ऑटिज़्म जागरूकता दिवस
5 अप्रैल - राष्ट्रीय समुद्री दिवस
7 अप्रैल- विश्व स्वास्थ्य दिवस
9 अप्रैल- नव संवत्सर
10 अप्रैल- विश्व होम्योपैथी दिवस
11 अप्रैल- ईद-उल- फित्तर/महात्मा ज्योतिबा फुले जयंती
13 अप्रैल- वैसाखी/ छठ पूजा
14 अप्रैल- डॉ. भीमराव अम्बेडकर जयंती
17 अप्रैल- रामनवमी
18 अप्रैल- विश्व विरासत दिवस
19 अप्रैल- विश्व लीवर दिवस
21 अप्रैल- महावीर जयंती
22 अप्रैल- विश्व पृथ्वी दिवस
23 अप्रैल- विश्व पुस्तक और कॉपीराइट दिवस
24 अप्रैल- राष्ट्रीय पंचायतीराज दिवस
25 अप्रैल- विश्व मलेरिया दिवस
26 अप्रैल- विश्व बौद्धिक संपदा दिवस
27 अप्रैल- संत धन्ना भगत जयंती
29 अप्रैल- श्री गुरु तेग बहादुर जयंती
30 अप्रैल- आयुष्मान भारत दिवस

'शिक्षा सारथी' का यह अंक कैसा लगा? अपनी राय, विचार या सुझाव हमें अवश्य लिखें। लेखकों व शिक्षाविदों से अनुरोध है कि शिक्षा जगत् से जुड़े विषयों, योजनाओं, मुद्दों से संबंधित रचनाएँ व लेख हमें भेजें। अपने-अपने क्षेत्रों में होने वाली शिक्षा जगत की गतिविधियों की रिपोर्ट भी हमें भेजें। हमारा पता- शिक्षा सारथी, तृतीय तल, शिक्षा सदन, सैक्टर-5, पंचकूला।
मेल भेजने का पता-
shikshasaarthi@gmail.com

Make Every moment a Celebration

Dr. Himanshu Garg

"Celebrate life, for it is the ultimate gift we have been given."

– Joel Osteen

Joel Osteen, an author and pastor, encourages individuals to embrace the preciousness of life in his book "Your Best Life Now." This quote is a reminder to celebrate every moment of life. By implementing these few words, we can find happiness in the present moment and cherish the gift of life itself.

A Beautiful life is a celebration of each and every moment, immortalized as memories. Life is like a rollercoaster ride, filled with ups and downs, joys and sorrows, victories and defeats.

In the midst of this surprise ride, it is important to celebrate the sheer beauty of existence. Unhappiness spreads more easily than a physical disease. Are you happy with what you are doing ? Did you chose it willingly or you are doing it under pressure. Either stop what you are doing or drop the negativity that your mind has created around you. Is there any unwillingness? Express your feelings freely. Did you know that the negative energy you spread is very harmful. Observe both your mental and emotional levels.

Celebration of moments will uplift your spirit, remind you of the preciousness of every moment, and encourage us to embrace the beauty that surrounds us all.

Once a man was in a temporary job. He had a strong desire for a regular job. It was his belief that he will be truly happy after being in a regular job. After some time, he became regular. He became happy but his happiness did not last for long. Then he started desiring a promotion. And like this he always remained dissatisfied with his life. Once he was sitting in a garden with a disappointed heart. A Saint passed by and analyzed his situation. The Saint approached him and showed him the row of roses in that garden. He asked him to pluck the best rose from the line. But the condition was that he cannot move back. The man saw many beautiful roses in the row. But when we wanted to pluck the rose, his mind led him towards another better rose. He kept on moving and reached the end of the row. Then only dry and small roses remained and he chose one such rose. He presented that rose before the Saint. Then the Saint revealed the fact that this garden is considered as our life. We have a lot of happy moments in life. But in the desire of big celebrations we lose those small special moments. As a result, we lose the chance to celebrate our life. We must celebrate each and every happy moment of our life with full enthusiasm.

Whether your job is tedious or irritating, all these are irrelevant. Only your thoughts about the situation around you are justified.If you are negative, you are destroying your present by your own thoughts. The people, who are in a deeply negative state are destroying nature. It is unbelievable but a fact. Your unhappiness is polluting not only your inner soul but also the people around you, in fact the whole human society. Now judge your situation. Are you polluting the world or cleaning the mess? If we clear our inner pollution, then they will also cease to create outer pollution and instead spread happiness everywhere. By adopting a celebratory mindset, we can find beauty and joy in the simplest moments. It will develop a behavior where we will find strength and gratitude even in challenging times, navigating adversity with grace and a positive outlook.

Asstt. Professor (Comp. Sci.)
Govt. College for Women, Jind
Himanshujind@yahoo.com

Baisakhi: Celebrating Harvest, Community, and Heritage

Baisakhi, also known as Vaisakhi, holds a significant place in the hearts of millions, particularly in the Indian subcontinent. This festival, celebrated predominantly by Sikhs and Hindus, marks the beginning of the Sikh New Year and the traditional harvest season in the Punjab region. However, its significance transcends religious boundaries, embodying a spirit of unity, gratitude, and cultural richness.

Historical Roots

The historical roots of Baisakhi are deeply entrenched in the annals of Indian history, particularly in the socio-religious landscape of Punjab. One of the most pivotal events associated with Baisakhi is the establishment of the Khalsa Panth by Guru Gobind Singh, the tenth Sikh Guru, in 1699. On this auspicious day, Guru Gobind Singh baptized the first five Sikhs, known as the Panj Pyare, initiating them into the Khalsa brotherhood. This event not only marked the birth of the Khalsa but also symbolized courage, sacrifice, and the spirit of righteousness.

Cultural Significance

Baisakhi is celebrated with immense fervour and enthusiasm across the Indian subcontinent. It is a time of joyous festivities, marked by vibrant processions, traditional music and dance, and elaborate feasts. The festival holds different meanings for different communities. For Sikhs, it is a time of spiritual reflection and renewal, commemorating the founding of the Khalsa and reaffirming their commitment to Sikh values and principles. For Hindus, it heralds the onset of the harvest season and is often associated with fertility rituals and prayers for a bountiful crop.

Celebrations

The celebrations of Baisakhi vary from region to region but are characterized by common elements that reflect the essence of the festival. In Punjab, where Baisakhi holds

special significance, the day begins with devotees visiting gurdwaras (Sikh temples) to offer prayers and seek blessings. The Granth Sahib, the holy scripture of Sikhism, is ceremonially bathed and adorned with flowers, symbolizing purity and reverence.

The highlight of Baisakhi celebrations is the Nagar Kirtan, a colorful procession that winds its way through the streets, led by the Panj Pyare carrying the Sikh flag, known as the Nishan Sahib, followed by the Guru Granth Sahib atop a lavishly decorated float. Devotees sing hymns, chant prayers, and perform traditional Sikh martial arts known as Gatka, showcasing the valor and spirit of the Khalsa.

In rural areas, Baisakhi is synonymous with the harvest festival. Farmers rejoice as they gather the first fruits of their labor, symbolizing abundance and prosperity. Fields are adorned with colorful decorations, and villagers come together to perform folk dances like Bhangra and Giddha, accompanied by the rhythmic beats of the dhol (drum) and the melodious tunes of the tumbi (string instrument).

Unity in Diversity

What makes Baisakhi truly special is its ability to transcend religious and cultural boundaries, fostering a sense of unity and solidarity among people of diverse backgrounds. Regardless of one's faith or beliefs, Baisakhi serves as a reminder of the shared heritage and cultural mosaic that defines the Indian subcontinent.

In addition to its religious and cultural significance, Baisakhi also holds economic importance, especially in agrarian societies. The festival not only marks the beginning of the harvest season but also provides an opportunity for farmers to showcase their produce in local markets and fairs, stimulating economic activity and promoting rural livelihoods.

Contemporary Relevance

In the contemporary context, Baisakhi continues to evolve, embracing new forms of expression while staying true to its traditional roots. In urban centers, Baisakhi celebrations often feature cultural events, exhibitions, and street fairs that showcase Punjabi cuisine, music, and handicrafts, attracting people from all walks of life.

Moreover, Baisakhi serves as a reminder of the values of community, compassion, and service ingrained in Sikh teachings. Many Sikh gurdwaras organize langar, a community kitchen where free meals are served to all, irrespective of caste, creed, or social status, epitomizing the principle of equality and inclusivity.

Conclusion

In essence, Baisakhi is more than just a festival; it is a celebration of life, a tribute to the resilience of the human spirit, and a testament to the rich tapestry of cultures that define the Indian subcontinent. As communities come together to rejoice and renew bonds of friendship and kinship, Baisakhi serves as a beacon of hope and optimism, heralding the arrival of a new season filled with promise and prosperity.

Ram Navami: Celebrating the Birth of Lord Rama

Ram Navami, a significant Hindu festival, commemorates the birth of Lord Rama, the seventh avatar of the Hindu god Vishnu. It falls on the ninth day (Navami) of the Chaitra month in the Hindu lunar calendar, typically in March or April. Ram Navami holds immense religious, cultural, and spiritual significance for millions of devotees worldwide, embodying ideals of righteousness, dharma, and the triumph of good over evil.

The Legend of Lord Rama

The festival of Ram Navami is deeply rooted in the epic tale of the Ramayana, one of the most revered scriptures in Hinduism. According to the Ramayana, Lord Rama was born to King Dasharatha and Queen Kaushalya in the ancient city of Ayodhya. His life is characterized by unwavering devotion to duty, adherence to dharma (righteousness), and exemplary conduct as a son, husband, and ruler.

Lord Rama's story is one of virtue,

sacrifice, and moral integrity. He willingly accepted exile from his kingdom to honor his father's promise to his stepmother Kaikeyi. During his exile, Rama, accompanied by his wife Sita and loyal brother Lakshmana, encountered numerous challenges, including the abduction of Sita by the demon king Ravana. Rama's unwavering resolve, aided by the support of Hanuman and an army of monkeys, culminated in the triumph of good over evil, symbolized by the defeat of Ravana and the rescue of Sita.

Observance of Ram Navami

Ram Navami is observed with great devotion and fervor by Hindus worldwide. The celebrations typically begin with devotees waking up before dawn and performing ablutions. They then visit temples dedicated to Lord Rama, where special prayers and rituals are conducted. The highlight of the day is the recitation of the Ramayana, either in the form of community gatherings or individual readings, to commemorate the life and teachings of Lord Rama.

Many devotees observe fasts on Ram Navami as a mark of piety and devotion. The fast is broken only after the puja (worship) is completed and prasad (sanctified food) is offered to Lord Rama. Temples and homes are adorned with flowers and colorful decorations, creating an atmosphere of joy and reverence.

Processions and Cultural Events

In addition to traditional rituals, Ram Navami is celebrated with grand processions and cultural events in various parts of India. These processions, known as Shobha Yatras, feature colorful floats, tableau depicting scenes from the Ramayana, and performances of traditional music and dance. Devotees dressed as characters from the epic, including Lord Rama, Sita, Lakshmana, and Hanuman, participate in these processions, spreading joy and festivity wherever they go.

Social Relevance

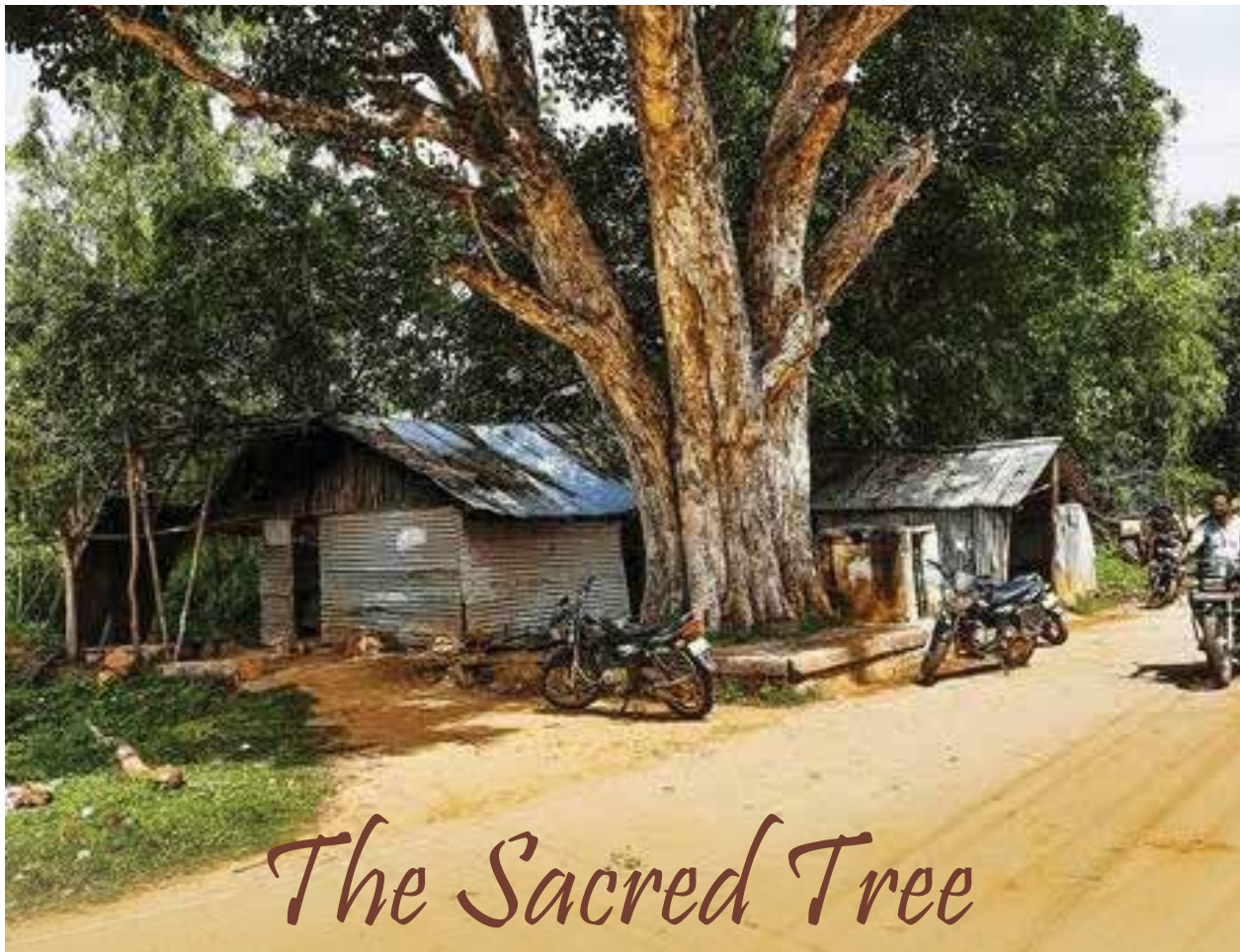
Ram Navami transcends religious boundaries, embodying universal values of love, compassion, and righteousness. It serves as a reminder of the importance of adhering to one's duty (dharma) and upholding moral principles, even in the face of adversity. The story of Lord Rama inspires millions to lead a life of integrity, humility, and selflessness, fostering a sense of unity and brotherhood among people of diverse backgrounds.

Contemporary Relevance

In the contemporary context, Ram Navami continues to evolve, embracing new forms of expression while staying true to its traditional roots. Many organizations and communities organize charitable activities such as feeding the hungry, distributing clothes to the needy, and providing medical assistance to the underprivileged, reflecting the spirit of seva (selfless service) advocated by Lord Rama.

Conclusion

Ram Navami is not merely a festival; it is a celebration of divine grace, moral righteousness, and the enduring power of faith. As devotees come together to honor the birth of Lord Rama, they are reminded of the timeless ideals embodied by him – righteousness, compassion, and unwavering devotion to duty. In a world fraught with challenges and uncertainties, the story of Lord Rama continues to inspire and uplift, serving as a beacon of hope and guidance for all who seek the path of righteousness and truth.



The Sacred Tree

Away from the village's helterskelter,
A large Peepal provided shade and shelter.
There stood the majestic tree, sacred.
Where many a weary traveller rested.

Its branches spread high and wide.
Of the village it was the pride,
Many a scholarly discussion took place,
In this place of worship and grace.

Then came development with an axe.
And the road wideners with morals lax.
Tried to saw and cut the old tree down.
But villagers hugged and it they did surround.

They formed a circle around that tree.
Said you can't cut our life line, please.
The tree wept its heart shaped leaves,
Along with the villagers it did grieve.

Its leaves blossomed even on sultry summer days,
Gave oxygen at night too unlike others only in the day.
The villagers declared the tree as a divine decree,
Sat around it and fasted till the authorities agreed.

And now a 4- lane road passes by that village,
But forks around the Peepal tree, paying homage.
There lies a lesson for man, save as many you can,
Natures wonderful creations vs development plans.

Dr. Deviyani Singh
deviyanisingh@gmail.com

Ambedkar Jayanti: Celebrating the Legacy of Dr. B.R. Ambedkar

Ambedkar Jayanti is an annual observance in India, commemorating the birth anniversary of Dr. Bhimrao Ramji Ambedkar, fondly known as Babasaheb Ambedkar. Celebrated on April 14th each year, Ambedkar Jayanti holds immense significance in honoring the life, legacy, and contributions of Dr. Ambedkar to the socio-political landscape of India. It serves as a reminder of his tireless efforts in championing social justice, equality, and empowerment for marginalized communities.

The Life of Dr. B.R. Ambedkar

Born on April 14, 1891, in Mhow, Madhya Pradesh, Dr. B.R. Ambedkar emerged as a towering figure in Indian history, despite facing discrimination and adversity throughout his life. As a member of the marginalized Dalit community, he experienced firsthand the indignities of untouchability and social exclusion prevalent in Indian society, at that time.

Driven by a thirst for knowledge and a passion for social reform, Dr. Ambedkar overcame numerous obstacles to become one of the most distinguished scholars, jurists, and social reformers of his time. He earned multiple degrees from prestigious institutions in India and abroad, including a doctorate in economics from the London School of Economics.

Dr. Ambedkar's lifelong crusade for social justice and equality found expression in his relentless advocacy for the rights and upliftment of Dalits, also known as Scheduled Castes, and other marginalized communities. He played a pivotal role in drafting the Constitution of India, serving as the chairman of the Drafting Committee, and his contributions to the framing of the Constitution are widely celebrated.

Ambedkar's Contributions and Legacy

Dr. B.R. Ambedkar's contributions to Indian society are multifaceted and enduring. He was a champion of the

rights of the oppressed, advocating for equality, dignity, and social inclusion for all citizens, regardless of caste, creed, or gender. His vision for a just and equitable society was grounded in the principles of liberty, equality, and fraternity enshrined in the Constitution.

One of the most significant aspects of Dr. Ambedkar's legacy is his tireless efforts towards the eradication of untouchability and caste-based discrimination. He campaigned for the rights of Dalits, leading movements for their social and political empowerment. His seminal work, "Annihilation of Caste," remains a powerful critique of the caste system and a call to action for social reform.

Dr. Ambedkar was also a staunch advocate for education as a means of empowerment and social mobility. He believed that education was the key to liberating the oppressed from the shackles of caste-based oppression and empowering them to lead lives of dignity and self-respect. He established educational institutions such as the People's Education Society to provide opportunities for marginalized communities to access quality education.

In addition to his contributions in the field of social reform, Dr. Ambedkar was a visionary leader and statesman. As India's first Law Minister, he played a pivotal role in shaping the legal framework of the newly independent nation. His efforts to codify and modernize laws aimed at ensuring justice, equality, and fundamental rights for all citizens laid the foundation for India's democratic governance.

Observance of Ambedkar Jayanti

Ambedkar Jayanti is observed with great reverence and enthusiasm across India, particularly among Dalit communities and followers of Dr. Ambedkar's teachings. The day is

marked by various commemorative events, including seminars, lectures, and cultural programs, highlighting Dr. Ambedkar's life, teachings, and contributions to society.

One of the central rituals of Ambedkar Jayanti is the offering of floral tributes at statues and memorials dedicated to Dr. Ambedkar. Devotees also visit his birthplace in Mhow and other significant landmarks associated with his life to pay homage to the great leader.

Ambedkar Jayanti serves as a platform for introspection and reflection on the progress made towards achieving Dr. Ambedkar's vision of a just and egalitarian society. It is also an occasion to renew the commitment to upholding the principles of equality, social justice, and human dignity enshrined in the Constitution.

Contemporary Relevance

The legacy of Dr. B.R. Ambedkar continues to resonate in contemporary India, particularly in the context of ongoing struggles for social justice and equality. His teachings on the inherent dignity and worth of every individual, regardless of caste or social status, remain relevant in addressing the persistent challenges of caste-based discrimination and oppression.

Ambedkar's emphasis on education as a tool for empowerment and social transformation remains a guiding principle in efforts to bridge the gap in educational opportunities and outcomes among marginalized communities. Initiatives aimed at enhancing access to quality education and promoting social inclusion continue to be inspired by his vision.

Moreover, Dr. Ambedkar's advocacy for the rights of women, minorities, and other marginalized groups serves as a source of inspiration for movements advocating for gender equality, minority rights, and social justice. His emphasis on the importance of constitutional values and institutions in safeguarding democracy and protecting the rights of citizens remains relevant in the face of contemporary challenges to democratic governance.

Conclusion

Ambedkar Jayanti is not just a day of celebration; it is a solemn occasion to honor the life, legacy, and contributions of a visionary leader who dedicated his life to the cause of social justice and equality. Dr. B.R. Ambedkar's teachings and ideals continue to inspire successive generations to strive for a more just, inclusive, and egalitarian society, where every individual is treated with dignity, respect, and equality. As India pays tribute to Babasaheb Ambedkar on his birth anniversary, it reaffirms its commitment to upholding the values of justice, liberty, equality, and fraternity enshrined in the Constitution, and to building a society where the dreams and aspirations of every citizen can flourish.

Stories

Everyone has a story inside,
Some see the light of day or hide,
Stories passed on from generations,
Modern or traditional told with veneration.
Some told on Grandma's cosy, comfy lap,
Read on airports or till the trains last lap.

Some heavy and tragic, bleeding words of rue,
Some light, frothy and fresh as morning dew.
Some tell tales of yore and ancient lores,
An inky labyrinth of mystery, adventure and more.
Stories that take us away to exotic faraway lands.
Or that change lives and minds like magic wands.

Stories I live for evermore and their unending store.
Fill my life with more richness than treasures galore.

Dr. Deviyani Singh
deviyanisingh@gmail.com

Mahavir Jayanti: Commemorating the Life and Teachings of Lord Mahavir

Mahavir Jayanti is a significant Jain festival that celebrates the birth anniversary of Lord Mahavir, the 24th and last Tirthankara (spiritual teacher) of Jainism. Observed with great reverence by millions of Jains worldwide, Mahavir Jayanti falls on the 13th day of the Chaitra month in the Hindu lunar calendar, typically in March or April. It serves as a time for devotees to reflect on the life, teachings, and spiritual legacy of Lord Mahavir, who preached the path of non-violence, compassion, and spiritual enlightenment.

The Life and Teachings of Lord Mahavir

Lord Mahavir was born as Vardhamana to King Siddhartha and Queen Trishala in the ancient kingdom of Kundagrama, near present-day Patna, in Bihar, India, around 599 BCE. From a young age, he exhibited signs of spiritual inclination and renunciation, eventually renouncing his princely status at the age of 30 to pursue the path of asceticism and self-realization.

For over 12 years, Lord Mahavir engaged in intense meditation, austerities, and spiritual practices, seeking enlightenment and liberation from the cycle of birth and death. He attained kevala jnana, or omniscience, at the age of 42, becoming a Tirthankara and a revered spiritual leader.

Lord Mahavir's teachings are encapsulated in the principles of Jainism, which emphasize the importance of ahimsa (non-violence), satya (truth), asteya (non-stealing), brahmacharya (celibacy), and aparigraha (non-possessiveness). He preached the path of spiritual liberation through self-discipline, detachment, and compassion towards all living beings.

Observance of Mahavir Jayanti

Mahavir Jayanti is observed with elaborate rituals, prayers, and devotional activities by Jains around the world. The day begins with devotees visiting Jain temples, where special prayers, hymns, and religious discourses are conducted to honor Lord Mahavir. The idol of Lord Mahavir is bathed in milk and adorned

with flowers, symbolizing purity and devotion.

Many Jains observe fasts on Mahavir Jayanti as a mark of piety and austerity. The fast is typically broken with simple vegetarian meals, in adherence to the principle of ahimsa (non-violence) advocated by Lord Mahavir.

One of the most significant aspects of Mahavir Jayanti celebrations is the practice of charity and compassion towards all living beings. Jains engage in acts of philanthropy, including feeding the hungry, caring for the sick, and offering donations to charitable causes, as a way of honoring Lord Mahavir's teachings of compassion and selflessness.

Processions and Cultural Events

In addition to traditional rituals, Mahavir Jayanti is celebrated with colorful processions and cultural events in many parts of India and other countries with significant Jain populations. These processions feature elaborately decorated floats, tableau depicting scenes from Lord Mahavir's life, and performances of traditional music and dance.

Devotees dressed in traditional attire participate in these processions, singing hymns and chanting prayers in praise of Lord Mahavir. The atmosphere is filled with joy, devotion, and a sense of spiritual camaraderie as devotees come together to celebrate the birth of their revered spiritual master.

Social Relevance

Mahavir Jayanti holds social relevance beyond its religious significance, as it promotes values of non-violence, compassion, and ethical living that are applicable to all individuals and communities. The teachings of Lord Mahavir inspire people to cultivate a sense of empathy, tolerance, and respect for all forms of life, fostering harmony and peaceful coexistence in society.

Moreover, Mahavir Jayanti serves as an occasion to raise awareness about the importance of environmental conservation and sustainability. Jains are known for their strict adherence to vegetarianism and their commitment to minimizing harm to the environment through practices such as ahimsa (non-violence) and aparigraha (non-possessiveness).

Contemporary Relevance

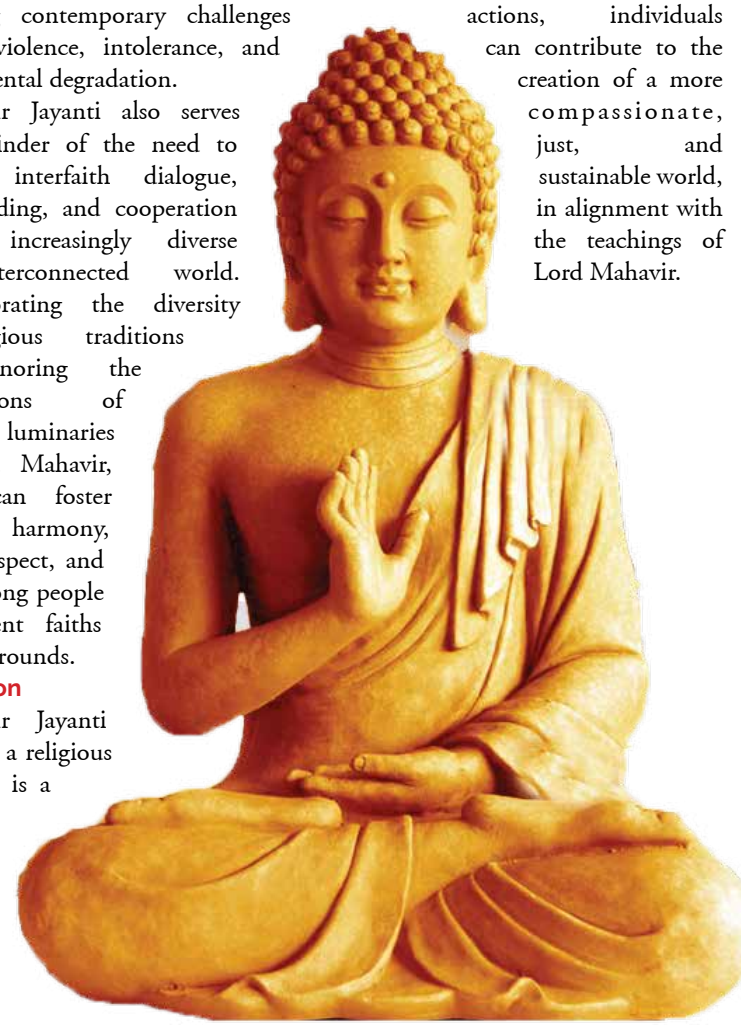
In the contemporary context, Mahavir Jayanti continues to hold significance as a source of inspiration for individuals seeking spiritual growth, moral guidance, and ethical living. The timeless principles of Jainism, embodied in the teachings of Lord Mahavir, remain relevant in addressing contemporary challenges such as violence, intolerance, and environmental degradation.

Mahavir Jayanti also serves as a reminder of the need to promote interfaith dialogue, understanding, and cooperation in an increasingly diverse and interconnected world. By celebrating the diversity of religious traditions and honoring the contributions of spiritual luminaries like Lord Mahavir, society can foster greater harmony, mutual respect, and peace among people of different faiths and backgrounds.

Conclusion

Mahavir Jayanti is not just a religious festival; it is a celebration of the timeless wisdom, compassion, and spiritual legacy of Lord Mahavir, whose teachings continue to inspire millions of people around the world. As Jains come together to commemorate the birth of their revered Tirthankara, they reaffirm their commitment to the principles of ahimsa (non-violence), satya (truth), and compassion towards all living beings.

Mahavir Jayanti serves as a reminder of the universal values of peace, harmony, and ethical living that are inherent in Jainism and applicable to people of all faiths and backgrounds. By embodying these values in their thoughts, words, and actions, individuals can contribute to the creation of a more compassionate, just, and sustainable world, in alignment with the teachings of Lord Mahavir.



A New Dawn in April

In the heart of rural India, nestled between lush green fields and whispering trees, there lay a small village named Chandanpur. April had arrived, bringing with it the promise of new beginnings and the fragrance of blooming flowers. In Chandanpur, the month of April held a special significance, for it marked the annual harvest festival, a time of celebration and gratitude for the bountiful blessings bestowed upon the land.

At the center of Chandanpur stood an ancient banyan tree, its sprawling branches providing shade to weary travelers and solace to the villagers who gathered beneath its majestic canopy. Legend had it that the spirit of a wise sage resided within the sacred tree, offering guidance and protection to those who sought its counsel.

On the first day of April, as the sun rose on the horizon, the villagers of Chandanpur gathered around the banyan tree to offer their prayers and seek blessings for the upcoming harvest season. Among them was Ravi, a young farmer with dreams as vast as the endless fields that stretched before him. With each passing year, Ravi had toiled tirelessly on his family's land, nurturing the soil and coaxing life from its depths.

As Ravi bowed his head in prayer, he felt a sense of anticipation stirring within him. This year, he vowed, would be different. With the arrival of April, he saw an opportunity to transform his dreams into reality, to break free from the shackles of tradition and carve out a path of his own.

Determined to seize the moment, Ravi approached the village elders with a bold proposal. "Let us organize a grand festival to celebrate the spirit of April," he proclaimed. "A festival that honors our traditions while embracing the winds of change."

The elders, initially skeptical of Ravi's idea, were eventually swayed by

his passion and enthusiasm. Together, they began to plan the festivities, drawing inspiration from the rich tapestry of Indian culture and heritage. Music, dance, and feasting would form the cornerstone of the celebration, with every villager contributing their talents and resources to make the event a resounding success.

As the days passed, Chandanpur buzzed with excitement, anticipation building with each passing moment. Colorful banners fluttered in the breeze, and the air was filled with the tantalizing aroma of spices and sweets. At the heart of the village square, a stage was erected, adorned with garlands of marigolds and jasmine.

On the eve of the festival, as the sun dipped below the horizon, the villagers gathered once more beneath the banyan tree. Ravi stood before them, his heart brimming with pride and gratitude. "Tonight, we embark on a journey of joy and celebration," he declared. "Together, we will honor the spirit of April and usher in a new era of prosperity and unity."

As darkness descended upon Chandanpur, the village came alive with the sounds of music and laughter. Dancers twirled beneath the starlit sky, their vibrant costumes shimmering in the moonlight. Drummers beat out a hypnotic rhythm, their melodies weaving through the air like strands of magic.

Amidst the revelry, Ravi found himself drawn to a young woman named Meera, her eyes sparkling with mischief and grace. Together, they danced beneath the banyan tree, lost in the intoxicating rhythm of the night. In that moment, amidst the laughter and the music, Ravi felt a connection that transcended words – a connection forged in the fire of shared dreams and aspirations.

As dawn broke on the horizon, Chandanpur awoke to a new day, a

day filled with the promise of hope and renewal. The festival had brought the villagers together in ways they had never imagined, uniting them in a common purpose and igniting a spark of optimism that would endure long after the festivities had ended.

In the weeks that followed, Ravi and Meera worked side by side, their hands joined in a shared vision of the future. Together, they planted the seeds of change, nurturing them with love and dedication. And as the first shoots emerged from the earth, they knew that their dreams had taken root, destined to blossom and flourish in the fertile soil of April's embrace.

Career in Adventure Sports

Embarking on a career in adventure sports is like stepping into a realm where thrill meets passion, and adrenaline becomes a way of life. Whether you're scaling towering cliffs, carving through pristine powder, or navigating treacherous whitewater rapids, the world of adventure sports offers a unique blend of challenge, excitement, and freedom. But beyond the rush of the moment lies a rich tapestry of opportunities, challenges, and rewards for those who dare to pursue this path.

At its core, a career in adventure sports is about turning a passion for outdoor exploration and physical activity into a livelihood. It's a calling for those who thrive on pushing their limits, testing their skills, and immersing themselves in nature's most awe-inspiring playgrounds. From professional athletes to guides, instructors, photographers, filmmakers, gear designers, and event organizers, the adventure sports industry encompasses a diverse array of roles and opportunities.

For many, the journey begins with a love for a particular activity – be it rock climbing, surfing, mountain biking, or backcountry skiing. This passion often drives individuals to pursue formal training, certifications, and experience in their chosen discipline. Whether through apprenticeships, internships, or specialized courses, aspiring adventure sports enthusiasts can hone their skills, gain valuable insights, and build a foundation for a career in their chosen field.

One of the most common paths into the industry is through guiding and instruction. Becoming a certified guide or instructor allows individuals to share their expertise with others, whether leading clients on epic climbing expeditions, teaching surfing lessons on tropical beaches, or coaching mountain biking skills in rugged terrain. This role not only requires technical proficiency but also strong communication, leadership, and problem-solving skills to ensure the safety and enjoyment of participants.

For those with a knack for

storytelling and a keen eye for capturing the essence of adventure, a career in adventure sports photography or filmmaking offers a thrilling avenue for creative expression. Whether documenting epic ascents, capturing the beauty of untouched landscapes, or chronicling the triumphs and challenges of athletes, photographers and filmmakers play a vital role in shaping the narrative of adventure sports culture.

Behind the scenes, the adventure sports industry relies on a vast network of professionals to design, manufacture, and distribute the gear and equipment that enable athletes to push their limits safely and effectively. From technical apparel and footwear to cutting-edge outdoor equipment and accessories, the industry offers opportunities for designers, engineers, marketers, and sales professionals to contribute to the evolution of gear technology and innovation.

In addition to traditional roles within specific disciplines, the adventure sports industry also encompasses a range of support services and ancillary businesses. From outdoor education programs and wilderness therapy to adventure travel agencies and eco-tourism ventures, there are countless ways to carve out a niche within this dynamic and rapidly growing field.

However, like any career path, pursuing a livelihood in adventure sports comes with its own set of challenges and considerations. The inherently unpredictable and sometimes dangerous nature of outdoor activities means that safety must always be a top priority. Whether navigating remote wilderness areas, managing risk in extreme conditions, or responding to emergencies, professionals in the adventure sports industry must be prepared to mitigate hazards and prioritize the well-being of themselves and others.

Moreover, the seasonal and freelance nature of many adventure sports careers can pose financial challenges, requiring individuals to be resourceful, adaptable, and entrepreneurial in order to sustain their livelihoods. From guiding gigs and teaching gigs to sponsorship deals and brand partnerships, success in the adventure sports industry often requires a combination of skill, determination, and hustle to make ends meet.

Despite these challenges, the rewards of a career in adventure sports are boundless. From the thrill of conquering a challenging route to the camaraderie of sharing epic adventures with friends and colleagues, the experiences gained in this field are priceless. Moreover, the opportunity to connect with nature, explore remote landscapes, and inspire others to pursue their passions makes it all worthwhile.

In the end, a career in adventure sports is not just about making a living – it's about living life to the fullest. It's about embracing the unknown, pushing boundaries, and finding meaning and purpose in the pursuit of adventure. Whether you're carving your own path as a professional athlete, guiding others on epic journeys, or shaping the future of the industry through innovation and creativity, the world of adventure sports offers endless opportunities for those who dare to chase their dreams.

Amazing Facts

1. **Hummingbirds are the only animal that can fly backwards**
2. In only eight minutes, the Space Shuttle can accelerate to a speed of 27,000 kilometres per hour.
3. German cockroaches can survive for up to one month without food and two weeks without water
4. George Washington had teeth made out of hippopotamus ivory
5. The cruise liner, Queen Elizabeth II, moves only six inches for each gallon of diesel that it burns
6. The amount of aluminum that Americans throw out in three months is enough to rebuild all American commercial planes
7. Humans breathe in and out approximately one litre of air in ten seconds
8. The shortest war in history was between Zanzibar and England in 1896. Zanzibar surrendered after 38 minutes
9. The first hot air balloon flight traveled for 5.5 miles over Paris and lasted for 23 minutes
10. Birds do not sweat, as they do not have sweat glands
11. Former U.S. President Ronald Reagan once wore a Nazi uniform while acting in a film during his Hollywood days. The name of the movie was "Desperate Journey," which was filmed in 1942
12. The town of Olney, Illinois celebrates a "Squirrel Day" festival to honour the 200 albino squirrels that live in the town. The festival includes a squirrel blessing by a priest
13. In the United States there are about three million honey producing colonies
14. Adult earwigs can float in water for up to 24 hours
15. January is named for the Roman god Janus. Janus was a temple god who could look forward and backward at the same time
16. Karate actually originated in India, but was developed further in China
17. A seagull can drink salt water because it has special glands that filter out the salt
18. Elvis had a twin brother named Jesse Garon, who died at birth
19. 95% of the entire lemon crop produced in the U.S. is from California and Arizona
20. There are more than 3000 documented caves located in the state of Tennessee
21. Soy crayons have been invented to replace wax crayons and one acre of soybeans can produce over 80,000 crayons
22. People drank gold powder mixed in with water in medieval Europe to relieve pain from sore limbs
23. Basketball great Wilt Chamberlain never fouled out of a game
24. The average number of pillowcases washed a day at the MGM Grand Hotel in Las Vegas is 15,000
25. There are 158 verses in the Greek National Anthem
26. A regulation baseball has exactly 108 stitches
27. In a study that was done by the University of Chicago in 1907, it was concluded that the easiest color to spot is yellow. This is why John Hertz, who is the founder of the Yellow Cab Company picked cabs to be yellow
28. On average it takes a shark seven days to replace a tooth
29. The biggest religious building in the world is a Hindu Temple, Angkor Wat, located in Cambodia. It was built at the end of the 11th century
30. Snails eat with a rasping mouth called a "radula," which has thousands of teeth

https://greatfacts.com/

1. Which major chess title has only been held by around 2000 people in history? **Grand Master**
2. In 1949, Soviet Union and several other Eastern Bloc states signed a defensive pact in which European city? **Warsaw**
3. Which singer is the subject of the 2005 movie Walk The Line? **Johnny Cash**
4. What is the second book of the Bible? **Exodus**
5. Which 'N' word is the opposite of 'zenith'? **Nadir**
6. In which northern Italian city is Romeo and Juliet set? **Verona**
7. Who are the best-selling Swedish musical act of all time? **ABBA**
8. On which island is the Hawaiian state capital of Honolulu situation? **Oahu**
9. Which particle in an atom is negatively charged? **Electron**
10. Where does a troglodyte live?Cave

11. Which city straddles the confluence of the Bosphorus, Sea of Marmara and the Golden Horn? **Istanbul**
12. Which instrument did Antonio Stradivari produce? **Violin**
13. The Marquess of Queensbury Rules are a code of conduct in which sport? **Boxing**
14. What first name is shared by MCU actors Hemsworth, Evans and Pratt? **Chris**
15. Which element has the chemical symbol Pb? **Lead**
16. Which literary character is also, by birth, Viscount Greystoke? **Tarzan**
17. The islands of The Azores and Madeira are part of which country? **Portugal**
18. The three branches of the US government are executive, judicial and what? **Legislative**
19. Which Siberian lake is, at 1642m, the deepest in the world? **Baikal**
20. Which English word is derived from the first two letters of the Greek alphabet? **Alphabet**

https://www.businessballs.com/quiz/general-knowledge-quiz-466/

आदरणीय संपादक महोदय!

सादर नमस्कार।

'शिक्षा सारथी' मार्च-2024 अंक पढ़ने का अवसर मिला। मुखपृष्ठ पर छपी तस्वीर में मुस्कुराते नन्हे बच्चों को देखकर अहसास हुआ कि सचमुच अब विद्यालय दहशत और भय के नहीं, अपितु मनोरंजक ढंग से सीखने-सिखाने के केंद्र बन गए हैं। दर्शना देवी के लेख 'शिक्षण में कठपुतली का प्रयोग' भी इसी ओर इंगित करता है कि परंपरागत शिक्षण विधियों को छोड़ कर कुछ नये प्रयोगों के साथ शिक्षण होगा तो कक्षा में अंतिम बैंच पर बैठा बच्चा भी शिक्षण-प्रक्रिया में रुचि लेगा और कक्षा-कक्षा का वातावरण सरस एवं आनंदपूर्ण बनेगा। गौरीशंकर वैश्य 'विनम्र' के लेख में किशोरों में बढ़ती आपराधिक प्रवृत्ति पर चिंता व्यक्त की गई है तो डॉ.राजीव वत्स दिव्यांगजन के अधिकारों के प्रति जागरूक करते हुए दिखाई देते हैं। कुल मिला कर अत्यंत आकर्षक व ज्ञानवर्धक अंक पाठकों तक पहुँचाने के लिए समस्त सम्पादक मंडल को साधुवाद।

मनोज वर्मा
प्रशासनिक अधिकारी
निदेशालय मौलिक शिक्षा, हरियाणा

आदरणीय संपादक महोदय!

सादर नमस्कार।

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा यानी एनसीएफ पर केंद्रित 'शिक्षा सारथी' के मार्च-2024 अंक को पढ़ने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। एनसीएफ राष्ट्रीय शिक्षा नीति के क्रियान्वयन की दिशा में निश्चित रूप से एक महत्त्वपूर्ण व परिवर्तनकारी कदम है। प्रमोद कुमार के उक्त विषय पर केंद्रित लेख में स्पष्ट किया गया है कि यह रूपरेखा बहुविषयक शिक्षा, मूल्यों के पोषण, रचनात्मक शिक्षाशास्त्र को प्रोत्साहन देने और विद्यार्थियों को व्यावहारिक समस्या-समाधान के लिए तैयार करने का परिचय देती है। डॉ.शिवानी कौशिक ने राज्य पाठ्यचर्या रूपरेखा विकास हेतु प्रदेश द्वारा उठाए गए कदमों की जानकारी अत्यंत प्रभावी ढंग से दी है। हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड, भिवानी के अध्यक्ष वीपी यादव के डॉ.प्रदीप राठौर के साथ हुए साक्षात्कार के माध्यम से यह जानकारी प्राप्त हुई कि हरियाणा में किस प्रकार से नयी शिक्षा नीति के अनुरूप परीक्षा-तंत्र में बदलाव किए गए हैं। स्थायी बाल-स्तंभ 'बाल सारथी' व अन्य आलेख भी सराहनीय थे।

'शिक्षा सारथी' संपादक मंडल को इसके लिए बहुत-बहुत बधाई एवं शुभकामनाएँ।

रेखा मित्तल
स्वतंत्र लेखिका
चंडीगढ़

बाबा साहेब को करो नमन

दुनिया के पटल पर चमका,
जो सूरज बनकर ज्ञान का।
जिनकी आभा से आलोकित,
है जीवन हर इंसान का।।

जिनके मन में सदैव पंचशील,
रहा प्रेम और समभाव।
उन्हें कहते सिंबल ऑफ नॉलेज,
और नाम है भीमराव।।

बुद्ध, कबीर और फुले की,
शिक्षाएँ इनकी असली पूँजी।
शिक्षित बनो की भीम सीख,
आज जन-जन में है गूँजी।।

सबको सब अधिकार मिलें,
यह भीम के मन में आया।
बाबा साहेब ने अथक श्रम से,
फिर ये संविधान बनाया।।

ऊँच-नीच का भेद मिटाकर,
जाए भारत देश सँवारा।
समता, आज़ादी, न्याय, प्रेम से,
लाए भारत में भाईचारा।।

सदियों से देश में शोषित बन,
जो मूल निवासी छले गये।
उन्हें शिक्षा, संगठन, संघर्ष की,
भीम सीख देकर चले गये।।

हमारे संविधान के निर्माता,
डॉ.अंबेडकर हैं विश्वरत्न।
कहे 'भारती' नतमस्तक होकर,
बाबा साहेब को करो नमन।।

- भूपसिंह भारती
पीजीटी राजनीति शास्त्र
राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय
पटीकरा (नारनौल) हरियाणा

RNI NO: HARBIL/2012/52385 POSTAL REGD NO: HR/AB-102/23-25

इन्द्रधनुष

आसमान पर रंगों की छटा
बिखर गई है गोल मटोल
पूर्व दिशा ने ताज पहनाया
सोने जैसा सूरज अनमोल।

कभी लगता है माँ का आँचल
कभी लगे माथे की बिंदिया
चमक रहा है सूरज जैसा
जैसे चाँद की जगी हो निंदिया।

नन्हीं बूँदें आसमान पर
सिमट गई हैं कंचों जैसी
धूप दीप-सी जगमगाती
जमीं पर उतरी तारों जैसी ।

मीठी-मीठी हवा चल पड़ी
शोर सुनाती किसी संगीत-सा
पक्षी मिलकर कलरव करते
अपनी भाषा में गाते गीत-सा ।

रंगोली सजी है सात रंगों की
आसमान के उस छोर पर
नीले-नीले अंबर को जैसे
रंग गया कोई रंग उड़ेल कर।

लव कुमार
पीजीटी हिन्दी
रावमावि भूरेवाला (नारायणगढ़)
अम्बाला, हरियाणा