

आदर्श अखबार

आदर्श इंस्टीट्यूट ऑफ मैनेजमेंट एंड साइंस, AIMS धामनोद का
विद्यार्थियों के लिए एक निःशुल्क उत्कृष्ट प्रकाशन

15 फरवरी 2025 क्र. 20

EXAM TIPS

Tips to reduce exam & revision stress



Reach out

These are unusual times!
Often talking things through
with a loved one will help



Plan

Create a revision schedule
but remember to include
breaks!



Shh!

Work somewhere where you
can concentrate and put
your phone down to avoid
distractions



You time

Schedule downtime to
do something you enjoy



Eat & drink well

Go for healthy food and
stay hydrated



Zzz...

Try to get enough sleep
and don't stay up too
late!



स्वराज के संस्थापक
छत्रपति शिवाजी की
शिव जयंती पर शत-शत
नमन |



महाविद्यालय में PU परीक्षा का आयोजन

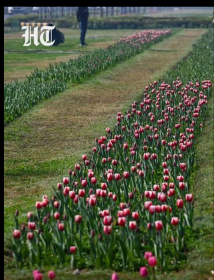
महाविद्यालय में 09/02 /2026 से

PUT का आयोजन किया गया |

जिसमें समस्त विद्यार्थियों ने उत्साह
पूर्वक भाग लिया |

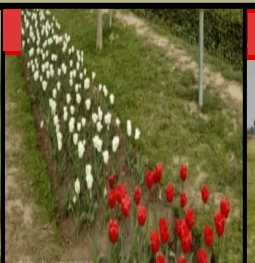


दिल्ली में इस महीने होने वाले हैं 2 बड़े Flower Festival



1. Delhi Tulip Festival 2026 फरवरी के तीसरे हफ्ते में शुरू किया जाएगा और यह करीब 10 से 12 दिनों तक चलेगा. इस दौरान लोग किसी भी दिन यहां आकर ट्यूलिप के फूलों को करीब से देख सकेंगे। दिल्ली में फरवरी महीने में ट्यूलिप फेस्टिवल आयोजित होने जा रहा है। यहां सात अलग-अलग रंगों में दो लाख से ज्यादा ट्यूलिप के फूल लोगों को देखने को मिलते हैं. रंग-बिरंगे ट्यूलिप से सजी यह जगह कुछ दिनों के लिए दिल्ली की खूबसूरती को और बढ़ा देती है।

2. नोएडा के सेक्टर 33ए शिवालिक पार्क में फेस्टिवल का आयोजन हो रहा है, जो नोएडा हाट के पास स्थित है. शो की शुरुआत 19 फरवरी से होगी और 22 फरवरी तक चलेगा। इस बार 38वां नोएडा फ्लावर शो होने जा रहा है. जिसमें फूलों की प्रदर्शनी से लेकर स्प्रिंग गार्डन कम्पटीशन और फूलों से बने ऊंचे सेंटर पीस सेंटर ऑफ अट्रैक्शन होंगे।



विश्व :

* ट्रम्प ने दुनिया के सबसे बड़े युद्धपोत को मिडिल-ईस्ट भेजा:वेनेजुएला में ऑपरेशन में शामिल था; ईरान से तनाव के बीच दूसरा एयरक्राफ्ट कैरियर रवाना ।

* भारतीय पासपोर्ट की रैंकिंग में सुधार हुआ है। लेटेस्ट हेनले पासपोर्ट इंडेक्स (फरवरी 2026) के अनुसार, अब भारत का पासपोर्ट दुनिया के सबसे शक्तिशाली पासपोर्ट्स की सूची में 75वें स्थान पर पहुंच गया है।

देश :

* 17 वर्ष के आदित्य पंड्या बने भारत के सबसे युवा पुरुष एनालॉग एस्ट्रोनॉट :-

अंतरिक्ष में कोई भी मिशन भेजने से पहले धरती पर उसका अभ्यास किया जाता है। यानी अंतरिक्ष का एक्स्ट्रीम वातावरण, इंजीनियरिंग और स्पेस में काम करने वाली फिजिक्स को धरती पर लागू करके देखा जाता है। इन मिशन को एनालॉग मिशन कहते हैं और इन मिशन पर जाने वाले अंतरिक्षयात्री को एनालॉग एस्ट्रोनॉट। हाल ही में आदित्य पंड्या (17) ने गुजरात में कच्छ के धोलावीरा में चंद्रमा जैसी परिस्थितियों पर आधारित एनालॉग मिशन पूरा किया। वे भारत के सबसे युवा पुरुष एनालॉग एस्ट्रोनॉट बने।

* नेटवर्क रेडीनेस इंडेक्स: भारत टॉप-50 में शामिल :-

भारत ने नेटवर्क रेडीनेस इंडेक्स में वैश्विक रैंकिंग में 4 स्थान की बढ़त हासिल की। 2025 में भारत 45वें स्थान पर पहुंच गया है, जबकि 2024 में उसकी रैंक 49 थी। इंडेक्स 127 देशों की नेटवर्क रेडीनेस के आधार पर है।

* केंद्र सरकार ने राज्यों और अन्य सरकारी निकायों को दिए गए निर्देशों में कहा है कि राष्ट्रगान जन गण मन से पहले राष्ट्रगान वंदे मातरम गाया या बजाया जाना चाहिए।

* दिल्ली विश्वविद्यालय ने राजधानी में बढ़ते वायु और मृदा प्रदूषण से निपटने के उद्देश्य से एक नई पर्यावरण पहल शुरू की है। विश्वविद्यालय के एक प्रोफेसर ने देश का पहला "कार्बन गार्डन" विकसित किया है, जिसका उद्देश्य प्रदूषण को कम करना और शहरी क्षेत्रों के लिए एक मॉडल के रूप में कार्य करना है।

खेल समाचार :

*भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) आईसीसी अंडर-19 पुरुष क्रिकेट विश्व कप 2026 के फाइनल में इंग्लैंड को 100 रनों के बड़े अंतर से हराकर भारत का छठा अंडर-19 विश्व कप खिताब जीतने पर भारत की अंडर-19 पुरुष टीम को हार्दिक बधाई देता है।



*महिला प्रीमियर लीग (WPL) 2026 के फाइनल में गुरुवार को रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु ने दिल्ली कैपिटल्स को 6 विकेट से हराकर दूसरा खिताब अपने नाम किया।

*आईसीसी टी20 वर्ल्ड कप का 27वां मैच भारत और पाकिस्तान के बीच खेला गया। इस मैच में टीम इंडिया ने पाकिस्तान को एक बार फिर एकतरफा मात दी।



भारत सरकार के रेल मंत्रालय ने लागू कि NRP—2030



11 फरवरी 2022 दोपहर 2:45 बजे, पीआईबी दिल्ली द्वारा
भारत के लिए राष्ट्रीय रेल योजना (एनआरपी) – 2030

भारतीय रेलवे ने भारत के लिए राष्ट्रीय रेल योजना (एनआरपी) 2030 तैयार की है। इस योजना का उद्देश्य 2030 तक एक 'भविष्य के लिए तैयार' रेलवे प्रणाली का निर्माण करना है। एनआरपी का लक्ष्य परिचालन क्षमताओं और वाणिज्यिक नीतिगत पहलों दोनों पर आधारित रणनीतियाँ तैयार करना है ताकि माल ढुलाई में रेलवे की हिस्सेदारी को 45% तक बढ़ाया जा सके। योजना का उद्देश्य मांग से पहले क्षमता का निर्माण करना है, जो बदले में 2050 तक भविष्य में बढ़ती मांग को पूरा करेगा और माल ढुलाई में रेलवे की हिस्सेदारी को 45% तक बढ़ाकर उसे बनाए रखेगा। इस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए सार्वजनिक-निजी भागीदारी (पीपीपी) सहित सभी संभावित वित्तीय मॉडलों पर विचार किया जा रहा है।

*माल ढुलाई में रेलवे की हिस्सेदारी को 45% तक बढ़ाने के लिए परिचालन क्षमताओं और वाणिज्यिक नीतिगत पहलों दोनों पर आधारित रणनीतियाँ तैयार करें।

* मालगाड़ियों की औसत गति को 50 किमी प्रति घंटे तक बढ़ाकर माल ढुलाई के समय को काफी हद तक कम किया जा सकता है।

राष्ट्रीय रेल योजना के अंतर्गत, विजन 2024 को कुछ महत्वपूर्ण परियोजनाओं के त्वरित कार्यान्वयन के लिए शुरू किया गया है, जैसे कि 100% विद्युतीकरण, भीड़भाड़ वाले मार्गों का मल्टी-ट्रैकिंग, दिल्ली-हावड़ा और दिल्ली-मुंबई मार्गों पर गति को 160 किमी प्रति घंटे तक उन्नत करना, अन्य सभी गोल्डन क्वार्टिलेटरल-गोल्डन डायगोनल (जीक्यू/जीडी) मार्गों पर गति को 130 किमी प्रति घंटे तक उन्नत करना और सभी जीक्यू/जीडी मार्गों पर सभी लेवल क्रॉसिंग को समाप्त करना, नए समर्पित माल ढुलाई गलियारों की पहचान करें, 100% विद्युतीकरण (हरित ऊर्जा) और माल ढुलाई के लिए परिवहन साधनों की हिस्सेदारी बढ़ाने के दोहरे उद्देश्यों को पूरा करने के लिए लोकोमोटिव की आवश्यकता का आकलन करें।

समय-समय पर आवश्यक पूंजी निवेश का आकलन करें और उसका विस्तृत विवरण प्रस्तुत करें। रेलगाड़ियों के संचालन और स्वामित्व, माल और यात्री टर्मिनलों के विकास, ट्रैक बुनियादी ढांचे के विकास/संचालन आदि जैसे क्षेत्रों में निजी क्षेत्र की निरंतर भागीदारी। रेल, संचार और इलेक्ट्रॉनिक एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्री श्री अश्विनी वैष्णव ने राज्यसभा में पत्र के यह जानकारी दी।



विशेष:

* शासकीय होलकर (मॉडल, स्वशासी) विज्ञान महाविद्यालय, इंदौर में दो दिवसीय अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन का आयोजन।

*केंद्रीय सचिवालय को कर्तव्य भवन, राजपथ को कर्तव्य पथ, रेस कोर्स रोड को लोक कल्याण मार्ग और राजभवनों को लोक भवन या लोक निवास नाम दिया गया है।

*दुनिया भर के पासपोर्ट की ताकत को जांचने वाली हैनले पासपोर्ट इंडेक्स सूची में भारत अब 10 स्थान की बढ़त लेकर 85 स्थान से 75 में स्थान पर पहुंचा।

सूचकांक इस आधार पर किसी देश को स्थान देता है कि उनके नागरिक कितने देशों में बिना पूर्व वीजा प्रवेश कर सकते हैं।

इस सूची में प्रथम स्थान सिंगापुर का है दूसरे स्थान पर जापान और दक्षिण कोरिया तथा तीसरे स्थान पर स्वीडन और यूएई शामिल हैं।

प्रधानमंत्री मोदी की मलेशिया यात्रा



प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी 7-8 फरवरी को मलेशिया की राजधानी कुआलालंपुर में दो-दिवसीय औपचारिक दौर पर रहे।

*मोदी ने मलेशिया के प्रधानमंत्री अनवर इब्राहिम से द्विपक्षीय वार्ता की।

* यह उनकी इस वर्ष की पहली विदेश यात्रा थी। यह दोनों देशों के बीच व्यापक रणनीतिक साझेदारी को मजबूत करने के उद्देश्य से महत्वपूर्ण है।

* इस दौरान 11 महत्वपूर्ण समझौते (MoUs) और

दस्तावेजों पर हस्ताक्षर हुए, जिनमें सेमिकंडक्टर, रक्षा, डिजास्टर मैनेजमेंट व शांति संचालन शामिल हैं।

* दोनों नेताओं ने व्यापार, निवेश, रक्षा व डिजिटल

अर्थव्यवस्था में सहयोग बढ़ाने का संकल्प लिया।

* मोदी ने आतंकवाद के खिलाफ मजबूत रुख भी जताया और संयुक्त कार्रवाई पर जोर दिया।

* उन्होंने भारतीय उद्योग जगत और प्रवासी समुदाय से भी मुलाकात की।

* इस यात्रा से भारत-मलेशिया संबंधों को नई ऊँचाई मिलने की उम्मीद है।



देश परिचय : अर्जेंटीना

*स्थान: दक्षिण अमेरिका

*राजधानी: ब्यूनस आयर्स (Buenos Aires)

*भाषा: स्पेनिश

*मुद्रा: अर्जेंटीनी पेसो

*जनसंख्या: लगभग 4.6

करोड़

*क्षेत्रफल: लगभग 27.8

लाख वर्ग किमी

*संक्षिप्त परिचय

अर्जेंटीना दक्षिण अमेरिका

का एक बड़ा और

विविधताओं से भरा देश है।

यह अपने विशाल मैदानों

(पम्पास), हिमनदों से ढकी

पहाड़ियों (पटागोनिया),

और प्राकृतिक आश्चर्यों जैसे

इग्वाज़ू जलप्रपात के लिए

प्रसिद्ध है।

*इतिहास

पहले यहाँ आदिवासी समुदाय रहते थे। 16वीं शताब्दी में स्पेनिश उपनिवेश बना और 1816 में अर्जेंटीना ने स्पेन से स्वतंत्रता प्राप्त की।

*संस्कृति

टैगो नृत्य दुनिया भर में मशहूर

फुटबॉल के लिए जबरदस्त दीवानगी (लियोनेल मेसी जैसे खिलाड़ी)

मांसाहार, खासकर बीफ और असादो (बारबेक्यू) लोकप्रिय

*अर्थव्यवस्था

*कृषि (सोयाबीन, गेहूँ), पशुपालन, खनिज, और पर्यटन अर्थव्यवस्था के प्रमुख आधार हैं।

*प्रमुख पर्यटन स्थल :- ब्यूनस आयर्स, इग्वाज़ू जलप्रपात, पटागोनिया, एंडीज़ पर्वत श्रृंखला



भारतीय शिक्षिका रूबल नागी ने जीता ग्लोबल टीचर पुरस्कार

दुबई, संयुक्त अरब अमीरात - भारतीय शिक्षिका रूबल नागी ने दुबई, संयुक्त अरब अमीरात में आयोजित वार्षिक विश्व सरकार शिखर सम्मेलन के दौरान सैकड़ों शिक्षण केंद्र स्थापित करने के लिए 1 मिलियन डॉलर का ग्लोबल टीचर पुरस्कार जीता।



नागी इस पुरस्कार को प्राप्त करने वाली दसवीं शिक्षिका हैं, जिसे फाउंडेशन ने 2015 में शुरू किया था।

पुरस्कार प्राप्त करने पर रूबल ने कहा कि यह पुरस्कार उनके और पूरे भारत के लिए गर्व की बात है। उन्होंने बताया कि उन्होंने 24 साल पहले एक छोटी सी कार्यशाला में मात्र 30

बच्चों के साथ अपना काम शुरू किया था और आज उनके प्रयासों से दस लाख से अधिक बच्चों को लाभ मिल चुका है। उन्होंने यह भी कहा कि उनका बचपन का सपना था कि हर बच्चाभर में फैले इन केंद्रों का उद्देश्य उन बच्चों को व्यवस्थित शिक्षा प्रदान करना है जो कभी स्कूल नहीं गए हैं। ये केंद्र पहले से ही स्कूल जा रहे बच्चों को पूरक शिक्षा भी प्रदान करते हैं। इसके अलावा, नागी साक्षरता, विज्ञान, गणित और इतिहास जैसे विषयों पर आधारित शैक्षिक भित्ति चित्र भी बनाते हैं।

-स. प्रा. गरिमा चौधरी (कंप्यूटर साइंस विभाग)

इलॉन मस्क लगारेंगे चांद पर फैक्ट्री

इलॉन मस्क की AI कंपनी चांद पर फैक्ट्री लगाएगी: साल के अंत तक कोडिंग की जरूरत खत्म होगी; मस्क ने बताया XAI का पूरा प्लान। अब मस्क ने अपनी AI कंपनी



xAI की एक इंटरनल मीटिंग में इससे भी बड़ा विजन सामने रखा है। वे चांद पर AI सैटेलाइट फैक्ट्री लगाने की योजना पर काम कर रहे हैं। इसके साथ ही उन्होंने बताया कि इस साल के अंत तक कोडिंग के लिए इंजीनियरों की जरूरत नहीं होगी। वे चंद्रमा पर AI सैटेलाइट फैक्ट्री स्थापित करने की योजना बना रहे हैं, ताकि अंतरिक्ष में मेगा डेटा सेंटर बनाए जा सकें। मस्क का मानना है कि इससे पृथ्वी की ऊर्जा सीमाओं से बाहर जाकर सौर ऊर्जा का उपयोग किया जा सकेगा। उन्होंने यह भी कहा कि इस साल के अंत तक AI कोडिंग की जरूरत खत्म हो जाएगी, क्योंकि Grok Code खुद ही कोड लिखेगा और बग्स ठीक करेगा।

जीवन परिचय : छत्रपति शिवाजी

जन्म: 19 फरवरी, 1630 (कुछ स्रोत अप्रैल 1627 भी मानते हैं), शिवनेरी किला (पुणे, महाराष्ट्र)।

माता-पिता: माता जीजाबाई (धार्मिक और साहसी) और पिता शाहजी भोसले (बीजापुर सल्तनत में मराठा सेनापति)।



प्रारंभिक जीवन: शिवाजी का लालन-पालन उनकी माता और दादाजी कोंडादेव की देखरेख में हुआ। उन्होंने युद्धकला, घुड़सवारी और शासन प्रणाली की शिक्षा ली।
स्वराज्य की शुरुआत: मात्र 16 वर्ष की आयु में (1646) तोरणा किला जीतकर अपने पहले विजय अभियान की शुरुआत की।

प्रमुख उपलब्धियाँ: उन्होंने कोंडाणा, पुरंदर, जावली जैसे महत्वपूर्ण किले जीते। 1659 में अफजल खान का

वध और मुगलों के खिलाफ सफल छापामार युद्ध उनकी बड़ी उपलब्धियाँ थीं।

राज्याभिषेक: 6 जून 1674 को रायगढ़ के किले में उनका राज्याभिषेक हुआ और उन्होंने 'छत्रपति' की उपाधि धारण की।

प्रशासन: वे एक न्यायप्रिय शासक थे, जिन्होंने अष्टप्रधान मंडल (8 मंत्रियों की परिषद) के माध्यम से सुशासन स्थापित किया।

निधन: 3 अप्रैल, 1680 को रायगढ़ में उनका निधन हुआ।

शिवाजी महाराज के जीवन की मुख्य विशेषताएँ:

योद्धा और रणनीतिकार: 'गोरिल्ला युद्ध' के जनक, जिन्होंने विशाल मुगल सेना को मात दी।

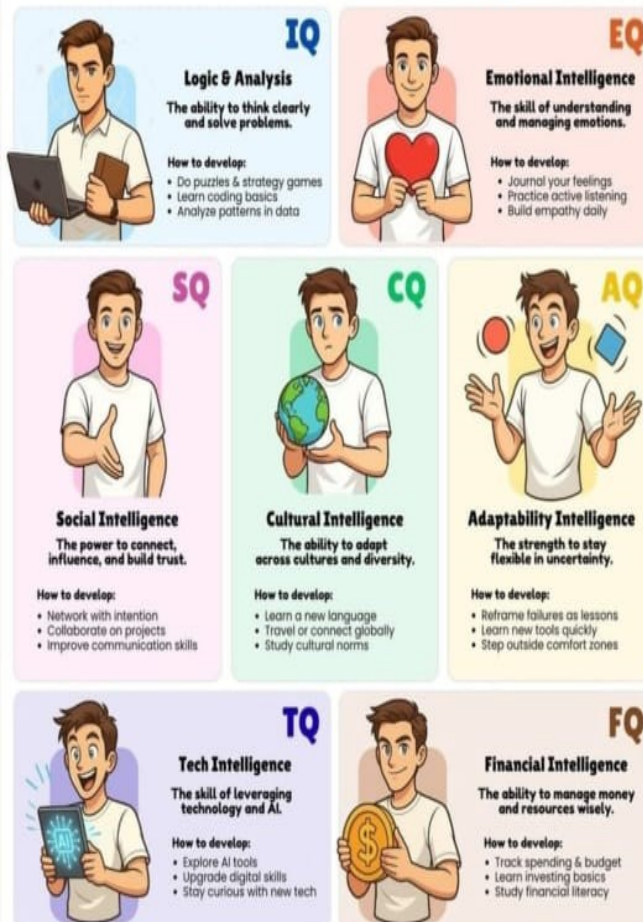
राष्ट्रनिर्माता: एक स्वतंत्र और मजबूत मराठा साम्राज्य (हिंदवी स्वराज्य) की नींव रखी।

धार्मिक सहिष्णुता: वे हिंदू धर्म के अनुयायी थे, लेकिन अन्य धर्मों के प्रति सम्मान रखते थे।

महिला सशक्तिकरण: महिलाओं के सम्मान के प्रति अत्यंत कठोर थे।

7 Types of Intelligence

by Natan Mohart



THE DIFFERENT GENERATIONS YOU NEED TO KNOW

GEN ALPHA

EARLY 2010S-2020S

The most materially endowed and tech-savvy generation. Born into the age of iPads, these are "screenagers" who cannot be away from screens.



GEN Y/ MILLENNIALS

1981-1996

Considered book smart and tech-savvy, have the mentality of "fun first, work later".



BABY BOOMERS

1946-1964

Makes up about 73 million of the U.S population. Considered an economically influential generation because of their economic success.



GEN Z:

1997-2012

Social natives who are always digitally connected. Probably the most "woke" generation, always discussing global and social issues.



GEN X

1965-1980

They are known to be street smart, though highly skeptical. They are not in the mood for drama and always strive to get things done.



SILENT GENERATION

1928-1945

A generation that was born into the Great Depression and political instability. Known to be thrifty, respectful and loyal.



भारतीय रुपये का इतिहास

UPSC GK Study

UPSC GK Study



स.प्रा. दीपक वर्मा (प्राणिशास्त्र विभाग)

राज्य परिचय : गोआ



गोआ राज्य परिचय
(Goa Rajya Parichay):-
गोआ भारत का एक छोटा
लेकिन बहुत सुंदर तटीय राज्य
है, जो अपनी समुद्री
तटरेखाओं, प्राकृतिक सुंदरता
और सांस्कृतिक विविधता के
लिए प्रसिद्ध है।

मुख्य जानकारी:

राज्य गठन: 30 मई 1987

राजधानी: पणजी

सबसे बड़ा शहर: वास्को दा गामा

भौगोलिक स्थिति: पश्चिमी भारत, अरब सागर के तट पर

क्षेत्रफल: लगभग 3,702 वर्ग किलोमीटर

सीमावर्ती राज्य: महाराष्ट्र और कर्नाटक

जनसंख्या (जनसंख्या गणना 2011 के अनुसार):

कुल जनसंख्या: लगभग 14.58 लाख

जनसंख्या घनत्व: लगभग 394 व्यक्ति प्रति वर्ग किमी

शहरी जनसंख्या: लगभग 62%

भाषा और संस्कृति:

राज्य भाषा: कोंकणी

अन्य भाषाएँ: मराठी, हिंदी, अंग्रेज़ी

संस्कृति: भारतीय और पुर्तगाली संस्कृति का सुंदर मिश्रण

अर्थव्यवस्था:

पर्यटन, खनन, मत्स्य उद्योग और कृषि प्रमुख हैं।

गोआ से एक है।

क्यों रखें सोच अच्छी?



तनाव कम होगा

हम जितना नकारात्मक सोचेंगे, दिमाग में उतनी ही हलचल रहेगी। किसी भी घटना के नतीजों को लेकर हम जितना चिंतित होते हैं, उतना ही तनाव बढ़ता है। अगर चिंता हटा दी, तो तनाव हट जाएगा और सकारात्मक सोच के प्रवेश का मार्ग प्रशस्त होगा।



नींद प्रभावित होगी

सकारात्मक सोचने से तनाव नहीं होगा, रात में मन शांत रहेगा और अच्छी नींद ले पाएंगे। वहीं अगर नकारात्मक सोच के चलते तनाव लेंगे, तो मन बेचैन और परेशान होगा। इसके कारण रात की नींद भी प्रभावित होगी।



रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ेगी

हमारी सोच का असर प्रतिरोधक क्षमता पर पड़ता है। जब सकारात्मक सोचेंगे, तो प्रतिरोधक क्षमता मजबूत होगी और शरीर बीमारियों से बेहतर तरीके से लड़ पाएगा।



खूबियां नज़र आने लगेंगी

जब मन शांत होता है, खुश और संतुष्ट होता है, जो कि सकारात्मक सोच का ही परिणाम है, तो उसे छोटी-छोटी खूबियां, दूसरों में खूबियां साफ दिखाई देती हैं। इन लम्हों का भी अच्छा प्रभाव मन पर पड़ता है।



खुशमिज़ाजी आ जाएगी

जिनकी सोच सकारात्मक होती है, वो खुशमिज़ाज होते हैं। हर काम खुशी से करते हैं और आसपास के वातावरण को भी सकारात्मक और खुशहाल बनाते हैं। वैसे भी, जो दूसरों की खुशी में खुश हों, वो लोग सबको अच्छे भी लगते हैं।

ऐसे सकारात्मक बनें



मेडिटेशन करें

सकारात्मक सोचने के लिए सबसे आसान ज़रिया है ध्यान। किसी शांत स्थान या कमरे में पालथी लगाकर बैठ जाएं। आंखें बंद करें और गहरी सांस लें। पूरा ध्यान सांस पर लगाएं।



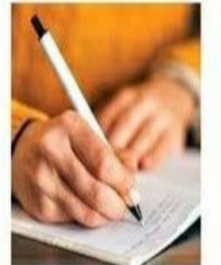
सकारात्मक रहें

नकारात्मक चीजों पर ध्यान जल्दी जाता है, जैसे लंबे ट्रैफिक में फंस जाना या कपड़ों पर कीचड़ लगना। गांठ बांध लें कि केवल सकारात्मक चीजों पर ध्यान देना है, जैसे ट्रैफिक में फंसे रहने पर दोस्तों से बतिया लेना या मनपसंद गाने सुन पाना।



हमेशा खुश रहें

इससे फर्क नहीं पड़ता कि काम कितना तनावपूर्ण है और कितना भी मन दुखी रहे, मुस्कराहट के साथ काम करें। साथ ही ऐसे लोगों का साथ चुनें, जो खुशमिज़ाज हों।



लिखते रहें

रोज कुछ मिनट लिखें। एक अध्ययन के अनुसार लिखते रहने से जीवन के प्रति दृष्टिकोण सकारात्मक बनता है। पर जो भी लिखें खुशी और सकारात्मकता से जोड़कर लिखें। हम जो लिखते हैं वह उसी प्रकार जीवन को प्रभावित करता है।

Normal English Smart English

Don't talk nonsense	= Speak logically
Don't push me	= Give me some space
Don't lose hope	= Stay hopeful
Don't make fun of it	= Respect it
Don't break the promise	= Keep your promise
Don't argue again	= Let's stay calm
Don't stay silent	= Share your thoughts
Don't be confused	= Take a moment to think
Don't take shortcuts	= Do it the right way
Don't behave badly	= Behave kindly
Don't disturb them	= Let them be
Don't quit easily	= Keep trying
Don't shout names	= Use real names
Don't be too strict	= Be understanding
Don't waste money	= Spend wisely
Don't get jealous	= Be happy for others
Don't be impatient	= Be patient
Don't panic quickly	= Take a deep breath
Don't question everything	= Ask only what's needed
Don't make it awkward	= Keep it natural
Don't act strange	= Act normally
Don't forget the plan	= Stick to the plan

भारतीय स्टेट बैंक

पद का नाम - सर्किल बेस्ड ऑफिसर

पदों की संख्या - 2273

योग्यता- किसी भी मान्यता प्राप्त

विश्वविद्यालय से स्नातक की डिग्री।

अंतिम तिथि - 18 फरवरी, 2026

वेबसाइट - <https://sbi.bank.in>

हमारे पर्व - महाशिवरात्रि

महाशिवरात्रि फाल्गुन कृष्ण चतुर्दशी को मनाई जाती है, जो भगवान शिव और माता पार्वती के विवाह, शिव के नीलकंठ बनने (विषपान), या प्रथम बार ज्योतिर्लिंग के रूप में प्रकट होने की याद में मनाई जाती है। यह रात आध्यात्मिक ऊर्जा, जागृति और शिव-शक्ति के मिलन का प्रतीक है, जिसे भक्त उपवास और जागरण कर मनाते हैं।

महाशिवरात्रि मनाने के मुख्य कारण:

शिव-पार्वती विवाह: पौराणिक मान्यता के अनुसार, महाशिवरात्रि के दिन ही भगवान शिव और माता पार्वती का विवाह हुआ था, जिसे शिव और शक्ति के मिलन के रूप में मनाया जाता है।

नीलकंठ की कथा (समुद्र मंथन): समुद्र मंथन के दौरान निकले विनाशकारी हलाहल विष को भगवान शिव ने सृष्टि की रक्षा के लिए अपने कंठ में धारण किया था। विष के प्रभाव को कम करने के लिए देवताओं ने पूरी रात शिवजी की अराधना की थी, इसलिए इसे शिवरात्रि के रूप में मनाया जाता है।

ज्योतिर्लिंग का प्राकट्य: मान्यता है कि महाशिवरात्रि की पावन रात भगवान शिव पहली बार एक विशाल अग्निस्तंभ (ज्योतिर्लिंग) के रूप में प्रकट हुए थे।

आध्यात्मिक जागृति: यौगिक परंपरा में, यह रात ध्यान के माध्यम से प्राण शक्ति को बढ़ाकर स्वयं को ब्रह्मांडीय ऊर्जा से जोड़ने के लिए महत्वपूर्ण मानी जाती है।

अज्ञानता का अंत: आध्यात्मिक दृष्टिकोण से, यह पर्व अज्ञानता और अंधकार को मिटाकर ज्ञान और प्रकाश के आगमन का प्रतीक है।



दशावतार - सप्तम अवतार श्रीराम अवतार



भगवान विष्णु का सातवाँ अवतार भगवान श्रीराम का हैं। श्रीराम को मर्यादा पुरुषोत्तम राम कहा जाता है, क्योंकि उन्होंने जीवन भर धर्म, सत्य और कर्तव्य का पालन किया। उनके इस

अवतार का विस्तृत वर्णन रामायण, रामचरितमानस, भागवत पुराण, विष्णु पुराण, और अग्नि पुराण सहित कई अन्य पुराणों में मिलता है।

कथा अनुसार - भगवान राम का जन्म अयोध्या के राजा दशरथ और उनकी सबसे बड़ी रानी कौशल्या के यहाँ हुआ था। राजा दशरथ के तीन अन्य पुत्र भी थे: भरत (रानी कैकेयी से), और लक्ष्मण व शत्रुघ्न (रानी सुमित्रा से)। चारों भाई एक-दूसरे से बहुत प्रेम करते थे। उन्होंने महर्षि विश्वामित्र से शिक्षा प्राप्त की और शस्त्र विद्या में भी पारंगत हुए।

महर्षि विश्वामित्र राम और लक्ष्मण को मिथिला ले गए, जहाँ राजा जनक ने अपनी पुत्री सीता के लिए एक स्वयंवर का आयोजन किया था। स्वयंवर की शर्त थी कि जो भी भगवान शिव के विशाल धनुष पिनाक को उठाकर उस पर प्रत्यंचा चढ़ाएगा, उसी से सीता का विवाह होगा। अनेक राजाओं और योद्धाओं ने प्रयास किया, लेकिन कोई भी धनुष को हिला भी नहीं सका। तब विश्वामित्र के कहने पर राम ने धनुष को उठाया और उसे क्षण भर में तोड़ दिया। इस घटना के बाद, राम का विवाह सीता से हुआ, और उनके भाइयों का विवाह भी सीता की बहनों और चचेरी बहन से हुआ।

अयोध्या लौटने के बाद, राजा दशरथ ने राम को युवराज बनाने का फैसला किया। लेकिन, उनकी दूसरी रानी कैकेयी अपनी दासी मंथरा के बहकावे में आ गई। मंथरा ने कैकेयी को बचपन में दशरथ द्वारा दिए गए दो वरदानों को माँगने के लिए उकसाया। कैकेयी ने पहले वरदान में अपने पुत्र भरत के लिए राजसिंहासन

और दूसरे वरदान में राम के लिए 14 वर्ष का वनवास मांगा। पिता के वचन को पूरा करने के लिए राम ने सहर्ष वन जाने का निर्णय लिया। उनकी पत्नी सीता और छोटे भाई लक्ष्मण ने भी उनके साथ वन जाने का हठ किया। वनवास के दौरान, राम, सीता और लक्ष्मण पंचवटी में एक कुटिया बनाकर रहते थे। लंका का राक्षस राजा रावण, जिसने अपनी बहन शूर्पणखा का अपमान होने के बाद बदला लेने का फैसला किया, उसने धोखे से मारीच नामक राक्षस को सोने के हिरण का रूप धारण करने के लिए भेजा। राम और लक्ष्मण हिरण का पीछा करते हुए दूर चले गए, और इसी बीच रावण ने सीता का हरण कर लिया। सीता की खोज करते समय, राम और लक्ष्मण की भेंट वानरराज सुग्रीव से हुई। सुग्रीव ने उन्हें अपने मंत्री हनुमान से मिलाया। हनुमान ने राम को सीता की खोज करने का वचन दिया और समुद्र लांघकर लंका पहुँचे, जहाँ उन्होंने सीता का पता लगाया। हनुमान द्वारा सीता का पता लगाने के बाद, राम ने एक विशाल वानर सेना एकत्र की। उन्होंने समुद्र पर रामसेतु नामक एक पुल का निर्माण किया और अपनी सेना के साथ लंका पहुँचे। लंका में राम और रावण की सेनाओं के बीच भयंकर युद्ध हुआ। इस युद्ध में रावण के अनेक योद्धा और भाई मेघनाद व कुंभकर्ण मारे गए। अंत में, राम ने ब्रह्मास्त्र का प्रयोग करके अहंकारी और क्रूर रावण का वध किया। रावण को पराजित करने के बाद, राम, सीता और लक्ष्मण, विभीषण और वानर सेना के साथ पुष्पक विमान से अयोध्या लौटे। 14 वर्ष के वनवास के बाद, उनके आने की खबर सुनकर पूरी अयोध्या में उत्सव मनाया गया। राम का भव्य स्वागत हुआ और उनका राज्याभिषेक किया गया। उन्होंने एक आदर्श राजा के रूप में शासन किया, जिसे रामराज्य के नाम से जाना जाता है।

यह कथा धर्म की विजय, सत्य की शक्ति, और एक आदर्श राजा के कर्तव्यों का प्रतीक है, जो आज भी करोड़ों लोगों को प्रेरित करती है।

साभार - स. प्रा. पूजा कुशवाह रसायन शास्त्र विभाग।

संपादन मंडल :

Patron - Dr. R. K. Patidar
Director, AIMS

Prof. Yashpal Vyas Ph. D.
Principal, AIMS

Asst. Prof. Neha Verma
Dept. of Botany, AIMS

Asst. Prof. Rani Sharma
Dept. of Computer Sc., AIMS

Asst. Prof. Payal Patidar
Dept. of Chemistry, AIMS

Asst. Prof. Vaishnavi Solanki
Dept. of Biotech, AIMS

Contributors:
Asst. Prof. Ruchita Pawar
Dept. of Computer Sc., AIMS

Asst. Prof. Yash Karma
Dept. of Physics, AIMS

Asst. Prof. Deepak Prajapat
Dept. of Computer Sc., AIMS

Asst. Prof. Alkesh Thakur
Dept. of Arts, AIMS