Vol. 3 | Issue : 07
www.shooliniuniversity.com
शुक्रवार, 20 सितंबर 2024
फॉलॉ करें

मेरी हिमालय यात्रा : एक प्रेम कहानी से कम नहीं
पेज -03

शूलिनी यूनिवर्सिटी पत्रिका

लाइफ @ शूलिनी
पेज -04

स्कूल ऑफ जर्नलिज्म एंड न्यू मीडिया की प्रस्तुति

एडमिशन्स हेल्पलाइन

वर्षा चौहान 8352951037
कुलवंत कुमार 7807899750
रतिका कौंडल 7876905670

शिमला विनम्रे कौशल 6239614060

हमीरपुर मुकेश कौशल 8219898155

मंडी लीला धर 7018994792 | दुकान नंबर 3,आर-संस फर्नीचर के विपरीत, अस्पताल रोड

जम्मू विशाखा पंडिता 9906699495 | ऑफिस नं 77 पहली मंजिल एसपी स्मार्ट स्कूल के पास, जेके बैंक एटीएम के ऊपर, कच्ची छावनी

घुमारविन मुकेश कौशल 8219898155 | चौहान परिसर, अपॉजिट सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया, ओल्ड बस स्टैंड, घुमारविन

बिलासपुर काजल पठानिया 7807899731 | दुकान नंबर 16, द व्यास को.ओ सोसाइटी कॉप्लेक्स, अपॉजिट: बस स्टैंड

शूलिनी मैराथन में जोश से दौड़े 600 से अधिक प्रतिभागी, ड्रग-फ्री इंडिया का संदेश

आयोजन

कशिश कोटियन

ड्रग-फ्री इंडिया अभियान को समर्पित शूलिनी विश्वविद्यालय की 11वीं मैराथन में 600 से अधिक छात्रों और कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। सोलन के डिप्टी कमिश्नर मनमोहन शर्मा ने इस दौड़ को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। मैराथन को शुरुआत में शिक्षक दिवस पर आयोजित किया जाना था, लेकिन खराब मौसम के कारण इसे हिंदी दिवस के साथ जोड़ते हुए पुनर्निर्धारित किया गया, जिससे इस आयोजन को एक सांस्कृतिक रंग भी मिला।

10 किलोमीटर और पुरुषों के लिए 15 किलोमीटर की दौड़ आयोजित की गई

उद्घाटन समारोह में अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर अजय कुमार यादव, कुलपति प्रो. पी.के. खोसला, और शूलिनी इंस्टीट्यूट ऑफ लाइफ साइंसेज एंड बिजनेस मैनेजमेंट की अध्यक्ष सरोज खोसला ने हिस्सा लिया। मैराथन की शुरुआत सोलन के थोडो ग्राउंड से हुई, जिसमें महिलाओं के लिए 10 किलोमीटर और पुरुषों के लिए 15 किलोमीटर की दौड़ आयोजित की गई। महिलाओं की दौड़ जीरो पॉइंट पर खत्म हुई, जबकि पुरुषों की दौड़ मिल्खा सिंह स्टेडियम में समाप्त हुई। सुरक्षा के कड़े इंतजाम किए गए थे, जिनमें यातायात नियंत्रण, आपातकालीन एंबुलेंस, जल स्टेशनों और प्राथमिक चिकित्सा बिंदुओं की व्यवस्था शामिल थी।

मैराथन का समापन

मैराथन का समापन पुरस्कार वितरण समारोह के साथ हुआ, जिसमें प्रोफेसर खोसला ने विजेताओं को सम्मानित किया। महिला वर्ग में शालिजा (एमबीए) 42:43:46 मिनट के साथ शीर्ष पर रहीं, जबकि जेनिफर (बी.कॉम ऑनर्स) और अपूर्व (एमबीए) दूसरे और तीसरे स्थान पर रहीं। पुरुष वर्ग में लें आंड्रे (बीटेक बायोटेक) ने 51:25 मिनट के साथ पहला स्थान हासिल किया, डेविड (बीटेक बायोटेक) और अनाश (एमबीए) क्रमशः दूसरे और तीसरे स्थान पर रहे। इस सफल आयोजन के पीछे छात्र कल्याण के एसोसिएट डीन डॉ. नीरज गंडोत्रा, खेल विभाग के प्रमुख विक्रांत चौहान, और संचालन निदेशक ब्रिगेडियर सुनील मेहता और उनकी टीम का महत्वपूर्ण योगदान रहा।

हिमालय शिखर सम्मेलन का आगाज

नेतृत्व की दिशा में नया कदम

आदर्श घाज्टा

शूलिनी विश्वविद्यालय 20 और 21 सितंबर को हिमालय शिखर सम्मेलन की मेजबानी के लिए तैयार है, जो हिमालय की शांतिपूर्ण पृष्ठभूमि में आयोजित किया जाएगा। इस प्रतिष्ठित आयोजन में वैश्विक विचारकों, वरिष्ठ शिक्षाविदों और उद्योग के अग्रणी नेताओं का जमावड़ा होगा, जिसका उद्देश्य नेतृत्व की प्रथाओं में बदलाव लाना है। इस शिखर सम्मेलन का फोकस कॉर्पोरेट और शैक्षणिक क्षेत्रों में कोचिंग को एकीकृत करते हुए एक नई दिशा तय करना है।

कार्यक्रम में कोचिंग, शिक्षा और उद्योग से जुड़े 30 प्रभावशाली वक्ता भाग लेंगे, जिनमें 10 वैश्विक सी-सूट अधिकारी शामिल हैं, जिन्होंने विभिन्न क्षेत्रों में सफलता हासिल की है। प्रमुख वक्ताओं में भारतीय सेना के पूर्व प्रमुख जनरल वी.पी. मलिक, अंतर्राष्ट्रीय कोचिंग फेडरेशन की सीईओ मैग्डेलेना नोविक्का मूक, और एनएचआरडीएन के अध्यक्ष प्रेम सिंह शामिल हैं।

कार्यक्रम में कोचिंग, शिक्षा और उद्योग से जुड़े... 30

प्रभावशाली वक्ता भाग लेंगे, जिनमें 10 वैश्विक सी-सूट अधिकारी शामिल हैं, जिन्होंने विभिन्न क्षेत्रों में सफलता हासिल की है।

शूलिनी विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर अतुल खोसला ने कहा, 'नेतृत्व केवल अधिकार का प्रश्न नहीं है, बल्कि इसमें सहानुभूति, नवाचार और सतत विकास का भी महत्व है।' उन्होंने इस शिखर सम्मेलन को विश्वविद्यालय की उस प्रतिबद्धता का प्रमाण बताया, जो आधुनिक दुनिया की चुनौतियों से निपटने में सक्षम नेताओं के निर्माण पर आधारित है।

शिखर सम्मेलन का उद्देश्य प्रतिभागियों को ऐसे रणनीतिक सुझाव देना है

सेंटर फॉर लीडरशिप कोचिंग (CLC) लॉन्च कॉन्फ्रेंस के दौरान विभिन्न क्षेत्रों के विशेषज्ञों द्वारा गतिशील सत्र और इंटरैक्टिव कार्यशालाओं का आयोजन होगा, जिनमें रक्षा, स्वास्थ्य, कॉर्पोरेट नेतृत्व, मानव संसाधन, वित्तीय सेवाएं, परामर्श, मीडिया, शिक्षा, प्रौद्योगिकी और स्थिरता जैसे क्षेत्रों के प्रतिनिधि शामिल होंगे। शिखर सम्मेलन का उद्देश्य प्रतिभागियों को ऐसे रणनीतिक सुझाव देना है जो नवाचार को प्रोत्साहित करें, लचीलापन बढ़ाएं और विभिन्न उद्योगों में उत्कृष्टता को प्रेरित करें।

स्पिकमैके संस्थापक के प्रेरक सत्र में छात्रों और शिक्षकों को मिला प्राचीन ज्ञान का मंत्र

साहिल ठाकुर

शूलिनी विश्वविद्यालय में स्पिकमैके (सोसाइटी फॉर द प्रमोशन ऑफ इंडियन क्लासिकल म्यूजिक एंड कल्चर अमंग यूथ) के संस्थापक डॉ. किरण सेठ ने एक प्रेरणादायक सत्र में छात्रों, शिक्षकों, और विभिन्न शैक्षणिक संस्थानों के मेहमानों को संबोधित किया। गुरु सीरीज़ के इस सत्र में एमएमयू के कुलपति, सोलन गवर्नमेंट कॉलेज के संकाय, और बीएल सेंट्रल, पाइन ग्रोव, तथा चिन्मय स्कूलों के प्राचार्य व शिक्षक शामिल हुए। शूलिनी विश्वविद्यालय के कुलाधिपति पी.के. खोसला और अध्यक्ष आशीष खोसला ने भी इस सत्र में भाग लिया।

डॉ. सेठ ने अपने व्याख्यान में स्वतंत्रता और अनुशासन के महत्व को रेखांकित किया, जिसमें उन्होंने प्राचीन ज्ञान और आधुनिक शिक्षा के बीच संतुलन पर जोर दिया। उन्होंने कहा, ₹हमारे पूर्वज स्वतंत्रता का सही मायनों में आनंद लेते थे, क्योंकि उनके पास अनुशासन का एक मजबूत लंगर था, जो उन्हें भटकने से रोकता था।₹ उन्होंने अनुशासन और ध्यान को योग, ध्यान और शास्त्रीय संगीत के अभ्यास से जोड़कर इस विचार को स्पष्ट किया।

डॉ. सेठ ने संगीत और सांस्कृतिक आंदोलनों के अध्ययन को अमूल्य जीवन के सबक सिखाने का साधन बताया और जोर दिया कि 'हमें शिक्षा में समय-परीक्षित तकनीकों का उपयोग करना चाहिए, जिन्हें पहले की पीढ़ियों ने अपनाया है।' अपने व्याख्यान के अलावा, उन्होंने स्पिकमैके द्वारा किए गए कार्यों को प्रदर्शनों और वीडियो क्लिप के माध्यम से प्रस्तुत किया, जो भारतीय शास्त्रीय संगीत और संस्कृति को संरक्षित करने के संगठन के प्रयासों को दर्शाता है। इस अवसर पर शूलिनी विश्वविद्यालय की मुख्य शिक्षण अधिकारी डॉ. आशु खोसला ने घोषणा की कि स्पिकमैके का शूलिनी चैप्टर, शिमला चैप्टर के साथ मिलकर क्षेत्र में भारत की समृद्ध सांस्कृतिक विरासतों को बढ़ावा देने के लिए कार्य करेगा।

हमें शिक्षा में समय-परीक्षित तकनीकों का उपयोग करना चाहिए, जिन्हें पहले की पीढ़ियों ने अपनाया है।

मानसिक स्वास्थ्य पर जागरूकता बढ़ाने के लिए विशेष कार्यक्रमों का आयोजन

रिया ठाकुर

विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस के अवसर पर, शूलिनी विश्वविद्यालय के क्लब आर्केडिया ने मनोविज्ञान और व्यवहार विज्ञान केंद्र के साथ मिलकर कई जागरूकता कार्यक्रमों का आयोजन किया। इन कार्यक्रमों का उद्देश्य आत्महत्या की रोकथाम के बारे में जागरूकता फैलाना और मानसिक स्वास्थ्य पर खुली चर्चा को प्रोत्साहित करना था।

इस पहल के तहत पोस्टर मेकिंग, नारा लेखन और कविता प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं, जिनमें विभिन्न विभागों के छात्रों ने अपनी रचनात्मकता का प्रदर्शन किया। प्रतियोगिताओं का मुख्य फोकस मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता और आत्महत्या की रोकथाम पर था, जिसमें छात्रों ने अपनी कला के जरिए महत्वपूर्ण संदेश साझा किए। इन रचनात्मक प्रयासों ने मानसिक स्वास्थ्य जैसे गंभीर मुद्दों पर चर्चा की जरूरत को उजागर किया।

इस मौके पर आत्महत्या रोकथाम पर जागरूकता वार्ता भी आयोजित की गई, जिसमें चांसलर प्रो. पी. के. खोसला, डॉ. आशू खोसला और डॉ. सामदु छेत्री जैसे वक्ताओं ने शैक्षणिक संस्थानों में मानसिक स्वास्थ्य सहायता की आवश्यकता पर जोर दिया। उनके भाषणों में सहानुभूति और खुलेपन के माहौल को बढ़ावा देने की बात कही गई, जो आत्महत्या की रोकथाम के लिए जरूरी है।

कुलपति प्रो. खोसला ने इस कार्यक्रम के दौरान एक कला प्रदर्शनी का उद्घाटन किया, जिसमें छात्रों द्वारा बनाए गए पोस्टर, कविताएं और नारे प्रदर्शित किए गए। प्रदर्शनी का मुख्य संदेश था—'जीवन जीने के लिए है, समाप्त करने के लिए नहीं।'

प्रतियोगिताओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले छात्रों को सम्मानित भी किया गया। नारा लेखन प्रतियोगिता में मुस्कान गर्ग को पहला स्थान मिला, जबकि ऊर्जा और साक्षी डोगरा क्रमशः दूसरे और तीसरे स्थान पर रहीं। कविता प्रतियोगिता में अपूर्वा ने पहला, राफिया अमन ने दूसरा और पलक रघुवंशी ने तीसरा स्थान हासिल किया।

कला और शिल्प प्रतियोगिता में पालकी विजेता रहीं, जबकि ख़ुशी बमोथरा और ज़नम को क्रमशः दूसरा और तीसरा स्थान प्राप्त हुआ। समूह श्रेणी में वंश, दिव्यांशु और ऋषभ की टीम ने पहला स्थान हासिल किया, जबकि रिया, वेदिका और अनाया दूसरे और प्राची रे व समृद्धि खोली की टीम ने तीसरा स्थान प्राप्त किया।

अंदर पढ़ें...
'हम विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास को प्राथमिकता देते हैं' पेज 02
'जैविक विज्ञान के छात्रों के लिए उज्जवल भविष्य' पेज 03

डिवाइस रीयल-टाइम स्वास्थ्य निगरानी, वर्चुअल परामर्श और प्रिस्क्रिप्शन सेवाओं के साथ सक्रिय स्वास्थ्य प्रबंधन को बढ़ावा देती है

शूलिनी के शोधकर्ताओं ने विकसित की स्मार्ट टेलीमेडिसिन डिवाइस, स्वास्थ्य सेवा में क्रांति लाने को तैयार

शूलिनी से विचार

अहाना नाथ

ग्रामीण और दूरदराज के क्षेत्रों में बेहतर स्वास्थ्य सेवा तक पहुंच प्रदान करने के उद्देश्य से, शूलिनी विश्वविद्यालय के शोधकर्ताओं ने एक अत्याधुनिक टेलीमेडिसिन डिवाइस तैयार की है। यह पोर्टेबल डिवाइस मरीजों के स्वास्थ्य डेटा को रीयल-टाइम में ट्रैक करती है, वर्चुअल परामर्श की सुविधा देती है, और प्रिस्क्रिप्शन के साथ दवाओं की डिलीवरी भी सुनिश्चित करती है। इसके साथ ही, यह मरीजों को स्वस्थ आदतों के लिए पुरस्कारों से प्रेरित करती है।

हाल ही में पेटेंट की गई यह डिवाइस उन्नत सेंसर तकनीक का उपयोग करके मरीजों के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य, रक्तचाप, और शर्करा स्तर जैसे मेट्रिक्स पर नजर रखती है। स्मार्टफोन और स्मार्टवॉच से जुड़े इस डिवाइस का लक्ष्य डॉक्टर और मरीजों के बीच एक सहज लिंक बनाना है, जिससे स्वास्थ्य सेवाओं का अनुभव निर्बाध हो सके।

शोधकर्ता अनित्य कुमार गुप्ता और उनकी टीम ने एफपी ग्रोथ और एसोसिएशन नियमों पर आधारित एक अनुशंसा प्रणाली भी विकसित की है, जो मधुमेह जैसी बीमारियों के शुरुआती लक्षणों का पता लगाने में सक्षम है।

01 | स्मार्टफोन व वॉच से जुड़े इस डिवाइस का लक्ष्य डॉक्टर और मरीजों के बीच एक सहज लिंक बनाना है।

02 | डिवाइस की अनूठी विशेषता इसकी क्रिप्टोक्यूरेंसी पुरस्कार प्रणाली है।

डिवाइस की अनूठी विशेषता इसकी क्रिप्टोक्यूरेंसी पुरस्कार प्रणाली है, जो मरीजों को स्वस्थ रहने के लिए प्रोत्साहित करती है। मरीज डॉगकॉइन अर्जित कर सकते हैं, जिससे वे कदम चलने या हाइड्रेशन जैसे स्वास्थ्य लक्ष्य प्राप्त कर सकते हैं। इस परियोजना में अमेरिकी क्लेरमॉन्ट ग्रेजुएट यूनिवर्सिटी के साथ साझेदारी की गई है।

डिवाइस की अन्य विशेषताओं में मोबाइल ऐप्स के साथ सहज एकीकरण शामिल है, जो डॉक्टर के वर्चुअल अपॉइंटमेंट्स से लेकर प्रिस्क्रिप्शन पूर्ति तक को स्वचालित करता है। यह डिवाइस स्वास्थ्य प्रबंधन को नया आयाम दे रही है और चिकित्सा जगत में इसे एक गेम-चेंजर के रूप में देखा जा रहा है।

हम शिक्षकों को मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों की पहचान करने और उचित तरीके से जवाब देने के लिए भी प्रशिक्षित करते हैं

'हम विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास को प्राथमिकता देते हैं'

इंटरव्यू

नीरज शर्मा

श्री के.एस. गुलेरिया, एक प्रतिष्ठित शिक्षक और डी.ए.वी. सेंटेनरी पब्लिक स्कूल, जवाहर नगर, मंडी के प्रिंसिपल, ने अपना करियर युवा दिमागों के पोषण और समग्र विकास को बढ़ावा देने के लिए समर्पित किया है। श्री गुलेरिया क्षेत्र के शीर्ष विद्यालयों में से एक का नेतृत्व करते हैं और हिमाचल प्रदेश के जोन सी के सहायक क्षेत्रीय अधिकारी के रूप में कार्य करते हैं, जो लगभग 12 डी.ए.वी. विद्यालयों की देखरेख करते हैं। इस व्यावहारिक बातचीत में, श्री गुलेरिया अपनी यात्रा, शिक्षा की विकासशील प्रकृति और एक ऐसे वातावरण को बढ़ावा देने की अपनी प्रतिबद्धता को साझा करते हैं जहाँ छात्र शैक्षणिक और भावनात्मक रूप से आगे बढ़ सकें।

Q. कृपया हमें अपनी शैक्षणिक यात्रा और अपने विद्यालय के बारे में बताएँ?

खैर, मैं सैनिक स्कूल सुजानपुर टीहरा, जिला हमीरपुर का पूर्व छात्र हूं और मैंने 1991 में विज्ञान (गैर-चिकित्सा) में सरकारी डिग्री कॉलेज हमीरपुर से अपनी डिग्री पूरी की। उसके बाद, मैंने पंजाब विश्वविद्यालय चंडीगढ़ (1991-1993) से भौतिकी में पीजी और बाद में एचपी विश्वविद्यालय शिमला परिसर (1993-94) से बी.एड. किया। मैंने अपने छात्र जीवन के दौरान अखिल भारतीय विश्वविद्यालय खेलों में तीन बार क्रॉस कंट्री और एथलेटिक्स में एचपीयू का गर्व से प्रतिनिधित्व किया। 1994 में, मैंने सैनिक स्कूल सुजानपुर में एक पीजीटी भौतिकी शिक्षक के रूप में अपना करियर शुरू किया और 2007 तक सेवा की। फिर, मैं जून 2007 में डीएवी सेंटेनरी पब्लिक स्कूल मंडी में प्रिंसिपल के रूप में शामिल हुआ। मेरे विद्यालय में 2100 छात्र हैं और छात्रों को प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए तैयार करने और उनके जुनून को पूरा करने में मदद करने के लिए एक उत्कृष्ट प्रतिष्ठा अर्जित की है। मैं छात्रों को उनके IQ, EQ, SQ और खुशी के मौहाल को विकसित करने के लिए विभिन्न गतिविधियों और चुनौतियों से अवगत कराकर उनके समग्र व्यक्तित्व का पोषण करने में विश्वास करता हूँ।

Q. आपको लगता है कि शिक्षा और सीखने के मामले में आज की पीढ़ी कितनी विशेषाधिकार प्राप्त है?

आज की पीढ़ी, जिसे अक्सर जेन जेड के रूप में जाना जाता है, का शिक्षा के प्रति एक अनूठा दृष्टिकोण है। वे इंटरनेट और स्मार्टफोन के साथ बड़े हो रहे हैं, जिसने उनकी सीखने की शैली को आकार दिया है। यह पीढ़ी जटिल अवधारणाओं को समझने के लिए दृश्य मोड के माध्यम से स्व-निर्देशित सीखने को प्राथमिकता देती है। वे सहयोगी सीखने में विश्वास करते हैं और जो सीखते हैं उसके प्रासंगिकता और व्यावहारिक अनुप्रयोगों की तलाश करते हैं। उनकी रचनात्मक और अभिनव मानसिकता

01 | यह पीढ़ी जटिल अवधारणाओं को समझने के लिए दृश्य मोड के माध्यम से स्व-निर्देशित सीखने को प्राथमिकता देती है।

02 | वे सहयोगी सीखने में विश्वास करते हैं और जो सीखते हैं उसके प्रासंगिकता और व्यावहारिक अनुप्रयोगों की तलाश करते हैं।

प्रभावशाली है।

हम कह सकते हैं कि आज शिक्षा पहले से कहीं अधिक सुलभ है, आधुनिक उपकरणों ने इसे आसान बना दिया है। हालाँकि, यह अत्यधिक तकनीकी भी हो रही है, और पीढ़ी का अंतर अधिक स्पष्ट है। जबकि छात्रों को आसान और ज्ञान तक पहुँच के मामले में विशेषाधिकार प्राप्त हैं, वे अद्वितीय चुनौतियों का भी सामना करते हैं।

Q. आप अपने स्कूल में छात्रों की मानसिक भलाई कैसे सुनिश्चित करते हैं?

हमारे पास एक नामित समिति है, जिसका नेतृत्व एक स्कूल काउंसलर करता है और शिक्षकों द्वारा समर्थित है, जो छात्रों के व्यवहार और गतिविधियों की निगरानी करता है। प्रत्येक छात्र की प्रगति के बारे में समग्र समझ सुनिश्चित करने के लिए माता-पिता से भी प्रतिक्रिया एकत्र की जाती है। हम समावेशिता, सहानुभूति और सम्मान की संस्कृति को बढ़ावा देकर एक सुरक्षित और सहायक वातावरण बनाते हैं। खुले संचार को प्रोत्साहित किया जाता है, जिससे छात्र बिना किसी निर्णय के डर के अपनी चिंताओं को व्यक्त कर सकें। हम मानसिक स्वास्थ्य को पाठ्यक्रम में एकीकृत करते हैं और व्यक्तिगत परामर्श सेवाएँ प्रदान करते हैं। इसके अतिरिक्त, हम मंडी के आर्ट ऑफ़ लिविंग चैप्टर की मदद से योग और ध्यान सत्र आयोजित करते हैं, छात्रों, शिक्षकों और साथियों के बीच मजबूत संबंधों को बढ़ावा देते हैं और खेल और शौक में भागीदारी को बढ़ावा देते हैं। छात्रों को पौष्टिक आहार और अच्छी नींद के महत्व के बारे में शिक्षित करना भी हमारी प्राथमिकता है। हम शिक्षकों को मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों की पहचान करने और उचित तरीके से जवाब देने के लिए भी प्रशिक्षित करते हैं।

Q. आपको लगता है कि छात्र की शैक्षणिक यात्रा में खेल कितने महत्वपूर्ण हैं?

खेल छात्रों के जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं, न केवल शारीरिक विकास में योगदान देते हैं बल्कि उन्हें अत्यधिक स्क्रीन समय से दूर रहने में भी मदद करते हैं। खेल और शिक्षा एक दूसरे के पूरक हैं। जहाँ शिक्षा बौद्धिक विकास को बढ़ावा देती है, वहीं खेल शारीरिक स्वास्थ्य, अनुशासन और टीम वर्क को बढ़ावा देते हैं। खेल डिजिटल दुनिया से एक ताज़गी भरा ब्रेक भी देते हैं, जो आधुनिक समय में ज़रूरी है। डीएवी में, हम अच्छी तरह से विकसित व्यक्तियों को विकसित करने को प्राथमिकता देते हैं, और यह दृष्टिकोण विभिन्न प्रतिष्ठित खेल आयोजनों में हमारे छात्रों की उपलब्धियों में परिलक्षित होता है। डीएवी स्कूलों से कई ओलंपिक विजेता उभरे हैं, जो हमें गौरवान्वित करता है।

छात्रों और कर्मचारियों दोनों के लिए एक सहायक शिक्षण वातावरण सुनिश्चित करने के लिए आप किन रणनीतियों का उपयोग करते हैं? हमारा लक्ष्य एक सहायक शिक्षण वातावरण बनाना है जहाँ छात्र और कर्मचारी दोनों ही कामयाब हो सकें। हम खुले संचार, सहानुभूति और सहयोग को प्राथमिकता देते हैं। शिक्षकों के लिए, हम पेशेवर विकास के अवसर, प्रौद्योगिकी सहायता, प्रतिक्रिया, सहयोग, मान्यता और कार्य-जीवन संतुलन प्रदान करते हैं, यह सुनिश्चित करते हुए कि वे अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन कर सकें।

Q. आप वर्तमान शिक्षा प्रणाली से कितने संतुष्ट हैं?

हालाँकि सुधार की हमेशा गुंजाइश रहती है, लेकिन मेरा मानना है कि हम गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने में महत्वपूर्ण प्रगति कर रहे हैं। हम अपने छात्रों और समुदाय की उभरती ज़रूरतों के अनुकूल ढलने का निरंतर प्रयास करते हैं, यह सुनिश्चित करते हुए कि वे भविष्य की सफलता के लिए आवश्यक कौशल और ज्ञान से लैस हों। यह NEP 2020 द्वारा निर्धारित विज़न के अनुरूप है।

Q. अंत में, आप छात्रों को क्या संदेश देना चाहेंगे?

एक प्रिंसिपल के तौर पर, मैं छात्रों की शैक्षिक यात्रा का हिस्सा बनकर सम्मानित महसूस करता हूँ। याद रखें, स्कूल में बिताया गया आपका समय एक अनमोल उपहार है - इसका पूरा लाभ उठाएँ। चुनौतियों को स्वीकार करें, दृढ़ रहें और दूसरों के साथ दया, सहानुभूति और सम्मान से पेश आएँ। अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ख्याल रखें, अपने जुनून का पता लगाएँ, लक्ष्य निर्धारित करें और उन्हें हासिल करने के लिए कड़ी मेहनत करें।

हमारा स्कूल विविधता, रचनात्मकता और आलोचनात्मक सोच को महत्व देता है। खुद बनें, अपने विचार साझा करें और एक-दूसरे से सीखें। अगर आपको कभी मदद की ज़रूरत हो, तो अपने शिक्षकों, माता-पिता या दोस्तों से बात करने में संकोच न करें - हम हर कदम पर आपका साथ देने के लिए यहाँ हैं। जिज्ञासा और जुनून के साथ सीखने की यात्रा को अपनाएँ। आप महान चीजें हासिल करने में सक्षम हैं, इसलिए सवाल पूछने, जोखिम लेने और नए क्षितिज तलाशने से कभी न डरें।

राष्ट्रीय पोषण सप्ताह का आयोजन इंटरैक्टिव स्वास्थ्य कार्यक्रमों के साथ किया गया

अंशुल चौहान

शूलिनी विश्वविद्यालय के स्कूल ऑफ बायोइंजीनियरिंग एंड फूड टेक्नोलॉजी में पोषण और आहार विज्ञान विभाग ने ₹सभी के लिए पौष्टिक आहार₹ थीम के तहत राष्ट्रीय पोषण सप्ताह मनाया। संयुक्त राष्ट्र के सतत विकास लक्ष्यों के अनुरूप थीम ने सभी जीवन चरणों में पोषण के महत्व पर जोर दिया। सप्ताह भर चलने वाले समारोह में विश्वविद्यालय समुदाय के बीच पोषण जागरूकता और स्वस्थ खाने की आदतों को बढ़ावा देने के उद्देश्य से कई आकर्षक कार्यक्रम आयोजित किए गए।

पोषण सप्ताह का उद्घाटन शूलिनी विश्वविद्यालय के कुलाधिपति प्रो. पी.के. खोसला ने रजिस्ट्रार प्रो. सुनील पुरी, अनुसंधान और विकास के डीन प्रो. सौरभ कुलश्रेष्ठ और विभागाध्यक्ष प्रो. दिनेश कुमार के साथ किया।

इसके बाद, एमएससी और बीएससी पोषण के छात्रों द्वारा एक-एक पोषण परामर्श सत्र आयोजित किए गए। ये सत्र, जो सभी विश्वविद्यालय सदस्यों के लिए खुले थे, में 14 पोषण संबंधी मापदंडों का आकलन करने के लिए बॉडी कंपोजिशन एनालाइज़र (बीसीए) का उपयोग शामिल था और प्रतिभागियों की आहार संबंधी आदतों और स्वास्थ्य संबंधी चिंताओं के अनुरूप व्यक्तिगत पोषण सलाह प्रदान की गई। पोषण और आहार विज्ञान के छात्रों के एक समूह ने संकाय सदस्यों सुश्री सृष्टि माथुर और डॉ ममता के साथ सोलन में सैन्य परिसर का दौरा किया। डॉ ममता ने उचित पोषण के महत्व पर सैन्य परिवारों को संबोधित किया। इस यात्रा का समापन इंटरैक्टिव शारीरिक चुनौतियों, जैसे पुश-अप्स और लेमन स्पून रेस, के बाद एक प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता के साथ हुआ। विजेता टीम को उनके प्रयासों के लिए फलों की टोकरी और प्रमाण पत्र मिले। लेफ्टिनेंट कर्नल प्रिंस ने प्रतिभागियों को प्रशंसा के टोकन प्रदान करके सत्र का समापन किया। समारोह एक पाक कला प्रतियोगिता के साथ जारी रहा। स्पेस फूड क्लब के संस्थापक श्री जैद खान ने अंतरिक्ष यात्रियों की आहार संबंधी आवश्यकताओं, अंतरिक्ष में भोजन तैयार करने की जटिलताओं और अंतरिक्ष खाद्य प्रौद्योगिकी में हाल की प्रगति पर एक विचारोत्तेजक प्रस्तुति दी।

विशेष आयोजन के रूप में, विभाग ने 29 अगस्त को राष्ट्रीय खेल दिवस भी मनाया, जिसमें प्रसिद्ध खेल आहार विशेषज्ञ श्रीमती अनसा साजू द्वारा अतिथि व्याख्यान दिया गया, जिसने सप्ताह के विविध शिक्षण अनुभवों को और अधिक समृद्ध किया।

शोध निधि पर विशेषज्ञ वार्ता आयोजित की गई

संवाददाता : शूलिनी विश्वविद्यालय के स्कूल ऑफ बायोटेक्नोलॉजी ने ₹शोध निधि और प्रकाशनों पर इसके प्रभाव₹ पर 'एक दिवसीय' विशेषज्ञ वार्ता आयोजित की। सत्र का नेतृत्व इंस्टीट्यूट ऑफ एडवांस्ड स्टडी इन साइंस एंड टेक्नोलॉजी (IASST), गुवाहाटी के निदेशक प्रोफेसर आशीष के. मुखर्जी ने किया। सत्र की शुरुआत शूलिनी विश्वविद्यालय के चांसलर प्रोफेसर पी के खोसला द्वारा दिए गए भाषण से हुई। उन्होंने शिक्षा जगत में शोध के महत्व पर जोर दिया और बताया कि कैसे निधि प्राप्त करने से शोध प्रयासों का दायरा और प्रभाव काफी हद तक बढ़ सकता है। उन्होंने शोध उत्कृष्टता को बढ़ावा देने के लिए शूलिनी विश्वविद्यालय के समर्पण पर भी प्रकाश डाला और संकाय सदस्यों और छात्रों को अपने वैज्ञानिक प्रयासों का समर्थन करने के लिए सक्रिय रूप से निधि के अवसरों की तलाश करने के लिए प्रोत्साहित किया। प्रोफेसर आशीष के. मुखर्जी, एक अग्रणी विष जैव रसायन और जैव प्रौद्योगिकी शोधकर्ता ने भारत और विश्व स्तर पर शोध निधि परिदृश्य का विस्तृत अवलोकन प्रदान किया। उन्होंने वैज्ञानिक अनुसंधान की गुणवत्ता और दायरे को बढ़ाने में अनुसंधान अनुदान और निधि प्राप्त करने की महत्वपूर्ण भूमिका और इन प्रयासों से प्रभावशाली प्रकाशनों में कैसे बदलाव आते हैं, इसकी व्याख्या की। वार्ता के बाद एक जीवंत बातचीत सत्र आयोजित किया गया, जिसमें संकाय सदस्यों, स्नातकोत्तर छात्रों और शोध विद्वानों ने प्रोफेसर मुखर्जी के साथ शोध वित्तपोषण, प्रकाशन नैतिकता और प्रकाशन प्रभाव को बढ़ाने में अंतर्राष्ट्रीय सहयोग के महत्व के विभिन्न पहलुओं पर चर्चा की।

स्व-प्रबंधन: वैश्विक नागरिक बनने के लिए समय के प्रवाह को साथ लेकर चलें

गेस्ट कॉलम

सुरेश नानवानी*

प्रबंधन एक मन-भ्रमित करने वाली अवधारणा है, जो इस बात पर निर्भर करती है कि अकादमिक अनुशासन इसे कैसे देखते हैं। प्रबंधन को आम तौर पर एक संगठन के लक्ष्यों को कुशल और प्रभावी तरीके से प्राप्त करने के लिए हाथ में काम पूरा करने की प्रक्रिया के रूप में परिभाषित किया जाता है। प्रबंधन में समय प्रबंधन, व्यवसाय प्रबंधन, प्रबंधन लेखांकन से लेकर स्व-प्रबंधन तक के रंग शामिल हैं। मैं 'स्व-प्रबंधन' पर अपने विचार स्पष्ट करना चाहूँगा, क्योंकि यह सूची में सबसे कम स्पष्ट है।

पीटर ड्रकर, 'आधुनिक प्रबंधन के संस्थापक', को प्रबंधन की अवधारणा के आविष्कार का श्रेय दिया जाता है। 1971 में, उन्होंने क्लेयरमोंट ग्रेजुएट यूनिवर्सिटी, यूएसए (CGU) में कार्यरत पेशेवरों के लिए देश के पहले कार्यकारी एमबीए कार्यक्रमों में से एक विकसित किया। 'प्रवाह' के संस्थापक मिहाली सिक्सजेंटमिहाली ने 'प्रवाह' की मनोवैज्ञानिक अवधारणा पेश की, जो उत्पादकता के लिए अनुकूल एक अत्यधिक केंद्रित मानसिक स्थिति है। दोनों CGU में प्रबंधन के प्रख्यात प्रोफेसर थे। दोनों ही दिग्गज अपने-अपने अलग-अलग क्षेत्रों - प्रबंधन और प्रवाह में अग्रणी प्रकाश स्तंभ थे। फिर भी एक महत्वपूर्ण अंतर था। ड्रकर ने खुशी, रचनात्मकता और 'प्रवाह' पर सिक्सजेंटमिहाली के शोध प्रश्नों से खुद को अलग कर लिया। प्रबंधन (2008) पर अपने ग्रंथ में, ड्रकर ने अपनी स्थिति स्पष्ट की: भविष्य को साकार करने के लिए, किसी को रचनात्मक कल्पना की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि इसके लिए प्रतिभा के बजाय काम की आवश्यकता होती है। रचनात्मक कल्पना वाले व्यक्ति के पास विचार से अधिक कल्पना होगी, लेकिन कई बार सरल विचार सफल भी हुए हैं। रचनात्मकता के बारे में ड्रकर का दृष्टिकोण सिक्सजेंटमिहाली से अलग लेंस से देखा जाता है, क्योंकि वह रचनात्मकता या इसकी कमी को सख्ती से प्रबंधन के नजरिए से देखते हैं। वास्तव में, उन्होंने अपनी 526-पृष्ठ की पुस्तक में रचनात्मकता पर केवल दो पृष्ठ समर्पित किए हैं! सिक्सजेंटमिहाली ने स्वयं को प्रबंधित करने के संबंध में मौलिक कार्य प्रकाशित किए: प्रवाह (1990), विकसित स्व (1993), रचनात्मकता (1996) और अच्छी तरह से रहना (1997), जिसमें खुशी, प्रवाह और रचनात्मकता की अवधारणाएँ शामिल हैं। 'प्रवाह' तब होता है जब हम अपने कार्यों पर नियंत्रण रखते हैं, हम आनंद की गहरी भावना महसूस करते हैं। यह तब 'प्रवाह' बन जाता है - जीवन और हमारे जीवन का प्रबंधन कैसा होना चाहिए। रचनात्मक प्रक्रिया में पाँच चरण होते हैं: (1) उन मामलों पर तैयारी की अवधि जो हमारी जिज्ञासा को जगाती है; (2) ऊष्मायन अवधि जहाँ हम अपने विचारों पर मंथन करते हैं: (3) अंतर्दृष्टि (जिसे 'अहा क्षण' भी कहा जाता है जब हम बोध प्राप्त करते हैं); (4) मूल्यांकन जहाँ हमें यह सोचने की आवश्यकता होती है कि क्या विचार या कार्य आगे बढ़ाने योग्य है; और (5) हमारे विचारों और कार्यों का विस्तार। मैं दोनों प्रोफेसरों का उल्लेख करता हूँ, क्योंकि वे यूएसए के एक ही विश्वविद्यालय - सीजीयू - से प्रबंधन के लिए अलग-अलग दृष्टिकोण रखते हैं। ड्रकर के प्रबंधन के पाँच सिद्धांत - नियोजन, आयोजन, स्टाफिंग, नेतृत्व और नियंत्रण - सिक्सजेंटमिहाली के व्यक्ति के 'प्रवाह' के दृष्टिकोण के बिल्कुल विपरीत हैं, चाहे वह काम पर हो या अवकाश पर। प्रबंधन का 'नियंत्रण' तत्व फीका पड़ जाता है और प्रबंधन सिद्धांतों के औपचारिक (और कठोर) अनुप्रयोग के लिए एक बाधा है।

आज के संदर्भ में - तकनीकी विकास और महामारी के बाद के युग में - कंपनी या व्यक्तिगत प्रदर्शन के लिए परिणामों को मापने में रचनात्मकता का पहलू सबसे अधिक महत्वपूर्ण है। ड्रकर को प्रबंधन में अक्सर उद्धृत किया जाता है, लेकिन रचनात्मकता के प्रति उनका दृष्टिकोण सिक्सजेंटमिहाली के अभिनव कार्यों की तुलना में कमतर है। मेरे विचार में, दोहरा दृष्टिकोण - प्रबंधन के पाँच सिद्धांतों का कठोर अनुप्रयोग बनाम व्यक्ति का रचनात्मकता दृष्टिकोण - काम या व्यक्तिगत गतिविधियों को करने में व्यक्ति के रचनात्मक रस को उन्मुक्त करके अधिक उत्पादक बनाया जा सकता है। हमें अपने व्यक्तिगत कार्यों या कॉर्पोरेट आवश्यकताओं को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने से पहले खुद को प्रबंधित करने की आवश्यकता है ('स्व-प्रबंधन')। मैं अपनी पुस्तक में यह मानता हूँ कि व्यक्ति - काम पर या अवकाश पर - अच्छे स्वास्थ्य और कल्याण द्वारा शासित होने पर शक्ति की एक सहज शक्ति रखता है। (संगठन और शिक्षा विकासः आत्म-खोज यात्रा में चिंतन और परिवर्तन, रूटलेज, 2022)। यह हमें स्व-प्रबंधन की ओर ले जाता है, जहाँ हम अपनी गतिविधियों (व्यक्तिगत या कार्य) में अच्छा प्रदर्शन कर सकते हैं और जहाँ हमें अपने सर्वोत्तम गुणों को सामने लाने के लिए खुद को पुनर्जीवित करने की आवश्यकता होती है। यह वह जगह है जहाँ ऊपर वर्णित रचनात्मक प्रक्रिया के सिक्सजेंटमिहाली के पाँच चरणों को याद करने से हमें अपनी क्षमता का दोहन करने और अपनी क्षमता या खुद में सर्वश्रेष्ठ को उजागर करने में मदद मिल सकती है। मैं स्व-प्रबंधन के दो उदाहरण देता हूँ।

सबसे पहले, शूलिनी विश्वविद्यालय में हाल ही में गणेश चतुर्थी समारोह में, एक महिला छात्रा ने मिट्टी से हाथी-देवता को गढ़ा। मूर्ति को सजाने और शुभ कार्यक्रम के लिए मंदिर में स्थापित करने से पहले उसने साँचे पर काम करने और उसे सोने के रंग से रंगने में 48 घंटे का समय लिया। वह गतिविधि उसका "प्रवाह" थी और परिणाम बता रहे थे – अपनी ऊर्जा को बनाए रखते हुए काम में खुद को डुबोने की उसकी खुशी से उसका सबसे अच्छा आउटपुट डिलीवर करने योग्य था। दूसरा, शूलिनी विश्वविद्यालय में SPRINT (रैपिड इंटेंसिव एंड इनोवेटिव ट्रेनिंग के माध्यम से कौशल प्रगति) कार्यक्रम में छात्रों द्वारा एकल या समूह के रूप में प्रस्तुत किए जाने वाले नृत्य कार्यक्रमों में। यह कार्यक्रम विश्वविद्यालय के प्रबंधन विज्ञान संकाय के प्रतिभागियों के लिए आवश्यक कौशल प्राप्त करने के लिए महत्वपूर्ण है, ताकि वे अपनी पढ़ाई के दौरान और स्नातक होने पर जब वे प्रबंधन पदों पर हों, तो अपनी प्रतिभा को साकार कर सकें। इन दोनों आयोजनों की खासियत यह है कि स्व-प्रबंधन के माध्यम से, छात्र अपने व्यक्तिगत दृष्टिकोण से आगे बढ़कर दूसरों तक और बदले में समाज तक पहुँचे हैं, जहाँ वे बेहतर वैश्विक भविष्य के लिए मानव उत्कर्ष को बढ़ावा देने वाले वैश्विक नागरिक बन गए हैं।

***(लेखक डरहम विश्वविद्यालय, यूके में प्रैक्टिस में प्रोफेसर हैं और शूलिनी विश्वविद्यालय में प्रबंधन विज्ञान संकाय के साथ प्रैक्टिस के प्रोफेसर और विजिटिंग फैकल्टी हैं)**

'देवताओं के नृत्य' से लेकर 'ठोडो' तक छात्रों ने पर्दे पर बिखेरा जादू

वैशाली ठाकुर

जब रोशनी कम होती है और कैमरा चलता है, तो कल्पना की एक दुनिया जीवंत हो उठती है। प्रतिभाशाली शूलिनी छात्रों ने अपनी हालिया डॉक्यूमेंट्री के साथ ऐसी ही दुनिया रची है। 'डांस ऑफ गॉड्सः मंडी शिवरात्रि' और 'हिमाचल का पारंपरिक खेलः ठोडा' शीर्षक वाली ये फिल्में हिमाचल प्रदेश की संस्कृति और परंपराओं की एक झलक हैं।

शूलिनी फिल्म निर्माण क्लब, सिनेडिकेट द्वारा निर्मित 'डांस ऑफ गॉड्स' हिमाचल प्रदेश के मंडी में महा शिवरात्रि उत्सव की भव्यता को दिखाने के लिए दर्शकों के बीच हिट रही। शूलिनी विश्वविद्यालय के मुख्य शिक्षण अधिकारी डॉ. आशू खोसला द्वारा वित्त पोषित और संकल्पित यह डॉक्यूमेंट्री उत्सव के सांस्कृतिक और आध्यात्मिक सार की एक विस्तृत झलक प्रदान करती है।

फिल्म का निर्माण पिछले दिसंबर उन्हें दो प्रमुख हस्तियों का समर्थन प्राप्त थाः बीरबल शर्मा, एक पुरस्कार विजेता फोटोग्राफर जो क्षेत्र की सांस्कृतिक विरासत को कैद करने के लिए प्रसिद्ध हैं, और मान सिंह ठाकुर, मंडी किंग्स पैलेस (अब राज महल होटल) के केयरटेकर। ठाकुर की सहायता महत्वपूर्ण थी, जिससे टीम को उत्सव के दौरान प्रतिबंधित क्षेत्रों तक पहुँचने में मदद मिली। इससे न केवल उनके शोध को गहराई मिली बल्कि वे एक सम्मोहक वृत्तचित्र फिल्म बनाने में भी सक्षम हुए। कई चुनौतियों के बावजूद—विशेषकर उत्सव में शामिल होने वालों के प्रतिरोध के बावजूद, जो कैमरों से असहज थे—टीम आगे बढ़ती रही। पोस्ट-प्रोडक्शन प्रक्रिया

की अपनी बाधाएं थीं, क्योंकि उच्च गुणवत्ता वाली फुटेज बड़ी थी और संपादित करना जटिल था। महीनों की कड़ी मेहनत के बाद, 'डांस ऑफ द गॉड्स' आखिरकार पूरी हुई और 30 अगस्त को विश्वविद्यालय में इसका प्रीमियर हुआ। दर्शकों ने फिल्म की व्यापक रूप से प्रशंसा की यह फिल्म मंडी, इसकी समृद्ध परंपराओं और कालातीत शिवरात्रि उत्सव के प्रति मेरी श्रद्धांजलि है₹ छात्रों के प्रयासों की प्रशंसा करते हुए उन्होंने कहा, 'मैं वास्तव में उनके जुनून और कड़ी मेहनत से प्रभावित हूं।' इस बीच, शूलिनी विश्वविद्यालय के स्कूल ऑफ मीडिया एंड कम्युनिकेशंस के छात्रों ने हिमाचल प्रदेश के पारंपरिक खेल 'ठोडा' पर एक उल्लेखनीय वृत्तचित्र बनाया। रीति-रिवाजों और परंपराओं के प्रति अपने गहरे सम्मान के लिए जाना जाने वाला हिमाचल प्रदेश अपने ऐतिहासिक महत्व के लिए 'ठोडा' को संजोए हुए है। अपने शोध के दौरान छात्रों ने पाया कि कई स्थानीय लोग इस प्राचीन प्रथा से अनजान थे, जिससे यह फिल्म खेल को संरक्षित करने और बढ़ावा देने का एक महत्वपूर्ण प्रयास बन गई। टीम ने सांस्कृतिक संरक्षणवादी जियालाल ठाकुर के साथ सहयोग किया, जिनकी 'ठोडा' में विशेषज्ञता ने फिल्म में गहराई ला दी। वे सोलन के ओचघाट के पास बालघर में एक लाइव खेल देखने के लिए भाग्यशाली थे, जहाँ उन्होंने 'ठोडा' टीम के कप्तान यशवंत डैमसेट का साक्षात्कार लिया। उनकी अंतर्दृष्टि, गाँव के मेले के आयोजक दिनेश चंदेल के योगदान के साथ, फिल्म की कथा को आकार देने में मदद की। डॉक्यूमेंट्री बनाने में शामिल पत्रकारिता की छात्रा सलोनी वर्मा ने कहा, 'मुझे हिमाचल प्रदेश की सांस्कृतिक विरासत को जानना बहुत अच्छा लगा। इस खेल ने मुझे अनुशासन और विरोधियों के प्रति सम्मान का मूल्य सिखाया। सभी परिस्थितियों में सम्मान दिखाना महत्वपूर्ण है, चाहे आप किसी से भी निपट रहे हों। 'इन अवसरों ने छात्रों को व्यावहारिक अनुभव दिया, उनका आत्मविश्वास बढ़ाया और उन्हें अपनी सीमाओं से आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया। उनके द्वारा बनाई गई डॉक्यूमेंट्री उनकी कड़ी मेहनत, रचनात्मकता और सार्थक कहानियाँ कहने के जुनून को दर्शाती है।

हम छात्रों को ग्रीष्मकालीन इंटर्नशिप में भी मदद करते हैं, जिससे वे व्यावहारिक शोध में शामिल हो सकें

'जैविक विज्ञान के छात्रों के लिए उज्जवल भविष्य'

आमने सामने

साहिल ठाकुर

डॉ. रचना वर्मा के पास शिक्षण और शोध में 17 साल का अनुभव है। उन्होंने बॉटनी (वनस्पति विज्ञान) में पीएचडी की है और एनईटी और एसईटी योग्यता भी प्राप्त की है। वर्तमान में, वह शूलिनी विश्वविद्यालय के जैविक और पर्यावरण विज्ञान स्कूल की एसोसिएट प्रोफेसर और प्रमुख हैं। उनके नाम 65 शोध और समीक्षा पत्र हैं, जो प्रतिष्ठित राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय पत्रिकाओं में प्रकाशित हुए हैं, साथ ही उनके 15 पेटेंट हैं। उन्होंने 5 पीएचडी/एमफिल छात्रों का मार्गदर्शन भी किया है। उनसे साक्षात्कार के कुछ अंश :

Q. विभाग प्रमुख के रूप में आपकी मुख्य जिम्मेदारियाँ क्या हैं?

मेरी मुख्य ज़िम्मेदारियों में शैक्षणिक कार्यक्रमों का प्रबंधन, फैकल्टी का सहयोग, और नई रणनीतियों का विकास शामिल है। मैं फैकल्टी के साथ मिलकर पढ़ाई और शोध के स्तर को बेहतर बनाती हूँ और विभागों के बीच सहयोग को बढ़ावा देती हूँ। बजट का प्रबंधन, लैब सुविधाओं में सुधार, शोध को प्रोत्साहित करना और विश्वविद्यालय की नीतियों का पालन सुनिश्चित करना भी मेरी भूमिका का हिस्सा है। इसके साथ ही, छात्रों की जरूरतों को समझना और पाठ्यक्रम के विकास का मार्गदर्शन करना भी महत्वपूर्ण है।

Q. आप कैसे सुनिश्चित करती हैं कि आपका विभाग जैविक विज्ञान के नवीनतम विकासों के साथ अद्यतित रहे?

हम राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस, सेमिनार और सहयोगों में सक्रिय भागीदारी को प्रोत्साहित करते हैं। फैकल्टी और छात्रों को नियमित रूप से वर्कशॉप और क्लब गतिविधियों के माध्यम से नवीनतम शोधों से अवगत कराया जाता है। हमारा विभाग निरंतर सीखने की संस्कृति को बढ़ावा देता है, साथ ही इंफ्रास्ट्रक्चर और सुविधाओं को अपडेट रखने पर जोर देता है। हम फैकल्टी को शोध अनुदानों के लिए आवेदन करने और अंतरविभागीय शोध समूहों में शामिल होने के लिए प्रेरित करते हैं ताकि वे नवीनतम शोध के साथ जुड़े रहें।

01 | हम फैकल्टी को शोध अनुदानों के लिए आवेदन करने और अंतरविभागीय शोध समूहों में शामिल होने के लिए प्रेरित करते हैं ताकि वे नवीनतम शोध के साथ जुड़े रहें।

02 | हम फील्डवर्क, लैब के अनुभवों और उभरते मुद्दों को शामिल करके यह सुनिश्चित करते हैं कि हमारे छात्र क्षेत्र में योगदान करने के लिए पूरी तरह से तैयार हों।

Q. विभाग अंतरविभागीय शोध को कैसे प्रोत्साहित करता है?

हम अपने विभाग और अन्य विभागों जैसे फार्मास्युटिकल साइंसेज, बायोटेक्नोलॉजी, बायोइंजीनियरिंग और मैटेरियल साइंसेज के बीच सहयोग को बढ़ावा देते हैं। हम राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय विश्वविद्यालयों के साथ सक्रिय समझौतों (MOUs) के तहत सहयोग को भी प्रोत्साहित करते हैं। फैकल्टी सदस्य संयुक्त अनुदान आवेदनों में शामिल होते हैं और हम अंतरविभागीय सेमिनार आयोजित करते हैं। छात्रों को भी ऐसे प्रोजेक्ट करने के लिए प्रेरित किया जाता है जो कई क्षेत्रों को कवर करते हों, और हमारे पास विभिन्न पहलें हैं जो अंतरविभागीय नवाचार को बढ़ावा देती हैं।

Q. छात्रों के लिए शोध में शामिल होने के कौन-कौन से अवसर हैं?

हमारे विभाग में अंडरग्रेजुएट और ग्रेजुएट छात्रों के लिए कई शोध अवसर उपलब्ध हैं। अंडरग्रेजुएट छात्र फैकल्टी द्वारा संचालित शोध परियोजनाओं में भाग ले सकते हैं या फैकल्टी की देखरेख में स्वतंत्र अध्ययन कर सकते हैं। ग्रेजुएट छात्रों को थीसिस-आधारित पाठ्यक्रमों के माध्यम से व्यापक शोध अवसर दिए जाते हैं। हम छात्रों को ग्रीष्मकालीन इंटर्नशिप में भी मदद करते हैं, जिससे वे व्यावहारिक शोध में शामिल हो सकें।

Q. आप कैसे सुनिश्चित करती हैं कि पाठ्यक्रम एक बदलते हुए क्षेत्र में प्रासंगिक बना रहे?

हम लगातार अपने पाठ्यक्रम की समीक्षा और अपडेट करते हैं ताकि इसमें नवीनतम वैज्ञानिक प्रगति और समाज की आवश्यकताओं को शामिल किया जा सके। इसमें अत्याधुनिक शोध को शामिल करना, बाहरी विशेषज्ञों से परामर्श करना शामिल है। हम फील्डवर्क, लैब के अनुभवों और उभरते मुद्दों को शामिल करके यह सुनिश्चित करते हैं कि हमारे छात्र क्षेत्र में योगदान करने के लिए पूरी तरह से तैयार हों। हम वर्तमान वैज्ञानिक रुझानों को दर्शाने वाले अंतरविभागीय दृष्टिकोणों पर भी जोर देते हैं। छात्रों और फैकल्टी से प्रतिक्रिया लेना पाठ्यक्रम को बेहतर बनाने में अहम भूमिका निभाता है।

Q. आपके विभाग से छात्रों के लिए कौन-कौन से नौकरी के अवसर उपलब्ध हैं?

बॉटनी, जूलॉजी और पर्यावरण विज्ञान के छात्रों के लिए इन क्षेत्रों के बहुआयामी स्वभाव के कारण कई क्षेत्रों में नौकरी के अवसर हैं। जीवविज्ञान, जूलॉजी, पारिस्थितिकी और पर्यावरण में अपने कौशल और ज्ञान का उपयोग करके, छात्र सार्वजनिक और निजी क्षेत्रों के साथ-साथ शैक्षणिक संस्थानों और एनजीओ में भी करियर बना सकते हैं। छात्र विश्वविद्यालय या कॉलेज के प्रोफेसर, शोधकर्ता, वैज्ञानिक, टैक्सोनॉमिस्ट, मरीन बायोलॉजिस्ट, पर्यावरणविद्, कीट विज्ञानी, हर्बेरियम क्यूरेटर, आनुवंशिकीविद्, वन्यजीव विशेषज्ञ, वैज्ञानिक संपादक, मत्स्य पालन अधिकारी आदि बन सकते हैं। वे आयुर्वेदिक और हर्बल उद्योग के शोध और विकास (R&D) क्षेत्र में भी जा सकते हैं।

Q. विभाग के लिए आपके दीर्घकालिक लक्ष्य क्या हैं?

हमारा दीर्घकालिक लक्ष्य जैविक शोध और शिक्षा का एक प्रमुख केंद्र बनना है। हम अपनी अंतरराष्ट्रीय साझेदारी बढ़ाना, शोध के लिए और अधिक फंडिंग प्राप्त करना और स्वास्थ्य, स्थिरता और जैव विविधता जैसी वैश्विक चुनौतियों के समाधान में योगदान करना चाहते हैं। हम अपनी इन्फ्रास्ट्रक्चर सुविधाओं को और बेहतर बनाने और अत्याधुनिक शैक्षिक कार्यक्रम विकसित करने की योजना बना रहे हैं। उत्कृष्टता, समावेशिता और सहयोग के माहौल को बढ़ावा देकर, हम जैविक विज्ञान के अगले पीढ़ी के नेताओं को तैयार करना चाहते हैं।

शूलिनी में शांति की तलाश

फर्स्ट पर्सन

सैयद एएल हसन द्वारा

भारत की विविध संस्कृति, खाना, खूबसूरती और लोग हमेशा से मुझे आकर्षित करते थे जब मैं बांग्लादेश में बड़ा हो रहा था। मुझे भारत आने का मौका मिलने का बहुत इंतजार था और मेरी यह इच्छा पिछले अक्टूबर में पूरी हुई।

मैंने कोलकाता के कुछ प्रसिद्ध स्थानों का दौरा किया, और एक छात्र के रूप में मैंने कोलकाता विश्वविद्यालय और प्रेसिडेंसी विश्वविद्यालय जैसे प्रतिष्ठित परिसरों का दौरा करना तय किया। इस यात्रा के दौरान, भारत की शिक्षा प्रणाली ने मुझ पर गहरी छाप छोड़ी और यहीं से मैंने भारत में पढ़ाई करने का निर्णय लिया।

एक विदेशी छात्र के रूप में, सबसे अच्छे विश्वविद्यालय खोजने का एकमात्र तरीका ऑनलाइन था। मैंने दर्जनों विश्वविद्यालयों की खोज की और हर विश्वविद्यालय की अपनी अलग पहचान और विशेषताएँ थीं, लेकिन शूलिनी विश्वविद्यालय में मुझे कई ऐसी बातें मिलीं जो मुझे अन्य विश्वविद्यालयों में नहीं मिलीं। एक और खास बात जिसने मुझे आकर्षित किया, वह थी विश्वविद्यालय का प्राकृतिक वातावरण।

मैं एक ऐसे क्षेत्र में पैदा हुआ और पला-बढ़ा जहां प्रदूषण और भीड़-भाड़ हमारे जीवन का हिस्सा थे। मेरे लिए यह एक सपना था कि मैं पहाड़ियों में रहूं और प्राकृतिक वातावरण का

आनंद लूं।

शूलिनी विश्वविद्यालय में दाखिला लेने का फैसला करने के बाद, मैंने समय बर्बाद नहीं किया और ऑनलाइन परीक्षा और इंटरव्यू दिया। जब मुझे यह बताया गया कि मैंने इस विश्वविद्यालय में दाखिला पा लिया है, तो मैं बहुत खुश था। मेरे लिए यह उस समय की सबसे बड़ी खुशखबरी थी। लंबा इंतजार, ऑफर लेटर और एडमिशन लेटर पाने के बाद अंत में मुझे वीजा मिल गया, और मैंने शूलिनी परिसर की यात्रा की तैयारी शुरू कर दी।

इसी समय, मेरे देश में कुछ समस्याएं उत्पन्न हो गईं, जिससे मैं चिंतित हो गया। मुझे डर था कि ये परिस्थितियां मुझे शूलिनी में पढ़ाई करने के अपने सपने को पूरा करने से रोक सकती हैं। लेकिन मैंने हिम्मत नहीं हारी और आखिरकार उन चुनौतियों को पार कर अपने सपनों के विश्वविद्यालय तक पहुंच गया। अब मैं अपने सपनों की जगह में रह रहा हूँ। सच कहूं तो जब मैं पहली बार कैंपस में आया, तो यह मेरी कल्पना से भी बेहतर था। पूरा कैंपस हरियाली से ढका हुआ है और सबसे बढ़िया बात यह है कि यह एक बेहद साफ-सुथरा परिसर है। यह बहुत अच्छा लगता था जब आप पूरी शांति के साथ सो सकते हैं और सुबह पक्षियों की चहचहाहट के साथ जागते हैं।

अगली ही सुबह मेरी मुलाकात विभाग प्रमुख प्रोफेसर विपिन पब्बी और एक अन्य वरिष्ठ प्रोफेसर सीजे सिंह सर से हुई। यह मुलाकात बहुत ही सौहार्दपूर्ण थी और उन्होंने मुझे घर जैसा महसूस कराया। अब मुझे यकीन हो गया था कि मैंने सही चुनाव किया है।

इसके बाद मैंने अन्य फैकल्टी सदस्यों से भी मुलाकात की और वे सभी बहुत ही मित्रवत और सहायक थे। विशेष रूप से मेरे अकादमिक मेंटर मिस्टर पार्थ शर्मा ने न केवल शैक्षणिक सलाह दी, बल्कि व्यक्तिगत जीवन में भी मेरा मार्गदर्शन किया। यह मेरे नए अकादमिक जीवन के सफर के लिए बहुत सहायक था। मुझे लगा कि इन शिक्षकों की उपस्थिति में मुझे बेहतरीन सीखने का अनुभव मिलेगा।

फिर धीरे-धीरे मेरे सहपाठी भी कैंपस में आने लगे और मैंने कशिश, वंशिका और सुजल जैसे कुछ अच्छे दोस्त बनाए। मैंने अन्य अंतरराष्ट्रीय छात्रों से भी मुलाकात की और उनसे भी दोस्ती हो गई। मुझे लाइब्रेरी जाना और वहां की शांतिपूर्ण माहौल में पढ़ना बहुत पसंद है।

हर दिन जब मैं पहाड़ों और प्रकृति का दृश्य देखकर जागता हूँ, तो मुझे लगता है कि मैं कितना भाग्यशाली हूँ कि यहाँ हूँ। अब यह मेरे लिए केवल एक विश्वविद्यालय नहीं है, बल्कि यह वह जगह है जहाँ मैं शैक्षणिक और व्यक्तिगत रूप से दोनों रूपों में विकसित हो रहा हूँ।

शूलिनी के बारे में मेरी अंतिम राय यह है: 'मुझे यहाँ शांति मिल गई है।'

दमिश्क से शूलिनी तक का सफ़र

सीमा पार सीरिया

साक्षी कुमारी

महमूद ईडियम, जो सीरिया के दमिश्क से हैं, हमेशा से आईटी प्रोफेशनल बनने का सपना देखते थे। जब उन्होंने 12वीं कक्षा में 84 प्रतिशत अंक हासिल कर प्रतिष्ठित SII (स्टडी इन इंडिया) छात्रवृत्ति प्राप्त की, तो वह अपने इस सपने के एक कदम और करीब आ गए। इस छात्रवृत्ति ने उन्हें शूलिनी विश्वविद्यालय में पढ़ने का मौका दिया।

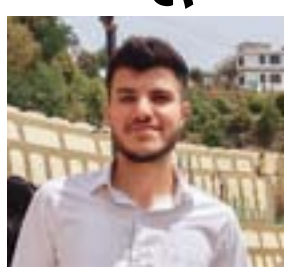
वर्तमान में महमूद शूलिनी विश्वविद्यालय में बी.टेक आईटी इंजीनियरिंग की पढ़ाई कर रहे हैं, जिससे उनका परिवार उन पर गर्व कर रहा है।

वह भविष्य में आईटी में मास्टर डिग्री हासिल करने का सपना भी देख रहे हैं। उनके पिता, जो एक डेंटिस्ट हैं, उनकी माँ, जो एक समर्पित पत्रकार हैं, और उनके छोटे भाई ने हमेशा उन्हें प्रेरित किया है।

शूलिनी विश्वविद्यालय का शैक्षिक माहौल उनके देश की मौजूदा कठिन परिस्थितियों की तुलना में काफी अलग है। उन्नत शिक्षण विधियाँ, अद्यतन सामग्री, और विशेषज्ञ शिक्षक उन्हें उत्कृष्टता हासिल करने के लिए आवश्यक उपकरण प्रदान कर रहे हैं। इंटर्नशिप और व्यावहारिक अनुभवों ने उनके शैक्षणिक सफर को और समृद्ध किया है, जिससे वह आईटी जगत में एक सफल करियर के लिए खुद को तैयार कर रहे हैं।

अकादमिक चुनौतियों के बीच, महमूद को अपने परिवार के साथ उत्सव के दौरान होने वाले गर्मजोशी

भरे मेल-जोल, अपनी माँ के पारंपरिक व्यंजनों का स्वाद, और अपने दोस्तों की बहुत याद आती है। फिर भी, विश्वविद्यालय में जीवन ने उन्हें एक नया समुदाय बनाने में मदद की है। उनका परिवार अब भी उनके सबसे बड़े समर्थक हैं।



विदेश में, खासकर भारत में, पढ़ाई करने की इच्छा रखने वालों के लिए महमूद की सलाह है कि हर मौके को पकड़ें, अपने कम्फर्ट जोन से बाहर निकलें, और ऐसे माहौल में खुद को ढालें जो चुनौतीपूर्ण और प्रेरणादायक हो। वह उम्मीद करते हैं कि वह विश्वविद्यालय के इस जीवंत कैंपस में अपने समय का पूरा आनंद लेंगे और यादगार लम्हें बनाएंगे।

अपने शैक्षणिक सफर के अलावा, महमूद को टेक्नोलॉजी से जुड़ी खबरों और कंपनियों में गहरी दिलचस्पी है। उन्हें जैज़ संगीत सुनना भी पसंद है, खासतौर पर ₹जॉन कोल्ट्रेन₹ के गाने। खाली समय में वह जिम में समय बिताते हैं, तैराकी करते हैं, और खाना बनाना भी पसंद करते हैं। उन्होंने कई तरह के व्यंजन बनाना सीखा है, जो उन्हें बेहद आनंदित करता है।

शूलिनी विश्वविद्यालय की सबसे खास बात जो महमूद को पसंद है, वह है वहाँ आयोजित होने वाले विभिन्न कार्यक्रम, जिसने उन्हें ऐसे लोगों से दोस्ती करने और जुड़ने का मौका दिया है जो उनकी तरह की रुचियों को साझा करते हैं। वह विश्वविद्यालय के उस अनुकूल माहौल की सराहना करते हैं, जो सभी का स्वागत करता है और सभी को शामिल होने का एहसास दिलाता है।

महमूद का लक्ष्य है कि वह अपनी बैचलर डिग्री पूरी करें और फिर आईटी में मास्टर की डिग्री हासिल करें। इस बीच, वह समान सोच वाले लोगों से नेटवर्किंग करके अपना खुद का ऑनलाइन व्यवसाय स्थापित करने की योजना बना रहे हैं, ताकि वह एक ऐसी ज़िंदगी की तैयारी कर सकें जिसका वह अपने परिवार के साथ पूरी तरह से आनंद ले सकें।

शूलिनी में आत्म-खोज की यात्रा

लघु भारत गाजियाबाद

अनमोल ठाकुर

अभिनव सिंह शूलिनी विश्वविद्यालय में बैचलर ऑफ बिजनेस एडमिनिस्ट्रेशन (BBA) के छात्र हैं, जिनका सपना कॉमन डिफेंस सर्विसेज़ (CDS) परीक्षा पास करके सेना में शामिल होना है।

गाज़ियाबाद में पले-बढ़े अभिनव ने जामिया से सिविल इंजीनियरिंग में डिप्लोमा किया और फिर आगे की पढ़ाई के लिए शूलिनी का रुख किया।

हिमाचल प्रदेश की वादियों ने अभिनव को शूलिनी विश्वविद्यालय की ओर आकर्षित किया। शांत और सुरम्य वातावरण ने उनके अध्ययन और व्यक्तिगत विकास के लिए एक आदर्श पृष्ठभूमि प्रदान की। कैंपस की पहली छाप ने उन्हें विस्मय और उत्साह से भर दिया। खूबसूरत वातावरण, विविध पृष्ठभूमि के छात्र, और आधुनिक ढांचे ने उन्हें इस नए अध्याय की शुरुआत के लिए उत्सुक बना दिया।

घर से दूर रहना अभिनव के लिए एक बड़ा बदलाव था, क्योंकि उन्हें अपने परिवार और गाज़ियाबाद के स्वादिष्ट खाने की याद सताती थी। लेकिन जल्द ही उन्होंने विश्वविद्यालय में अपने साथियों के बीच एक दूसरा परिवार पा लिया। उन्होंने कहा, "इन दोस्तियों ने मुझे सहयोग, हंसी और यादगार अनुभव

दिए, जिससे मुझे विश्वविद्यालय जीवन में ढलने में मदद मिली।" अभिनव को बैडमिंटन का बहुत शौक है। उन्होंने राज्य स्तर पर खेला है और विश्वविद्यालय की प्रतियोगिताओं में भी भाग लेते रहते हैं। इससे उन्हें शारीरिक रूप से सक्रिय रहने के साथ-साथ टीमवर्क और अनुशासन के महत्वपूर्ण सबक भी मिलते हैं।

शूलिनी विश्वविद्यालय के शिक्षक अभिनव के लिए सिर्फ शिक्षक नहीं रहे। "वे मेरे मार्गदर्शक रहे हैं, जिन्होंने मुझे शैक्षणिक चुनौतियों और व्यक्तिगत विकास में मदद की। उनका सहयोग मेरे लिए न केवल पाठ्यक्रम को समझने में बल्कि जीवन के महत्वपूर्ण कौशल विकसित करने में भी महत्वपूर्ण रहा है," उन्होंने कहा।

शूलिनी विश्वविद्यालय में पाठ्येतर गतिविधियों और नैतिक मूल्यों पर दिया जाने वाला जोर भी अभिनव के विकास में महत्वपूर्ण रहा। इन अनुभवों ने उन्हें एक समग्र व्यक्तित्व के रूप में तैयार करने में मदद की है, जो उन्हें भविष्य की चुनौतियों का सामना करने के लिए तैयार कर रहा है।

अभिनव की शूलिनी विश्वविद्यालय की यात्रा व्यक्तिगत विकास और आत्म-खोज की एक यात्रा रही है। खूबसूरत वातावरण, सहायक समुदाय और समृद्ध अनुभवों ने उन्हें एक आत्मविश्वासी और दृढ़ निश्चयी व्यक्ति में बदल दिया है। अब जब वे अपनी यात्रा को देखते हैं, तो उन्हें यकीन है कि शूलिनी में सीखे गए सबक और बनाई गई दोस्तियां उनके भविष्य के रास्ते को हमेशा के लिए मार्गदर्शित करेंगी।

मेरी हिमालय यात्रा: एक प्रेम कहानी से कम नहीं

विजया चरुमति

जब लोग मेरे अचानक लिए गए फैसलों पर सवाल उठाते हैं, तो मैं अक्सर उन्हें कहती हूँ, ₹इस लड़की ने MBA छोड़कर पत्रकारिता की पढ़ाई इसलिए चुनी, क्योंकि उसे दुनिया देखनी थी, सूरज को उगते और डूबते देखना था, और उसके पास खुद को अभिव्यक्त करने या राजनीति, कला और पहाड़ों के बारे में बात करने के लिए कोई मंच नहीं था।₹

मैं हमेशा खुद को व्यक्त करने के अलग-अलग तरीकों की तलाश में रही हूँ। हिमाचल प्रदेश ने मुझे वह स्थान दिया जहाँ मैं खुद को खोज सकूँ, और इस यात्रा में मैंने पत्रकारिता को चुना ताकि मैं दुनिया को एक अलग नजरिए से देख सकूँ।

आज मैं उस स्थान पर हूँ जहाँ मेरा 10 साल का खुद का संस्करण मुझ पर गर्व करेगा। मैं तमिलनाडु सरकार के पर्यावरण और जलवायु परिवर्तन विभाग में शोध क्षेत्र में काम कर रही हूँ। यह कुछ ऐसा नहीं था जिसकी मैंने कभी कल्पना की थी, और यह हमेशा आसान नहीं होता कि आप वही करें जो आप प्यार करते हैं। लेकिन अब, मुझे ऐसा लगता है कि मैं उन चीज़ों के लिए काम कर रही हूँ जो मेरे लिए मायने रखती हैं—चाहे वह पहाड़, जंगल या समुद्र हो। मैं हमेशा शूलिनी और अपने प्रोफेसरों की आभारी रहूँगी जिन्होंने मुझे आज इस काबिल बनाया कि मैं इस योग्य हूँ। शूलिनी हमेशा मेरे दिल में खास

यादों में

जगह रखेगा, क्योंकि इसने मुझे अद्भुत प्रोफेसरों और सहपाठियों से मिलाया।

हिमाचल में बिताए मेरे दो साल और शूलिनी विश्वविद्यालय की यात्रा किसी प्रेम कहानी से कम नहीं थी, जिसने मुझे कहीं और रहने की कल्पना भी नहीं करने दी। मुझे लगता है कि हमेशा किसी आदर्श या बड़े प्रेरणा स्रोत की जरूरत नहीं होती कि आप कौन बनते हैं; कभी-कभी यह हमारे आस-पास की छोटी-छोटी, सुंदर चीजें होती हैं जो हमारे रास्ते को आकार देती हैं। इस जगह ने मुझे सिखाया कि हमारे आसपास की हर चीज़ विषाक्त नहीं होती, और यह जरूरी नहीं कि हमेशा सतर्क और संकोची रहें। सहपाठियों से लेकर प्रोफेसरों तक, वहाँ के हर व्यक्ति ने मुझे दिखाया कि चीज़ों को खूबसूरती से कैसे किया या कहा जा सकता है। चाहे वैश्विक मुद्दों पर चर्चा हो या व्यक्तिगत विचारों की, उस कक्षा में सब कुछ सही और हल्का लगता था।

मैं कभी शांत आत्मा नहीं थी। मुझे लगता था कि पत्रकारिता के लिए विद्रोही होना ज़रूरी है, कि अपने विचारों को खुलकर व्यक्त करने के लिए विद्रोह आवश्यक है। मैंने कल्पना की थी कि पत्रकारिता मेरे विद्रोह को बढ़ावा देगी, लेकिन इसके बजाय, दुनिया के बारे में सीखने ने मुझे नरम बना दिया, मुझे रुकने और सबसे छोटे विवरणों को देखने की शिक्षा दी। इस यात्रा ने मुझे सिर्फ लिखने या बोलने की आज़ादी ही नहीं दी, बल्कि उन शब्दों को मूल्य भी दिया जिन्हें मैं वर्षों से लिख रही थी।

इन सभी चीजों—हिमाचल, शूलिनी, लेखन के प्रति मेरा जुनून और नागरिक मामलों पर बोलने की मेरी इच्छा—को जो बांधता है, वह है यात्रा। मैं आज जो हूँ, वह उन जगहों और लोगों की वजह से हूँ, जिनसे मैं मिली हूँ। यह एक कहानी है जो कभी खत्म नहीं होती, लेकिन मैंने इसे नहीं समझा होता अगर मैं हिमाचल या शूलिनी में नहीं होती या पत्रकारिता नहीं करती। मेरी सबसे गहरी कृतज्ञता शूलिनी में मिले लोगों और हिमाचल के पहाड़ों के प्रति है।

सालों बाद भी, मैं अपने पोते-पोतियों को ये कहानियाँ सुनाऊंगी। शायद मुझे हिमाचल में बिताए जीवन की खूबसूरती को समेटने में दशकों लगेंगे। यह आज भी वह जगह है जहाँ मैं वापस लौटना चाहती हूँ। यह एक प्रेम कहानी से कम नहीं है—एक ऐसी कहानी जिसे सिर्फ हिमाचल और मैं ही समझ सकते हैं।

(लेखिका 2022-24 बैच में पत्रकारिता की एमए की छात्रा थीं।)

स्पीक आऊट

कोलकाता के एक अस्पताल में हाल ही में एक जूनियर डॉक्टर के साथ बलात्कार और हत्या ने पूरे देश की अंतरात्मा को झकझोर कर रख दिया है। हमने छात्रों के एक समूह से पूछा कि ऐसी बर्बर घटनाओं को रोकने के लिए क्या कदम उठाए जाने चाहिए। **पेश है आदर्श घाटा के इंटरव्यू के अंश –**

छात्रों का कहना है, सामाजिक मानसिकता को बदलते हुए बलात्कार की घटनाओं को रोकने के लिए कानून को मजबूत करें

शिक्षा समाज की नींव है। बच्चों को छोटी उम्र से ही सहमति, सीमाओं और दूसरों के प्रति सम्मान का महत्व सिखाया जाना चाहिए। स्कूलों में यौन हिंसा को रोकने वाले दृष्टिकोण को आकार देने में मदद करने के लिए यौन शिक्षा को शामिल किया जाना चाहिए। बलात्कारियों के लिए त्वरित और कठोर सजा एक मजबूत संदेश देने के लिए महत्वपूर्ण है कि इस तरह के कृत्यों को बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।

मृदुल, बीकॉम ऑनर्स

सेक्स के बारे में चर्चाओं से जुड़े कलंक को खत्म करने के लिए यौन शिक्षा को अनिवार्य बनाना महत्वपूर्ण है। लड़कों को, विशेष रूप से, आत्म-नियंत्रण और दूसरों और विशेष रूप से दूसरे लोगों का सम्मान करने का महत्व सिखाया जाना चाहिए। कैटकॉलिंग जैसे समस्याग्रस्त व्यवहारों को संबोधित करना, एक स्पष्ट संदेश देने के लिए महत्वपूर्ण है कि किसी भी तरह का उत्पीड़न अस्वीकार्य है।

विपुल जामवाल, बीटेक सीएसई

बलात्कारियों के लिए मृत्युदंड एक शक्तिशाली निवारक के रूप में काम कर सकता है, जो इस अपराध की गंभीरता को मजबूत करता है। नैतिक विज्ञान को स्कूली पाठ्यक्रमों में शामिल करने से छोटी उम्र से ही सम्मान, सहानुभूति और आत्म-नियंत्रण के मूल्यों को बढ़ावा मिल सकता है। इसके अलावा, वयस्क वेबसाइटों पर सख्त नियमन या प्रतिबंध भी होना चाहिए।

आयुष चौहान, बीबीए सीएसई और उद्यमिता

लोगों को व्यक्तिगत और दूसरों की सीमाओं को समझना और उनका सम्मान करना सिखाना यौन हिंसा के मामलों को काफी हद तक कम कर सकता है। इसके अतिरिक्त, अश्लील सामग्री के खिलाफ एक दृढ़ रुख होना चाहिए जो व्यक्तियों को वस्तु बनाता है। पीरियड्स और सेक्स जैसे विषयों को अब वर्जित विषय नहीं माना जाना चाहिए।

मयंक सिंह, बीटेक सीएसई

बलात्कार को रोकने में निगरानी और सख्त पुलिसिंग के माध्यम से सुरक्षा उपायों को बढ़ाना महत्वपूर्ण है। तकनीकी उपायों के साथ-साथ, पुलिस गश्त को लगातार और सतर्क रहने की आवश्यकता है। छात्राओं के बीच स्वस्थ बातचीत को प्रोत्साहित करने से बाधाओं को तोड़ने, गलत धारणाओं को कम करने और आपसी सम्मान को बढ़ावा देने में मदद मिलती है।

ऋतिक चौहान, बीकॉम ऑनर्स

देश में बलात्कार की उच्च घटनाओं को रोकने के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण की आवश्यकता है। न्याय सुनिश्चित करने और अपराधियों को रोकने के लिए सख्त कानून प्रवर्तन और त्वरित कानूनी प्रक्रियाएँ आवश्यक हैं। पीड़ितों के लिए मजबूत कानूनी, चिकित्सा और मनोवैज्ञानिक सहायता प्रदान करना अधिक पीड़ितों को आगे आने के लिए प्रोत्साहित कर सकता है।

समृद्धि दीक्षित, बीए अंग्रेजी ऑनर्स

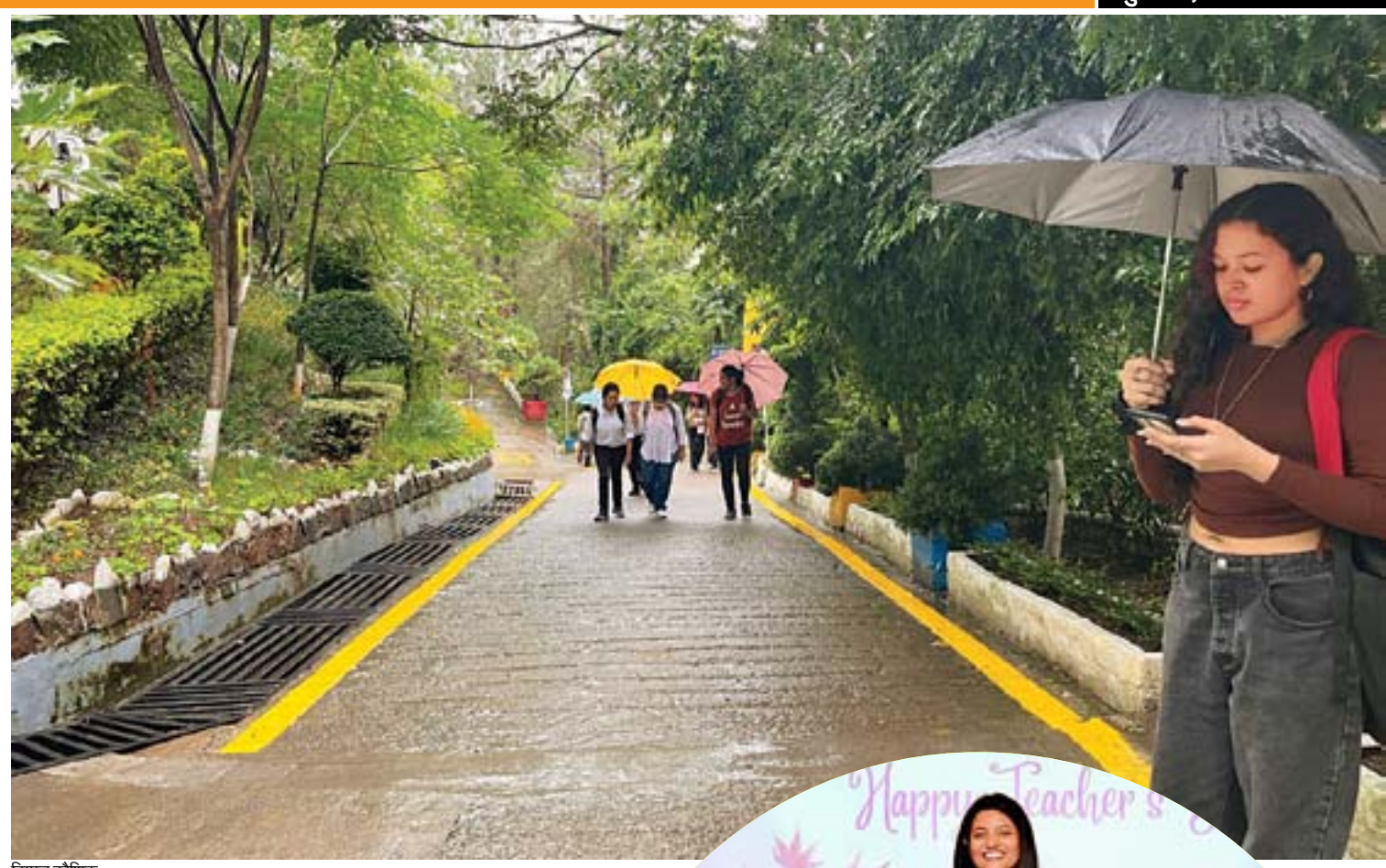
एक ऐसा समाज जहाँ महिलाओं का सम्मान और आदर किया जाना चाहिए, इसके बजाय उन्हें जघन्य अपराधों का शिकार होना पड़ता है। पुरुषों को उसी सम्मान को बनाए रखना सिखाया जाना चाहिए, जिसकी वे महिलाओं से अपेक्षा करते हैं। लड़कियों को केवल शालीन कपड़े पहनना सिखाने के बजाय, हमें लड़कों को जिम्मेदारी से सोचना और कार्य करना सिखाना चाहिए।

छवि, बीटेक सीएसई

बलात्कार के मामलों की संख्या को कम करने के लिए, मजबूत कानून, शिक्षा और सामाजिक समर्थन को शामिल करने वाला एक व्यापक दृष्टिकोण आवश्यक है। आत्मरक्षा प्रशिक्षण और वित्तीय स्वतंत्रता के माध्यम से महिलाओं को सशक्त बनाना उनकी सामाजिक स्थिति को मजबूत कर सकता है। पीड़ितों को काउंसलिंग और कानूनी सहायता जैसे समर्थन प्रदान करना महत्वपूर्ण है।

जाह्नवी, बीटेक फूड टेक एट

अहाना नाथ



डिम्पल कौशिक

लाइफ@शूलिनी

प्रेम भाटिया

साहिल ठाकुर

हरमनप्रीत सिंह

मेघना ठाकुर

अवंतिका बसु

प्रेम भाटिया

स्कूल ऑफ़ जर्नलिज़म एंड न्यू मीडिया, शूलिनी विश्वविद्यालय, कसौली हिल्स, सोलन द्वारा विपिन पब्बी, पूर्व रेजिडेंट एडिटर, द इंडियन एक्सप्रेस के मार्गदर्शन में प्रकाशित। संकाय संपादकः प्रो पार्थ शर्मा। प्रमुख अनुवादकः डॉ. प्रकाश चंद। छात्र संपादकः स्वर्णिम सुप्रकाश, साक्षी कुमारी। आईई प्रेस, सी-5, इंस्टीट्यूशनल एरिया, सेक्टर 6, पंचकुला 134109 में मुद्रित। टेलीफोनः 01792-308000