RNI No.: DEL/BIL/2004/14598

Youngster

YOUNGSTER · ESTABLISHED 2004 · NEW DELHI · SEP 2016 · PAGES 8 · PRICE 1/- · MONTHLY BILINGUAL (HIN./ENG.)

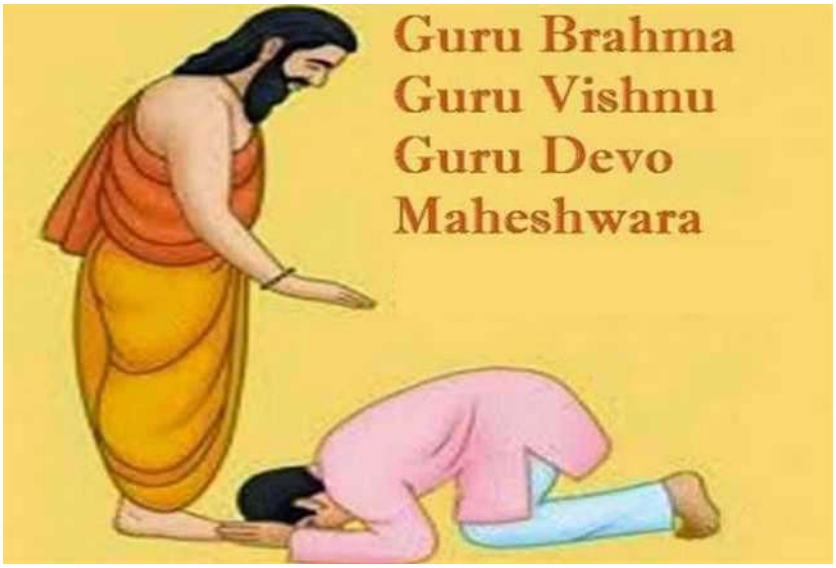
श्री सिद्धि विनायक मंदिर, रोहिणी में धूम-धाम से संपन्न हुआ गणेश महोत्सव

श्री गणेश उत्सव आयोजन समिति रोहिणी दिल्ली की ओर से प्रतिवर्ष की भांति इस वर्ष भी गणेशोत्सव का आयोजन बड़ी धूमधाम से किया गया। पहले दिन ही बप्पा का आर्शिवाद लेने के लिए आम जनों का तांता लगा रहा। इस गणेशोत्सव का रोहिणी व दिल्ली के तमाम गणेश भक्तों को साल भर बेसब्री से इंतजार रहता है। बुद्धि, ज्ञान और विघ्नविनाशक के रूप में पूजे जाने वाले श्री गणेश जी के स्वागत के लिए भक्तगण पूरी तरह से समर्पित थे । हर तरफ श्जय देव–जय देव, जय मंगल मूर्ति, दर्शन मार्ते मन कमाना पूर्ति, जय देव–जय देवश की गूंज सुनाई दी। गणपति बप्पा मोर्या, मेरे घर में पधारों गजानन, प्रथम पूज्य गणेश आदि भजनों को सुन भक्त भी निहाल हुए।गणेश भक्तों के लिए आयोजन समिति द्वारा विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रमों को आयोजित किया गया । इसी कड़ी में गणपति की स्थापना के साथ–साथ रंगारंग कार्यक्रमों की शुरुवात हुई श्री गणेश उत्सव आयोजन समिति रोहिणी (दिल्ली) के अध्यक्ष श्री राम कैलाश गुप्ता ने बताया कि इस बार 5100 किलो का लड्डू विशेष रूप से भक्तों के लिए समिति ने बनवाया है।पिछले वर्ष की तरह इस बार भी विशाल शोभा यात्रा निकाली गई जो लगभग 5 से 6किलोमीटर लंबी थी। इस शोभा यात्रा में विभिन्न देवी–देवताओं की झांकियों, बैण्ड–बाजे, शहनाई, नफीरी, ढोल–ताशे शामिल थे। जहा एक तरफ शोभा यात्रा में भगवान के विभिन्न रूपो को झांकियों के माध्यम से दर्शाया गया वही दूसरी ओर बेटी बचाओ,बेटी पढ़ाओ का सन्देश भी दिया गया।श्री गणेश उत्सव आयोजन समिति रोहिणी दिल्ली के संस्थापक श्री राम कैलाश गुप्ता, एन. डी. एम. सी. के अध्यक्ष करन सिंह तवर व अन्य संस्था सदस्यों के द्वारा गणेश वंदना की गई व शोभा यात्रा की शुरुवात अग्रवाल भवन रोहिणी सैक्टर –8 से हुई जिसे श्री गुप्ता जी ने झंडी दिखाकर रवाना किया। इस यात्रा में टेक्निया इंस्टीट्यूट ऑफ एडवांस्ड स्टडीज़ के बाइक सवारों का दस्ता सबसे आगे व इसके पीछे अष्टावक्र स्कूल ऑफ स्पेशल चिलड्रेंस, स्पेशल आर्ट स्कूल, टेक्निया इंस्टीट्यूट ऑफ टीचर्स ऐजूकेशन, टेक्निया इंटरनैशल स्कूल व अष्टावक्र इंस्टीट्यूट ऑफ रिहैबीलिएशन सांइसेस एण्ड रिर्सच की विभिन्न झांकियां थीं। इस झांकी में टेक्निया ग्रुप के सभी संस्थानों के छात्र–छात्रा, शिक्षकगण व अन्य सदस्य शामिल हुए।शोभा यात्रा की शुरुवात अग्रवाल भवन रोहिणी सैक्टर–8 से होते हुए, सै.7–8 डिवाईडींग रोड, हिमालय पब्लिक स्कूल, रजापूर गांव से निकल कर, रोहिणी स्पोर्टस कॉम्पलेक्स, सैंट मार्गेट पब्लिक स्कूल, प्रशांत विहार, रोहिणी कोर्ट से होती हुई कथा स्थल श्री सिद्धि विनायक मंदिर मधुबन चौक पर

आकर समाप्त हुई। शोभा यात्रा का लोगों ने जगह–जगह पर फूल–मालाओं से स्वागत किया और कई भक्तों ने खाने पीने की वस्तुओं को इस यात्रा में शामिल गणेश भक्तों में वितरित किया। कथा स्थल पर शोभा यात्रा के पहुंचने पर श्री गणेश जी की महाआरती की गयी व भक्तों के लिए विशाल भंडारे का आयोजन किया गया। राजनेताओं के अलावा सामाजिक कार्यकर्ताओं के साथ–साथ स्कूल व कॉलेज के बच्चों का उत्साह व भीड़ भी देखते ही बन रही थी। शोभा यात्रा के बाद देर शाम को श्रद्धालुओं के लिए मटकी फोड़ व रंगा–रंग कार्यक्रमो का आयोजन किया गया जिसमे एनएसएस फिल्म एन्टरटेनमेंट ने आमिर, सलमान, शाहरूख मूवी का प्रमोशन किया गया। फिल्म 'आमिर, सलमान और शाहरूख है' की स्टार कास्ट एवं अन्य बॉलीवुड सिंगरों ने गणेश भक्तो को अपनी फिल्म के संवादों और गीतों से दर्शको का भरपूर मनोरंजन कियाद्य साथ ही साथ टेक्निया ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशन्स के छात्रों फौजिया ग्रुप, बानी ग्रुप और दिव्या ग्रुप ने अपने ग्रुप डांस से बप्पा को खुश किया।

–बालकृष्ण मिश्र

शिक्षक दिवस, गुरु की महत्ता बताने वाला प्रमुख दिवस



शिक्षक दिवस गुरु की महत्ता बताने वाला प्रमुख दिवस है। भारत में 'शिक्षक दिवस' प्रत्येक वर्ष 5 सितम्बर को मनाया जाता है। शिक्षक का समाज में आदरणीय व सम्माननीय स्थान होता है। भारत के द्वितीय राष्ट्रपति डॉक्टर सर्वपल्ली राधाकृष्णन के जन्म दिवस और उनकी स्मृति के उपलक्ष्य में मनाया जाने वाला शशिक्षक दिवसश एक पर्व की तरह है, जो शिक्षक समुदाय के मान–सम्मान को बढ़ाता है। हिन्दू पंचांग के अनुसार गुरु पूर्णिमा के दिन को शगुरु दिवसश के रूप में स्वीकार किया गया है। विश्व के विभिन्न देश अलग–अलग तारीखों में 'शिक्षक दिवस' को मानते हैं। बहुत सारे कवियों, गद्यकारों ने कितने ही पन्ने गुरु की महिमा में रंग डाले हैं।

शिक्षक का मान–सम्मान

गुरु, शिक्षक, आचार्य, अध्यापक या टीचर ये सभी शब्द एक ऐसे व्यक्ति को व्याख्यातित करते हैं, जो सभी को ज्ञान देता है, सिखाता है। इन्हीं शिक्षकों को मान–सम्मान,

सर्वपल्ली राधाकृष्णन

आदर तथा धन्यवाद देने के लिए एक दिन निर्धारित है, जो की 5 सितंबर को 'शिक्षक दिवस' के रूप में जाना जाता है। सिर्फ धन को देकर ही शिक्षा हासिल नहीं होती, बल्कि अपने गुरु के प्रति आदर, सम्मान और विश्वास, ज्ञानार्जन में बहुत सहायक होता है। 'शिक्षक दिवस' कहने–सुनने में तो बहुत अच्छा प्रतीत होता है, लेकिन क्या हम इसके महत्त्व को समझते हैं। शिक्षक दिवस का मतलब साल में एक दिन अपने शिक्षक को भेंट में दिया गया एक गुलाब का फूल या कोई भी उपहार नहीं है और यह शिक्षक दिवस मनाने का सही तरीका भी नहीं है। यदि शिक्षक दिवस का सही महत्त्व समझना है तो सर्वप्रथम हमेशा इस बात को ध्यान में रखें कि आप एक छात्र हैं और उम्र में अपने शिक्षक से काफी छोटे है। और फिर हमारे संस्कार भी तो यही सिखाते है कि हमें अपने से बड़ों का आदर करना चाहिए। अपने गुरु का आदर–सत्कार करना चाहिए। हमें अपने गुरु की बात को ध्यान से सुनना और समझना चाहिए। अगर अपने क्रोध, ईर्ष्या को त्याग कर अपने अंदर संयम के बीज बोएं तो निश्चित ही हमारा व्यवहार हमें बहुत ऊँचाइयों तक ले जाएगा और तभी हमारा 'शिक्षक दिवस' मनाने का महत्त्व भी सार्थक होगा।

प्रेरणा स्रोत

संत कबीर के शब्दों से भारतीय संस्कृति में गुरु के उच्च स्थान की झलक मिलती है। भारतीय बच्चे प्राचीन काल से ही आचार्य देवो भवः का बोध–वाक्य सुनकर ही बड़े होते हैं। माता–पिता के नाम के कुल की व्यवस्था तो सारे विश्व के मातृ या पितृ सत्तात्मक समाजों में चलती है, परन्तु गुरुकुल का विधान भारतीय संस्कृति की अनूठी विशेषता है। कच्चे घड़े की भांति स्कूल में पढ़ने वाले विद्यार्थियों को जिस रूप में ढालो, वे ढल जाते हैं। वे स्कूल में जो सीखते हैं या जैसा उन्हें सिखाया जाता है, वे वैसा ही व्यवहार करते हैं। उनकी मानसिकता भी कुछ वैसी ही बन जाती है, जैसा वह अपने आस–पास होता देखते हैं। सफल जीवन के लिए शिक्षा बहुत उपयोगी है, जो गुरु द्वारा प्रदान की जाती है। गुरु का संबंध केवल शिक्षा से ही नहीं होता, बल्कि वह तो हर मोड़ पर अपने छात्र का हाथ थामने के लिए तैयार रहता है। उसे सही सुझाव देता है और जीवन में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करता है।

माली रूपी शिक्षक

शिक्षक उस माली के समान है, जो एक बगीचे को भिन्न–भिन्न रूप–रंग के फूलों से सजाता है। जो छात्रों को कांटों पर भी मुस्कुराकर चलने को प्रोत्साहित करता है। उन्हें जीने की वजह समझाता है। शिक्षक के लिए सभी छात्र समान होते हैं और वह सभी का कल्याण चाहता है। शिक्षक ही वह धुरी होता है, जो विद्यार्थी को सही–गलत व अच्छे–बुरे की पहचान करवाते हुए बच्चों की अंतर्निहित शक्तियों को विकसित करने की पृष्ठभूमि तैयार करता है। वह प्रेरणा की फुहारों से बालक रूपी मन को सींचकर उनकी नींव को मजबूत करता है तथा उसके सर्वांगीण विकास के लिए उनका मार्ग प्रशस्त करता है। किताबी ज्ञान के साथ नैतिक मूल्यों व संस्कार रूपी शिक्षा के माध्यम से एक गुरु ही शिष्य में अच्छे चरित्र का निर्माण करता है। एक ऐसी परंपरा हमारी संस्कृति में थी, इसलिए कहा गया है कि–

गुरु ब्रह्मा, गुरुर्विष्णु
गुरुर्देवो महेश्वरः।
गुरुः साक्षात परब्रह्म तस्मैः श्री गुरुवेः नमः।

कई ऋषि–मुनियों ने अपने गुरुओं से तपस्या की शिक्षा को पाकर जीवन को सार्थक बनाया। एकलव्य ने द्रोणाचार्य को अपना मानस गुरु मानकर उनकी प्रतिमा को अपने सक्षम रख धनुर्विद्या सीखी। यह उदाहरण प्रत्येक शिष्य के लिए प्रेरणादायक है।

गुरु–शिष्य परंपरा

गुरु–शिष्य परंपरा भारत की संस्कृति का एक अहम और पवित्र हिस्सा है, जिसके कई स्वर्णिम उदाहरण इतिहास में दर्ज हैं। लेकिन वर्तमान समय में कई ऐसे लोग भी हैं, जो अपने अनैतिक कारनामों और लालची स्वभाव के कारण इस परंपरा पर गहरा आघात कर रहे हैं। शशिक्षाश जिसे अब एक व्यापार समझकर बेचा जाने लगा है, किसी भी बच्चे का एक मौलिक अधिकार है, लेकिन अपने लालच को शांत करने के लिए आज तमाम शिक्षक अपने ज्ञान की बोली लगाने लगे हैं। इतना ही नहीं वर्तमान हालात तो इससे भी बदतर हो गए हैं, क्योंकि शिक्षा की आड़ में कई शिक्षक अपने छात्रों का शारीरिक और मानसिक शोषण करने को अपना अधिकार ही मान बैठे हैं। किंतु कुछ ऐसे गुरु भी हैं, जिन्होंने हमेशा समाज के सामने एक अनुकरणीय उदाहरण पेश किया है। प्रायः सख्त और अक्खड़ स्वभाव वाले यह शिक्षक अंदर से बेहद कोमल और उदार होते हैं। हो सकता है कि किसी छात्र के जीवन में कभी ना कभी एक ऐसे गुरु या शिक्षक का आगमन हुआ हो, जिसने उसके जीवन की दिशा बदल दी या फिर जीवन जीने का सही ढंग सिखाया हो।

–प्रस्तुतिः पलक गुप्ता, बीजेएमसी

जल ही जीवन है'– यह कथन तो सब ने ही सुना होगए परन्तु सोचने का विषय यह है कि यदि पृथ्वी पर कुल उपयोग हेतु जल कभी समाप्त हो जाए तो क्या होगा? भविष्य में आने वाली इस चुनौती का एक सरलतम उपाय यह भी हो सकता है– "वर्षा जल संरक्षण"। आंकड़ों पर नजर डालें तो भारत विश्व का 2–24: भू–भाग रखता है। जहाँ विश्व की 16–9: जनसंख्या निवास करती है। भारत में विश्व के कुल जल का 4% ही मीठा जल उपलब्ध है। वैज्ञानिकों के ताजा अध्ययानुसार वर्ष 2030 तक 40% भारतीय जनसंख्या पीने योग्य पानी से वंचित हो जाएगी। 9 नवम्बर 2000 को देश का 28वां राज्य बना उत्तराखण्ड भारत के कुल क्षेत्रफल का 1–61: भू–भाग रखता है। जहाँ देश की कुल आबादी की 0–82% जनसंख्या निवास करती है।

उत्तराखण्ड के कुल क्षेत्रफल का 85% भाग पहाड़ी तथा 15% भाग मैदानी है जिसमें मात्र 14% भू–भाग ही कृषि योग्य है। राज्य की औसत वर्षा 1545 है। तथ्यों के अनुसार प्रतिवर्ष राज्य के लगभग 88% भू–भाग में मृदा अपरदन 10 मीट्रिक टन प्रति हेक्टेयर की दर से हो रहा है जिससे अक्सर भूस्खलन का खतरा मंडराया रहता है। वर्षा जल का अनियंत्रित प्रवाह तथा बदल फटने जैसी गंभीर समस्याएं भूस्खलन तथा मृदा अपरदन को जन्म देती हैं। ऐसे भयंकर दुष्परिणामों का सामना राज्य को पूर्व में भी करना पड़ा है तथा प्रतिवर्ष ऐसी घटनाएं निरंतर बढ़ती जा रही हैं। बढ़ती जनसंख्या के दबाव के कारण भू–गर्भिक जल प्रतिवर्ष घटता जा रहा है तथा आने वाले समय में इसके दुष्परिणाम सामने आ सकते हैं। अतः समय की आवश्यकतानुसार 'वर्षा जल का संचयन' किया जाना जरूरी है। वर्षा जल से होने वाले कुछ नुकसान निम्न बिन्दुओं में अंकित हैं–

मृदा अपरदन,
भूस्खलन का खतरा,
नदियों का जलस्तर बढ़ना,
निचले हिस्सों में बाढ़ का आना,
फसल का बर्बाद होना आदि।

अब सवाल यह उठता है कि वर्षा जल संरक्षण क्या है? वर्षा जल संरक्षण एक सरल व कम लागत वाली तकनीक है जिसमें कम तकनीकी ज्ञान की आवश्यकता होती है और इसके अनेक फायदे हैं। जल संकट की स्थिति में एकत्र वर्षा जल अन्य जल अन्य जल स्त्रोतों का पूरक है। सूखे की स्थिति अथवा भू–गर्भिक जल के कम हो जाने पर या कुओं के सूख जाने पर यह एक अच्छा विकल्प है और भू–गर्भिक जल को रिचार्ज करने में सहायक साबित होता है।

वर्षा जल संरक्षण क्यों जरूरी है? पहाड़ी क्षेत्रों में पीने योग्य पानी प्राप्त करने हेतु काफी पैदल दूरी तय करनी पड़ती है। बढ़ती जनसंख्या के उपभोग हेतु उद्योग–धंधों की जल मांग हेतु पहाड़ी क्षेत्रों में भू–गर्भिक जल का गहराई में होना पहाड़ी क्षेत्रों में वर्षा जल संरक्षण न होने की स्थिति में नालीए नौला या ग्धेरों में जल का बह जानाए जिस कारण निचले हिस्सों में बाढ़ जलस्तर का बढ़नाए फसल बर्बाद होना और भारी मात्र में मृदा अपरदन का संकट उत्पन्न होना।

वर्षा जल संरक्षण कैसे करें? वर्षा जल संरक्षण हेतु छत पर या पाइप द्वारा भूतल पर छोटे टैंक बनाकर आसानी से संरक्षण किया जा सकता है जिसे समयानुरूप उपयोग किया जा सके।

वर्षा जल संरक्षण के फायदेः

यह एक सस्ता एवं सुविधाजनक विकल्प है जिसमें जल संचयन हेतु न्यूनतम ऊर्जा की आवश्यकता होती है।

सरल निर्माण।

अच्छा रख–रखाव।

वर्षा जल का अन्य उपलब्ध या पारंपरिक स्त्रोतों की अपेक्षा बेहतर होना।

चूँकि यह अक्षय स्त्रोत है अतः यह पर्यावरण को नुकसान भी नहीं पहुँचाता।

वर्षा जल संरक्षण के नुकसानः

मुख्यतः यह सुनिश्चित नहीं किया जा सकता कि कितनी वर्षा होगी।

नियमित निरीक्षणए सफाई तथा मरम्मत की आवश्यकता।

उच्च निवेश लागत।

संचयित वर्षा जल की गुणवत्ता वायु प्रदूषण पशु तथा पक्षियों के मल–मूत्र, कीड़े गंदगी और कार्बनिक पदार्थों से प्रभावित हो सकती है।

लम्बे समय तक सूखे की स्थिति पानी की आपूर्ति को प्रभावित कर सकती है।

अन्ततः इस बात का ध्यान रखें–

"परम्परागत जल संरक्षण की तकनीक अपनाएं।

आने वाली पीढ़ी के लिए जल बचाएं।

-प्रस्तुतिः सिमरन अग्रवाल, बीबीए

कुपोषण के बढ़ते मामले भारत के लिए शर्मिंदगी का सबब

भारत में कुपोषण कहर बरपा रहा है और पूरी दुनिया में भारी शर्मिन्दगी की वजह बन रहा है। संयुक्त राष्ट्र के अनुसार भारत में कुपोषण के कारण 5 साल से कम उम्र के लगभग 10 लाख बच्चों की मौत हो जाती है। कुपोषण के मामले में दक्षिण एशिया में भारत की स्थिति अन्य सब देशों से बुरी है। संयुक्त राष्ट्र के आंकड़ों के अनुसार भारत में कुपोषण की स्थिति बेहद चिंताजनक है। स्थिति की गम्भीरता का सहज अनुमान इन तथ्यों से लगया जा सकता है कि कुपोषण के मामले में भारत ब्राजील से 27 फीसदी, चीन से 26 फीसदी और दक्षिण अफ्रीका से 21 फीसदी पीछे हैं। यहां तक की बांग्लादेश की स्थिति भी भारत से कहीं अधिक बेहतर है। संयुक्त राष्ट्र बालकोष (यूनीसेफ) द्वारा बच्चों के लिए कराए गए रैपिड सर्वे ऑफ चिल्ड्रेन 2013–14 के अनुसार भारत में 29–5 फीसदी बच्चे ऐसे हैं जिनकी उम्र 5 साल से कम है और जिनका वजन सामान्य से काफी कम है। विश्व स्वास्थ्य संगठन बच्चों के कुपोषण की स्थिति को तीन मुख्य मानकों पर आंकता है, जिसमें अविकसित, कमजोर या शक्तिहीन और सामान्य से कम वजन शामिल हैं।

नैशनल फैमिली हैल्थ सर्वे की तीसरी रिपोर्ट के अनुसार 40 प्रतिशत बच्चे ग्रोथ की समस्या के शिकार हैं और 60 प्रतिशत बच्चों का कम वजन है। 5 साल से कम आयु के लगभग 20 प्रतिशत बच्चों की मौत की मुख्य वजह कुपोषण है। देश की राजधानी दिल्ली के स्लम इलाकों में 36 प्रतिशत बच्चे कुपोषण से पीड़ित हैं। स्वास्थ्य मंत्रालय ने राष्ट्रीय स्वास्थ्य नीति 2015 के प्रस्तुत मसौदे में कुपोषण के कारण मृत्यु दर के असंतुलन पर पड़ने वाले प्रभाव के प्रति बेहद गहरी चिंता जताई गई है। आंकड़ों के अनुसार, वर्तमान में 1000 प्रसव के दौरान लगभग 60 नवजात शिशुओं की और 40 माताओं की मौत हो जाती है। बेहद विडम्बना का विषय है कि प्रतिवर्ष लगभग एक लाख महिलाएं एनीमिया की वजह से यानि खून की कमी से जीवन की जंग हार रही हैं और मौत के मुंह में समा रही हैं और 83 प्रतिशत महिलाएं खून की कमी से गम्भीर बीमारियों की शिकार हैं। इंटरनेशनल फूड पॉलिसी रिसर्च इंस्टीट्यूट द्वारा जारी ग्लोबल न्यूट्रिशन रिपोर्ट–2016 के अनुसार 48–1 फीसदी भारतीय महिलाएं एनीमिया यानी खून की कमी का शिकार हैं।

यदि खानपान और रहन–सहन के मामलों में सतर्कता से काम लिया जाए तो

कुपोषण पर काफी हद तक काबू पाया जा सकता है। गौर करने लायक बात यह है कि केवल पेट भरना ही पोषण नहीं है। हमारे भोजन में समुचित मात्रा में प्रोटीन, कार्बोहाईड्रेट्स, वसा, खनिज लवण, विटामिन व जल आदि शामिल होना बहुत जरूरी है। हमें कभी नहीं भूलना चाहिए कि प्रोटीन हमारे शरीर के लिए सबसे आवश्यक और महत्वपूर्ण तत्व है। प्रोटीन में मुख्यतः कार्बन, ऑक्सीजन, हाइड्रोजन तथा नाइट्रोजन के यौगिक होते हैं। इसमें लोहा, तांबा, फास्फोरस, मैगज़ीन व आयोडीन आदि सब प्रकार की मात्रा पाई जाती है। कार्बोहाइड्रेटस कार्बन, हाइड्रोजन तथा ऑक्सीजन से बनते हैं। यह चावल, आटा, आलू, साबूदाना, मैदा, अनाजों व दालों में और भिण्डी व अरबी आदि रेशेदार सब्जियों में भरपूर मात्रा में पाया जाता है। वसा का निर्माण कार्बन, हाइड्रोजन व ऑक्सीजन के मिलने पर होता है। हमें वसा दूध, मक्खन, पनीर, दही, अण्डे, चर्बी व मछली, सरसों, नारियल, मूंग्फली, सोयाबीन, सूरजमुखी, तिल आदि के तेल से प्राप्त होती है। खनिज लवण हमारे शरीर के लिए बहुत ही महत्वपूर्ण हैं। खनिज लवण शरीर में होने वाली रासायनिक क्रियाओं को चलाते हैं। विभिन्न रसों का निर्माण करते हैं, खून बनाते हैंए हड्डियों व दांतों को मजबूत करते हैं और हमें शक्तिशाली बनाते हैं।

खनिज लवण कई प्रकार के होते हैं। खनिज लवणों में लोहा, कैल्शियम, नमक, पोटेशियम, मैग्नीशियम, तांबा, ग्न्धक, आयोडीन और फास्फोरस आदि शामिल हैं। लोहे की कमी से शरीर में 'रक्तहीनता' का रोग हो जाता है। लोहे की कमी को पूरा करने के लिए हमें पालक, मेथी, सलाद, पोदीना, टमाटर, अंगूर, अंजीर, दाल, अण्डे की जर्दी आदि का प्रयोग करना चाहिए। कैल्शियम की कमी से बच्चों को 'रिकेटस' और महिलाओं को 'मृदुलास्थि' रोग हो जाता है। इससे बचने के लिए हमें दूध, अरहर की दालए मूँग की दाल, मठ्ठे आदि का प्रयोग करना चाहिए क्योंकि इनमें कैल्शियम भरपूर मात्रा में होता है। नमक हमारे शरीर के लिए बहुत जरूरी है। पालक, शलगमू, फूलगोभी आदि में नमक की उचित मात्रा पाई जाती है। पोटेशियम हृदय संबंधी रोगों को दूर करता है। इसलिए हमें खूब मात्रा में सब्जियों का प्रयोग करना चाहिए। लगभग सभी सब्जियों में पोटेशियम की मात्रा विद्यमान होती है। फास्फोरस शरीर की उचित वृद्धि करता है और हड्डियों व दांतों को मजबूत करता है। इसके लिए हमें दूध, दही, पनीर, सेब, बादाम, मेवा, पालक, आलू, गोभी, मूली, भुट्टा, अण्डा, मछली, माँस आदि का रूचिनुसार प्रयोग करना चाहिए।

हमारे शरीर को विटामिनों की भी बहुत जरूरत होती है, क्योंकि विटामिन हमारे शरीर का समुचित विकास करते हैं। विटामिन 'ए' गाजर, पालक, गोभी, लहसून, पपीता, आम, केला, सलाद, टमाटर, दूध, घी, मक्खन, माँस–मछली आदि में मिलता है। विटामिन 'बी' बारह प्रकार का होता है। यह सभी छिलके वाले अनाजों, दालों, सब्जियों, खमीर, दूध व दूध से बने पदार्थों, माँस–मछली व अण्डे की जर्दी आदि में होता है। विटामिन 'सी' सन्तरा, मौसमी, नारंगी, अन्नानास आदि सभी खट्टे फलों, इमली व प्याज आदि में भरपूर मात्रा में मौजूद होता है। विटामिन 'डी' दूध, मक्खन, मछली के तेल व अण्डे की जर्दी आदि में तो मिलता ही है, साथ ही यह सूर्य की किरणों में भी मौजूद होता है। विटामिन 'के' दूध, हरे पत्ते वाली सब्जियों, टमाटर, अण्डे की जर्दी, पनीर, कलेजी में पाया जाता है। इसकी कमी होने से शरीर से बहता हुआ खून नहीं रूकता है। जल हमारे शरीर के लिए अति आवश्यक है। हमारे शरीर में जल की मात्रा 70 प्रतिशत होती है। इसकी कमी होने से शरीर बेहद कमजोर हो जाता है और अनेक बीमारियाँ आने की संभावना बढ़ जाती है। इसलिए हमें बिल्कुल साफ पानी पीना चाहिए और हो सके तो पानी उबालकर ठण्डा करने के बाद प्रयोग करना चाहिए।

हमें यह भी कदापि नहीं भूलना चाहिए कि कुपोषण से मुक्ति पाने में स्वच्छता एवं जागरूकता बेहद अहम भूमिका निभाती है। इन दिनों देश भर में 'एक कदम स्वच्छता की ओर' नारे के साथ घर–घर में शौचालय निर्माण का अभियान जोर–शोर से चल रहा है। इसके लिए जन–जन की जागरूकता एवं सक्रिय भागीदारी बेहद आवश्यक है। सरकार की तरफ से बच्चों के विभिन्न बीमारियों से बचाव के लिए टीकाकरण और ग्र्भवती महिलाओं के लिए कई प्रकार की स्वास्थ्य योजनाएं क्रियान्वित की जा रही हैंए जिनका लाभ

उठाकर कुपोषण की संभावनाओं को समाप्त किया जा सकता है। नवजात शिशु को प्रथम छह माह तक केवल माँ का दूध दिया जाना चाहिए और छह माह के बाद बच्चे को पूरक पोषाहार देना शुरू करना चाहिए। बच्चे को दो वर्ष तक स्तनपान करवाना बहुत जरूरी है। कुपोषण के लक्षणों का ज्ञान होना अति अनिवार्य है। कुपोषण से बच्चे में थकान, रूखी त्वचा, रूखे बाल, मसूड़ों में सूजन, मसूड़ों से रक्तस्त्राव, दांतों में सड़न, कम वजन, कम बढ़ोत्तरी, विचलित मन, मांस–पेशियों में दर्द, पेट का फूलना, चिड़चिड़पन, सीखने में असमर्थ आदि सामान्य लक्षण देखने को मिलते हैं। अति कुपोषित बच्चे में जोड़ों में दर्द, कमजोर मांस पेशियां, नाखून टूटना, बाल झड़ना या रंग बदलना, भूख न लगना, दुबलापन, पतलापन आदि लक्षण देखने को मिलते हैं। कुपोषित बच्चे को अंधविश्वास में पड़कर झाड़–फूंक करने वाले बाबाओं के पास ले जाने के कारण निकट के अस्पताल में ले जाना चाहिए और पूरा इलाज करवाना चाहिए।

कहने की बात नहीं कि कुपोषण के मामलों में गरीबी, भूखमरी, अशिक्षा आदि अहम भूमिका निभाती है। गरीबी की मार के चलते बच्चों और माताओं को समुचित मात्रा में पौष्टिक भोजन नहीं मिल पाता, जिससे उनके शरीर में ऊर्जा, वसा, प्रोटिन, वसा, कार्बोहाईड्रेट्स जैसे आवश्यक तत्वों की भारी कमी हो जाती है। इसी वजह से देश की 75 प्रतिशत ग्रामीण महिलाएं एनीमिया रोग (खून की कमी) का शिकार हैं। संयुक्त राष्ट्र संघ की एक रिपोर्ट के मुताबिक भारत में 63 फीसदी बच्चों को भरपेट खाना नहीं मिल पाता है और कई बार उन्हें भूखे पेट ही सोना पड़ता है। इसका बच्चों पर भारी कुप्रभाव पड़ रहा है। इसलिए देश–प्रदेश की सरकारों द्वारा कुपोषण के खिलाफ कारगर कदम उठाने की सख्त आवश्यकता है। कुपोषण का कारण बनने वाली परिस्थितियों गरीबी, भूखमरी, स्वास्थ्य आदि हर स्तर पर व्यापक एवं ठोस नीतियां धरातल पर उतारना बेहद जरूरी है। इसके लिए ग्रीबों की पूरी गम्भीरता के साथ सुध लेनी होगी और ग्रीबी–उन्मूलन के लिए ईमानदार प्रयास करने होंगे।

कुल मिलाकर राष्ट्रीय व अंतर्राष्ट्रीय सर्वेक्षणों, अध्ययनों और शोध रिपोर्टों के सनसनीखेज आंकड़े स्वतंत्रता के सात दशक पूरे करने जा रहे रहे विश्व के सबसे बड़े लोकतांत्रिक देश भारत के लिए न केवल चिन्तनीय एवं चुनौतिपूर्ण हैं, बल्कि बेहद शर्मनाक भी हैं। देश से भूखमरी व कुपोषण को मिटाने के लिए अचूक कारगर योजनाओं के निर्माण एवं उन्हें ईमानदारी से क्रियान्वित करने सरकार की दृढ़ इच्छा शक्ति और स्वास्थ्य व शिक्षा के स्तर को सुधारना बेहद जरूरी है।

–बालकृष्ण मिश्र

शिक्षक ही समाज का शिल्पकार और मार्गदर्शक

शिक्षक का दर्जा समाज में हमेशा से ही पूजनीय रहा है। कोई उसे गुरु कहता है, कोई शिक्षक कहता है, कोई आचार्य कहता है, तो कोई अध्यापक या टीचर कहता है ये सभी शब्द एक ऐसे व्यक्ति को चित्रित करते हैं जो सभी को ज्ञान देता है, सिखाता है और जिसका योगदान किसी भी देश या राष्ट्र के भविष्य का निर्माण करना है। सही मायनो में कहा जाये तो एक शिक्षक ही अपने विद्यार्थी का जीवन गढ़ता है। शिक्षक ही समाज की आधारशिला है। एक शिक्षक अपने जीवन के अन्त तक मार्गदर्शक की भूमिका अदा करता है और समाज को राह दिखाता रहता है, तभी शिक्षक को समाज में उच्च दर्जा दिया जाता है।

माता–पिता बच्चे को जन्म देते हैं। उनका स्थान कोई नहीं ले सकता, उनका कर्ज हम किसी भी रूप में नहीं उतार सकते, लेकिन शिक्षक ही हैं जिन्हें हमारी भारतीय संस्कृति में माता–पिता के बराबर दर्जा दिया जाता है क्योंकि शिक्षक ही हमें समाज में रहने योग्य बनाता है। इसलिये ही शिक्षक को समाज का शिल्पकार कहा जाता है। गुरु या शिक्षक का संबंध केवल विद्यार्थी को शिक्षा देने से ही नहीं होता बल्कि वह अपने विद्यार्थी को हर मोड़ पर उसको राह दिखाता है और उसका हाथ थामने के लिए हमेशा तैयार रहता है। विद्यार्थी के मन में उमड़े हर सवाल का जवाब देता है और विद्यार्थी को सही सुझाव देता है और जीवन में आगे बढ़ने के लिए सदा प्रेरित करता है।

एक शिक्षक या गुरु द्वारा अपने विद्यार्थी को स्कूल में जो सिखाया जाता है या जैसा वो सीखता है वे वैसा ही व्यवहार करते हैं। उनकी मानसिकता भी कुछ वैसी ही बन जाती है जैसा वह अपने आसपास होता देखते हैं। इसलिए एक शिक्षक या गुरु ही अपने विद्यार्थी को आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करता है। सफल जीवन के लिए शिक्षा बहुत उपयोगी है जो हमें गुरु द्वारा प्रदान की जाती है। विश्व में केवल भारत ही ऐसा देश है जहाँ पर शिक्षक अपने शिक्षार्थी को ज्ञान देने के साथ–साथ गुणवत्तायुक्त शिक्षा भी देते हैं, जोकि एक विद्यार्थी में उच्च मूल्य स्थापित करने में बहुत उपयोगी है। जब अमेरिका जैसे शक्तिशाली देश का राष्ट्रपति आता है तो वह भी भारत की गुणवत्तायुक्त शिक्षा की तारीफ करता है।

किसी भी राष्ट्र का आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक विकास उस देश की शिक्षा पर निर्भर करता है। अगर राष्ट्र की शिक्षा नीति अच्छी है तो उस देश को आगे बढ़ने से कोई रोक नहीं सकता अगर राष्ट्र की शिक्षा नीति अच्छी नहीं होगी तो वहाँ की प्रतिभा दब कर रह जायेगी बेशक किसी भी राष्ट्र की शिक्षा नीति बेकार हो, लेकिन एक शिक्षक बेकार शिक्षा नीति को भी अच्छी शिक्षा नीति में तब्दील कर देता है। शिक्षा के अनेक आयाम हैं, जो किसी भी देश के विकास में शिक्षा के महत्व को अधोरेखांकित करते हैं।

एक शिक्षक द्वारा दी ग्यी शिक्षा ही शिक्षार्थी के सर्वांगीण विकास का मूल आधार है। शिक्षकों द्वारा प्रारंभ से ही पाठ्यक्रम के साथ ही साथ जीवन मूल्यों की शिक्षा भी दी जाती है। शिक्षा हमें ज्ञान, विनम्रता, व्यवहारकुशलता और योग्यता प्रदान करती है। शिक्षक को ईश्वर तुल्य माना जाता है। आज भी बहुत से शिक्षक शिक्षकीय आदर्शों पर चलकर एक आदर्श मानव समाज की स्थापना में अपनी महती भूमिका का निर्वहन कर रहे हैं। लेकिन इसके साथ–साथ ऐसे भी शिक्षक हैं जो शिक्षक और शिक्षा के नाम को कलंकित कर रहे हैं, ऐसे शिक्षकों ने शिक्षा को व्यवसाय बना दिया है, जिससे एक निर्धन शिक्षार्थी को शिक्षा से वंचित रहना पड़ता है और धन के अभाव से अपनी पढ़ाई छोड़नी पड़ती है। आधुनिक युग में शिखक की भूमिका अत्यन्त महत्वपूर्ण है। शिक्षक वह पथ प्रदर्शक होता है जो हमें किताबी ज्ञान ही नहीं बल्कि जीवन जीने की कला भी सिखाता है।

आज के समय में शिक्षा का व्यवसायीकरण और बाजारीकरण हो गया है। शिक्षा का व्यवसायीकरण और बाजारीकरण देश के समक्ष बड़ी चुनौती है। पुराने समय में भारत में शिक्षा कभी व्यवसाय या धंधा नहीं थी। गुरु एवं शिक्षक ही वो हैं जो एक शिक्षार्थी में उचित आदर्शों की स्थापना करते हैं और सही मार्ग दिखाते हैं। एक शिक्षार्थी को अपने शिक्षक या गुरु प्रति सदा आदर और कृतज्ञता का भाव रखना चाहिए। किसी भी राष्ट्र का भविष्य निर्माता कहे जाने वाले शिक्षक का महत्व यहीं समाप्त नहीं होता क्योंकि वह ना सिर्फ हमको सही आदर्श मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित करते हैं बल्कि प्रत्येक शिक्षार्थी के सफल जीवन की नींव भी उन्हीं के हाथों द्वारा रखी जाती है।

–प्रस्तुतिः सन्नी मुदगल, बीजेएमसी

YOUNG-INDIA: THE SIGN OF FUTURE

Prime Minister Narendra Modi reaching out to the youth of our nation, spoke suggestively of youth with dreams carrying stones in their hand instead. He captured in that sentence that the youth can easily turn a Prime Minister Narendra Modi reaching out to the youth of our nation, spoke suggestively of youth with dreams carrying stones in their hand instead. He captured in that sentence that the youth can easily turn a nation into a demographic nightmare –Indian history has witnessed many young people leading the country towards Independence; both Gandhi and Nehru become politically active at a young age.

If India can't empower its youth with adequate education, jobs, and, personal freedom then the nation change into duality or partiality. However, over the last few decades, our enthusiasm seems to have been muted, due to deep rooted corruptions and government insensitivity towards social issues.

Although it is true that the biggest success in our democracy is attributed to its representative character, the striking absence of youth in political arena has been largely over looked-- -a point reinforced by the fact that current Loksabha is oldest till date. Indian politics is ruled by old leader from beginning there is huge absence of young leader in our political system. But alongside the young descendent there were some young disrupters/disturber who has made their presence in last past few year. Some of them may inspire people to pickup stones or something worse than this. But they will be the sign of future. Considering Hardik Patel a young 23 year boy from Gujarat who mobilized about lakh of people for reservation. The Gujarat government has to imposed curfue against him and call for army to rescue. After that Hardik Patel was jailed and later expelled from Gujarat. One of the famous 2016, JNU president Kanhaiya kumar who shot to nation prominence, he was arrested and charged with sedition by Delhi police for raising Anti-India slogans in a student union. Apart from these disrupters there were numbers of young social activist in the list.

Luckily there are some positive stories as well. Youth have made their mark in the field of science technology, entrepreneurship and many other. If youth can make their mark in that field than why they got chance to express their views, ideas in politics. CEO of GOOGLE an Indian American business executive Sundar pichai. He joined GOOGLE in 2004, where he lead the product management and innovation efforts for a suit of GOOGLE's client software product including Google chrome, Google OS, and main important in making Google drive. There are some other person in the list are some young age entrepreneur like, OYO hotels rooms founder Ritesh Agrawal, Flipkart the first Indian online shopping market founded by the Bansal's brother Sachin and Binny Bansal to ZOMATO'S Deepinder Goyal, had made mark over last few year. There hard works helps in creating jobs to needy people. Perhaps they had created about 10 millions job per year that are needed every year because half of India's population under 25.

But after completing 7 decades o Independence we were lacking youth in politics. It can happen if our government and political leaders knock their mind too and made policies that fulfill the aspiration of youth in politics.

-Rahul Prakash, BJMC

THIS MONTH

September 7, 1822: Brazil declared its independence from Portugal after 322 years as a colony.

•••

September 22, 1828: Shaka, chief of the Zulus and founder of the Zulu empire, was killed by his two half-brothers.

•••

September 29, 1829: Britain's "bobbies" made their first public appearance. Greater London's Metropolitan Police force was established by an act of Parliament at the request of Home Secretary, Sir Robert Peel, after whom they were nicknamed. The force later became known as Scotland Yard, the site of their first headquarters.

•••

September 3, 1833: The New York Sun newspaper first appeared, marking the beginning of the 'penny press,' inexpensive newspapers sold on sidewalks by newspaper boys. The paper focused on human interest stories and sensationalism and by 1836 was the largest seller in America with a circulation of 30,000.

•••

September 3, 1838: Anti-slavery leader Frederick Douglass began his escape from slavery by boarding a train in Baltimore dressed as a sailor. He rode to Wilmington, Delaware, where he caught a steamboat to the free city of Philadelphia, then took a train to New York City where he came under the protection of the Underground Railway network.

•••

Compilation: Honey Shah

BASICS OF MEDIA

Edit Decision List (EDL): Consists of edit-in and edit-out points, expressed in time code numbers, and the nature of transitions between shots.

•••

Edit Master Tape: The videotape on which the selected portions of the source tapes are edited. Used with the record VTR.

•••

Insert Editing: Requires the prior laying of a control track on the edit master tape. The shots are edited in sequence or inserted into an already existing recording. Necessary mode for editing audio and video tracks separately.

•••

Linear Editing: Analog or digital editing that uses tape-based systems. Selection of shots is nonrandom.

•••

Nonlinear Editing (NLE): Allows instant random access to shots and sequences and easy rearrangement. The video and audio information is stored in digital form on computer hard disks or read/write optical discs. Uses disk-based computer systems.

•••

Source VTR: The videotape recorder that supplies the program segments to be assembled by the record VTR. Also called play VTR.

•••

Compilation: Rahul Mittal

वन संरक्षण आज की जरूरत

जैव विविधता तथा पर्यावरण को स्थिर बनाये रखने में वनों का बहुत अधिक योग्दान है लेकिन बढ़ती जनसंख्या के साथ वनों का क्षेत्रफल घटता जा रहा है, जिसके कारण वन संरक्षण एवं संवर्धन की आवश्यकता है। इसी संदर्भ में अरुणिमा पालीवाल से हुई चर्चा को यहाँ प्रश्न–उत्तर स्वरूप में प्रस्तुत किया गया है। अरुणिमा पालीवाल, गोविन्द बल्लभ पन्त कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, पन्तनगर, उत्तराखण्ड में शोधरत हैं।

प्रश्न– वर्तमान में उत्तराखण्ड के वनों की क्या स्थिति है?

उत्तर– उत्तराखण्ड वन सांख्यिकी, 2014–15 के अनुसार वन क्षेत्रफल 37, 999–60 वर्ग किलोमीटर है, जो राज्य के पूर्ण भू–भाग का 64–79% है। सन् 1998–99 में राज्य गठन से पूर्व अविभाजित उत्तर प्रदेश में वन क्षेत्रफल 51, 428 वर्ग किलोमीटर था, जो राज्य ग्ठन के बाद घटकर 16, 888 वर्ग किलोमीटर ही रह गया और नवनिर्मित राज्य–उत्तराखण्ड का सन् 1999 में वन क्षेत्रफल 34, 540 वर्ग किलोमीटर दर्ज किया गया। जिसमें सन् 2011 तक 111 वर्ग किलोमीटर की वृद्धि पायी गयी है।

प्रश्न– राज्य में कितने प्रकार के वन हैं?

उत्तर– भारतीय वन सर्वेक्षण के अनुसार राज्य में कुल 9 वन प्रकार के समूह हैं, जो कुछ इस प्रकार हैं– उष्ण कटिबंधीय नम पर्णपाती वन (18–71%), उष्ण कटिबंधीय शुष्क पर्णपाती वन (6–38%), उपोष्ण कटिबंधीय पाईन वन (28–72%), हिमालय नम शीतोष्ण (36–71%), हिमालय शुष्क शीतोष्ण (1–81%), सब अल्पाइन वन (4–19%), नम अल्पाइन स्क्रब (0–69%), शुष्क अल्पाइन स्क्रब (0–16:) और बागन (2–63%)। जिसमें हिमालय नम शीतोष्ण का अनुपात अन्य वनों की अपेक्षा अधिक है।

प्रश्न– वनों का क्या महत्व है?

उत्तर– अग्निपुराण में कहा ग्या है– 'दशपुत्रो समोद्रुमः' अर्थात् दस पुत्र एक वृक्ष के समान हैं। इसीलिए जितने अधिक वन होंगे, उतना अधिक पर्यावरण सुरक्षित रहेगा। वनों का महत्त्व इस प्रकार है– जलवायु नियंत्रण में सहायक, बाढ़ नियंत्रण, पशुओं के चारे का आधार, जड़ी–बूटियों का भण्डारण और वन्य प्राणियों का आश्रय स्थानए कृषि यंत्रों एवं औद्योगिक कच्चे माल का भण्डारण।

प्रश्न– वनों के कम होने के क्या दुष्परिणाम आपको नजर आते हैं?

उत्तर– पृथ्वी को यदि बचाना है, तो वन जमाना है।

मत लो तुम वृक्षों की जान, पृथ्वी बनेगी रेग्स्तिान।।

इस कथन को ध्यान में रखते हुए वनोन्मूलन के दुष्परिणामों को इस प्रकार देखा जा सकता है– जलवायु परिवर्तन, मृदा अपरदन के परिणामस्वरूप भूस्खलन का होना, जैव विविधता में गिरावट, जंगली पशुओं का आबादी में प्रवेश करना, प्राकृतिक पर्यटन में गिरावट, निचले क्षेत्रों में बाढ़ का आना और फसल बर्बाद होना। वन विभाग के अनुमानों के अनुसार उत्तराखण्ड में वर्ष 2016 में घटित अग्नि त्रासदी के कारण 3500 हेक्टेयर वन भूमि का नुकसान हो गया। अतः भविष्य में आने वाली इस चुनौती से निपटने के लिए वन संरक्षण एवं संवर्धन जरूरी है।

प्रश्न– वन संरक्षण एवं संवर्धन की क्यों आवश्यकता है?

उत्तर– पर्यावरण वैज्ञानिकों के अनुसार एक परिपक्व वन वातावरण को निम्न चीजें प्रदान करते हैं जैसे– ऑक्सीजन आपूर्ति, वायु प्रदूषण रोकने में सहायक, नमी नियंत्रण, जल प्रदूषण रोकने में मददगर, मृदा की उर्वरता बढ़ने के साथ अपरदन रोकना। अतः वनों का संरक्षण आवश्यक है।

प्रश्न– वन संरक्षण हेतु कौन–कौन से आवश्यक कदम उठाये जाने चाहिए?

उत्तर– वन संरक्षण हेतु प्रतिवर्ष उत्साह के साथ वन महोत्सव का आयोजनए वर्षा ऋतु में सामुदायिक वानिकी द्वारा नए छोटे पौधे रोपने, वनों को लगकर वन क्षेत्रफल में वृद्धि करना और लोगों को वनों के संरक्षण एवं संवर्धन हेतु व्यापक रूप से प्रचार–प्रसार कार्यक्रम व जागरूकता फैलाना ऐसे आवश्यक कदम उठाये जा सकते हैं।

अन्ततः यह पंक्तियाँ सार्थक हो सकती हैं–

"हरी भरी धरती की बस यही पुकार है,
आने वाले समय के लिए बस पेड़ों की दरकार है।"

-प्रस्तुतिः अदिती मित्तल, बीबीए

Vol. 12 **No.** 9
RNI No.: DEL/BIL/2004/14598
Publisher: Ram Kailsah Gupta on behalf of Tecnia Institute of Advanced Studies, 3 PSP, Madhuban Chowk, Rohini, Delhi-85; **Printer:** Ramesh Chander Dogra; **Printed at:** Dogra Printing Press, 17/69, Jhan Singh Nagar, Anand Parbat, New Delhi-5
Editor: Rahul Mittal, responsible for selection of News under PRB Act. All rights reserved.

IMPORTANT QUOTES

"Obstacles are those frightful things you see when you take your eyes off your goal."
Henry Ford

•••

"I'll sleep when I'm dead."
Warren Zevon

•••

"There are people in the world so hungry, that God cannot appear to them except in the form of bread."
Mahatma Gandhi

•••

"When you gaze long into the abyss, the abyss also gazes into you."
Friedrich Nietzsche

•••

"The instinct of nearly all societies is to lock up anybody who is truly free. First, society begins by trying to beat you up. If this fails, they try to poison you. If this fails too, they finish by loading honors on your head."
Jean Cocteau

•••

Compilation: Bhavna Madan Vij

WINNERS v/s LOOSERS Part-62

Winners dream in the day.; Losers dream in bed.

•••

Winners think about possibilities.; Losers focus on obstacles that will stop them from achieving.

•••

Winners are certain.;Losers doubt.

•••

Winners control their own destiny.; Losers leave everything to their fate.

•••

Winners give more than they take.; Losers take more than they give.

•••

Winners think whether the crowd is going in the right direction.; If not, he will walk the other direction. Losers follow the crowd.

•••

Winners think and lead.; Losers refuse to think so they follow.

•••

Winners listen. Losers fight for every chance to talk.

•••

To Be Continued In Next Issue-

Compilation: Rahul Mittal

All Students and Faculty are welcome to give any Article, Feature & Write-up along with their Views & Feedback at: **hodbjmc@tecnia.in**