



नवलस टाइम्स

गोरखपुर, शुक्रवार, 27 जून 2025

वर्ष-02, अंक-55

मूल्य-6 रुपये, पेज-12

03 गुंजा तन-मन की शक्ति का संदेश

05 अनुशासन, ऊर्जा और समर्पण..

12 डिजिटल सुरक्षा का पाठ



राप्तीनगर ■ सूरजकुंड ■ कुसमही ■ फुलवरिया ■ रुस्तमपुर ■ मोहनापुर ■ बैम्बिनी ■ उनवल ■ खजनी ■ बख्शीपुर ■ तुर्कमानपुर ■ अयोध्या ■ मऊ

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर नवलस नेशनल अकादमी अयोध्या में योगाभ्यास का हुआ आयोजन

{ 'योग है जीवन जीने का ज्ञान, जिसके आगे नतमस्तक है विज्ञान' }

◆ विद्यालय में हर्षोल्लास के साथ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। ◆ योग शरीर और मन दोनों को स्वस्थ रखने का सर्वोत्तम माध्यम है। ◆ योग हमारे भीतर सकारात्मक ऊर्जा का संचार करता है। ◆ खेल अध्यापक विशाल गुप्ता के नेतृत्व में योगाभ्यास कराया गया।

नीलम यादव/शिक्षक संवाददाता

नवलस अयोध्या। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुरुआत विद्यालय की ओर से शुभकामनाओं के साथ हुई। इस अवसर पर छात्रों, शिक्षकों और कर्मचारियों को संबोधित करते हुए बताया गया कि "कोई शत्रु हमें उतना नुकसान नहीं पहुंचा सकता जितना हमारे नकारात्मक विचार। योग हमारे भीतर सकारात्मकता लाकर मन को शांत करता है और कार्य क्षमता बढ़ाता है।"

कार्यक्रम का संचालन विद्यालय के खेल अध्यापक विशाल गुप्ता ने किया। उन्होंने विद्यालय की प्रधानाचार्या श्रीमती अपूर्वा चतुर्वेदी के साथ सभी को विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया।

इस अवसर पर श्री गुप्ता ने कहा- "योग वह प्रकाश है, जो एक बार जल जाए तो कभी बुझता नहीं। जितना अधिक अभ्यास करेंगे, उसकी लौ उतनी ही तेज जलती है।" कार्यक्रम के अंत में प्रधानाचार्या ने सभी को नियमित रूप से योग करने के लिए प्रेरित किया और इसके लाभों को जीवन में उतारने पर बल दिया।



योग में शामिल प्रमुख आसन

- | | |
|----------------|----------------|
| ◆ कपालभाति | ◆ अर्ध चक्रासन |
| ◆ अनुलोम-विलोम | ◆ वज्रासन |
| ◆ भस्त्रिका | ◆ सुखासन |
| ◆ ताड़ासन | ◆ भुजंगासन |
| ◆ वृक्षासन | ◆ मत्स्यासन |
| ◆ त्रिकोणासन | ◆ नौकासन |



नवल्स नेशनल एकेडमी, राप्तीनगर में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर उत्साहपूर्वक योग सत्र का आयोजन किया गया

‘नवल्स नेशनल एकेडमी, राप्तीनगर में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का हुआ भव्य आयोजन’

♦ कार्यक्रम में प्रधानाचार्य अजीत दीक्षित सहित समस्त शिक्षक, शिक्षिकाएं व कर्मचारी शामिल हुए। ♦ योग गुरु नरेन्द्र नाथ प्रजापति ने सूर्य नमस्कार, ताड़ासन, भुजंगासन, वज्रासन और प्राणायाम का अभ्यास कराया। ♦ आसनों के लाभों जैसे लचीलापन, तनाव में कमी और एकाग्रता में वृद्धि पर विस्तार से जानकारी दी गई।

विवेकानंद तिवारी/शिक्षक संवाददाता

नवल्स राप्तीनगर। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर नवल्स नेशनल एकेडमी, राप्तीनगर में एक भव्य योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में विद्यालय के प्रधानाचार्य अजीत दीक्षित के नेतृत्व में सभी शिक्षक, शिक्षिकाओं और कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। योग शिक्षक नरेन्द्र नाथ प्रजापति के कुशल मार्गदर्शन में उपस्थित सभी लोगों ने विभिन्न योग आसनों का अभ्यास किया और उनके शारीरिक व मानसिक लाभों को समझा।

कार्यक्रम की शुरुआत सुबह 7 बजे हुई। नरेन्द्र नाथ प्रजापति ने प्रतिभागियों को सूर्य नमस्कार, ताड़ासन, भुजंगासन, वज्रासन और प्राणायाम जैसे योग आसनों का अभ्यास कराया। उन्होंने प्रत्येक आसन के शारीरिक लाभ, जैसे रीढ़ की हड्डी को लचीलापन, तनाव में कमी, और रक्त संचार में सुधार, के बारे में विस्तार से बताया। इसके साथ ही, उन्होंने योग के माध्यम से मानसिक शांति और एकाग्रता बढ़ाने के महत्व पर भी प्रकाश डाला।

कार्यक्रम के अंत में प्रधानाचार्य अजीत दीक्षित ने अपने प्रेरणादायक वक्तव्य में योग के दैनिक जीवन में महत्व पर जोर दिया। उन्होंने कहा- "योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि एक जीवन शैली है, जो हमें शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ रखती है। आज के तनावपूर्ण और व्यस्त जीवन में योग हमें संतुलन और शांति प्रदान करता है। मैं आप सभी से आह्वान करता हूँ कि योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाएँ और न केवल स्वयं को, बल्कि अपने परिवार और समाज को भी स्वस्थ और सकारात्मक बनाने में योगदान दें।"

उन्होंने यह भी कहा कि विद्यालय में नियमित रूप से योग सत्र आयोजित किए जाएंगे ताकि छात्र और शिक्षक इसका लाभ उठा सकें।

कार्यक्रम में उपस्थित सभी शिक्षक-शिक्षिकाओं ने योग सत्र में सक्रिय भागीदारी निभाई और इसे एक सकारात्मक और ऊर्जावान अनुभव बताया। योग सत्र के पश्चात सभी ने संकल्प लिया कि वे अपने जीवन में योग को अपनाएंगे और दूसरों को भी इसके लिए प्रेरित करेंगे। यह आयोजन न केवल योग के प्रति जागरूकता बढ़ाने में सफल रहा, बल्कि विद्यालय के समुदाय को एकजुट करने और स्वस्थ जीवनशैली को बढ़ावा देने में भी सफल रहा।



अंतराष्ट्रीय योग दिवस पर नवल्स नेशनल एकेडमी, तुर्कमानपुर में विशेष आयोजन

‘नवल्स एकेडमी बना योग साधना का केंद्र, गूंजा तन-मन की

शक्ति का संदेश’

"योग से रोशन हुई सुबह : नवल्स एकेडमी में सजी आध्यात्मिक ऊर्जा की महफिल", "योग दिवस पर नवल्स में दिवा अनुशासन और ऊर्जा का अद्भुत संगम", "नवल्स तुर्कमानपुर में योगोत्सव : नई पीढ़ी को मिला स्वास्थ्य का मंत्र", "तन भी तंदुरुस्त, मन भी प्रसन्न : नवल्स एकेडमी में योग दिवस की गूंज"

अजय कुमार श्रीवास्तव/शिक्षक संवाददाता

नवल्स तुर्कमानपुर। नवल्स नेशनल एकेडमी में 21 जून 2025 को 11वां अंतराष्ट्रीय योग दिवस पूरे उत्साह और जोश के साथ मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय के सभी छात्र-छात्राएँ, शिक्षकगण तथा स्टाफ सदस्य प्रातःकाल ही एकत्र हुए और सामूहिक योगाभ्यास किया।

योग अभ्यास की शुरुआत सूर्य नमस्कार और ध्यान से हुई। इसके पश्चात ताड़ासन, भुजंगासन, वज्रासन, अनुलोम-विलोम, कपालभाति आदि महत्वपूर्ण योगासनों का अभ्यास प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में कराया गया।

योग सत्र के बाद विद्यालय प्रांगण में सभी के चेहरों पर अद्भुत शांति, आत्मिक संतोष और नई ऊर्जा की चमक स्पष्ट रूप से दिखाई दी। छात्रों में अनुशासन, एकाग्रता तथा स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता जैसी सकारात्मक प्रवृत्तियाँ देखने को मिलीं।

विद्यालय के प्रधानाचार्य ने इस अवसर पर योग के महत्त्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि "योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है। यह न केवल शारीरिक स्वास्थ्य बल्कि मानसिक और आत्मिक शुद्धि का भी माध्यम है।"

इस सफल आयोजन में सभी विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और यह संकल्प लिया कि वे प्रतिदिन योग को अपने जीवन का हिस्सा बनाएँगे।

नवल्स नेशनल एकेडमी में मनाया गया यह योग दिवस न केवल एक आयोजन था, बल्कि विद्यार्थियों को स्वस्थ और संतुलित जीवन की ओर प्रेरित करने की दिशा में एक सराहनीय कदम भी था।

मुख्य बिंदु (Pointers)

- ☐ 21 जून 2025 को विद्यालय परिसर में 11वां अंतराष्ट्रीय योग दिवस हर्षोल्लास के साथ मनाया गया।
- ☐ छात्र-छात्राएँ, शिक्षक और स्टाफ प्रातः सामूहिक योग अभ्यास हेतु एकत्र हुए।
- ☐ योग सत्र की शुरुआत सूर्य नमस्कार और ध्यान से की गई।
- ☐ प्रशिक्षकों द्वारा ताड़ासन, भुजंगासन, वज्रासन, अनुलोम-विलोम, कपालभाति आदि का अभ्यास कराया गया।
- ☐ योग सत्र के बाद छात्रों में शांति, आत्म-संतोष और ऊर्जा का संचार दिखा।
- ☐ प्रधानाचार्य ने योग को भारतीय संस्कृति की धरोहर बताते हुए इसके मानसिक, शारीरिक और आत्मिक लाभ बताए।
- ☐ सभी विद्यार्थियों ने नियमित रूप से योग करने का संकल्प लिया।
- ☐ यह आयोजन छात्रों को संतुलित और स्वस्थ जीवन की ओर प्रेरित करने वाला सिद्ध हुआ।



21 जून 2026 को नवल्स नेशनल अकादमी, मोहनापुर में 12वाँ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस उत्साहपूर्वक मनाया गया

"नवल्स मोहनापुर में गूँजा योग का जयघोष : अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर अनुशासन, ऊर्जा और समर्पण का संगम"

♦ "योग के रंग में रंगा नवल्स मोहनापुर : अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का भव्य आयोजन", ♦ "स्वस्थ तन, शांत मन : नवल्स में योग दिवस पर ऊर्जा से लबरेज आयोजन", ♦ कार्यक्रम का संचालन श्रीमती क्षमा तिवारी, श्रीमती नीतू पांडेय और नवीन चंद्र शर्मा द्वारा किया गया।

डॉ शशि भूषण पाण्डेय/शिक्षक संवाददाता

नवल्स मोहनापुर। 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर नवल्स नेशनल अकादमी, के मोहनापुर ब्रांच में प्रधानाचार्या श्रीमती दीपिका सिंह के मार्गदर्शन में एक जोशपूर्ण योग सत्र का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम की जिम्मेदारी श्रीमती क्षमा तिवारी, श्रीमती नीतू पांडेय और श्री नवीन चंद्र शर्मा ने संभाली।

कार्यक्रम की शुरुआत प्रधानाचार्या श्रीमती दीपिका सिंह के प्रेरक भाषण से हुई, जिसमें उन्होंने शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य के लिए योग के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि कैसे योग विद्यार्थियों में अनुशासन, एकाग्रता और आंतरिक शांति को बढ़ावा देता है।

छात्रों और शिक्षकों ने उत्साहपूर्वक योगासन, प्राणायाम और ध्यान सत्र में भाग लिया। इस वर्ष के अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम "स्वयं और समाज के लिए योग" के तहत विभिन्न योग मुद्राओं का प्रदर्शन भी किया गया।

श्रीमती क्षमा तिवारी और श्रीमती नीतू पांडेय ने प्रतिभागियों को योगाभ्यास करवाया, जबकि नवीन चंद्र शर्मा ने तकनीकी प्रबंधन सुनिश्चित किया। कार्यक्रम का समापन एक स्वस्थ और संतुलित जीवनशैली के लिए दैनिक जीवन में योग को अपनाने के संकल्प के साथ हुआ।

यह आयोजन अत्यंत सफल रहा, जिसने योग की प्राचीन भारतीय परंपरा और उसके वैश्विक महत्व को लेकर जागरूकता फैलाई। सभी प्रतिभागी समग्र स्वास्थ्य और सद्भाव के प्रति नए उत्साह के साथ लौटे।

♦ मुख्य बिंदु (Pointers):

- ♦ आयोजन की अगुवाई प्रधानाचार्या श्रीमती दीपिका सिंह ने प्रेरणादायक भाषण के साथ की।
- ♦ योग सत्र में छात्रों और शिक्षकों ने उत्साहपूर्वक योगासन, प्राणायाम और ध्यान में भाग लिया।
- ♦ इस वर्ष की थीम "स्वयं और समाज के लिए योग" के अनुरूप विभिन्न योग मुद्राओं का प्रदर्शन किया गया।
- ♦ श्रीमती तिवारी और श्रीमती पांडेय ने योग अभ्यास का संचालन किया, श्री शर्मा ने तकनीकी व्यवस्थाएँ संभालीं।
- ♦ समापन पर सभी ने दैनिक जीवन में योग अपनाने का संकल्प लिया।
- ♦ आयोजन ने योग की भारतीय विरासत और उसके वैश्विक महत्व को सशक्त रूप से प्रस्तुत किया।



21 जून 2026 को नवल्स नेशनल अकादमी, मोहनापुर में 12वाँ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस उल्लासपूर्वक मनाया गया

"नवल्स मोहनापुर में गूंजा योग का जयघोष : अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर अनुशासन, ऊर्जा और समर्पण का संगम"

♦ "योग के रंग में रंगा नवल्स मोहनापुर : अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का भव्य आयोजन", ♦ "स्वस्थ तन, शांत मन : नवल्स में योग दिवस पर ऊर्जा से लबरेज आयोजन", ♦ कार्यक्रम का संचालन श्रीमती क्षमा तिवारी, श्रीमती नीतू पांडेय और नवीन चंद्र शर्मा द्वारा किया गया।



"योग से सजी सुबह: नवल्स खजनी में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का प्रेरणादायक आयोजन"

नवल्स खजनी में योग की गूंज : अनुशासन, ऊर्जा और जागरूकता का अद्भुत

"नवल्स एकेडमी, खजनी में मन, मस्तिष्क और शरीर का उत्सव-योग दिवस पर विशिष्ट कार्यक्रम"

शिक्षक संवाददाता

नवल्स खजनी। 21 जून 2025 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर एक विशेष योग सत्र का आयोजन किया गया। इस आयोजन का उद्देश्य शिक्षकों, विद्यार्थियों एवं अभिभावकों को योग के प्रति जागरूक करना और उन्हें मानसिक व शारीरिक रूप से स्वस्थ रखने की प्रेरणा देना था।

कार्यक्रम का संचालन विद्यालय के खेल शिक्षक नूर आजम द्वारा किया गया। उन्होंने विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को विभिन्न योगासन जैसे ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, वज्रासन और प्राणायाम की विधियों का अभ्यास करवाया। सभी शिक्षकों एवं विद्यार्थियों ने पूरे उत्साह और अनुशासन के साथ भाग लिया।

विद्यालय के प्रधानाचार्य अरुणेश पाण्डेय ने विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को संबोधित करते हुए योग के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि "योग केवल शरीर की तंदुरुस्ती नहीं, बल्कि मानसिक संतुलन व आत्मिक शांति का माध्यम भी है। यदि हर कोई इसे नियमित रूप से अपनाए, तो उसका संपूर्ण विकास संभव है।"

इस अवसर पर विद्यालय के समस्त शिक्षकगण, छात्र-छात्राएँ और शिक्षणेत्तर कर्मी उपस्थित रहे। कार्यक्रम का समापन शांति मंत्र और सामूहिक ध्यान के साथ किया गया। इस सफल आयोजन ने सभी को योग के प्रति एक नई प्रेरणा दी और इसे दैनिक जीवन में अपनाने के लिए उत्साहित किया।

मुख्य बिंदु (Pointers)

◆ नवल्स एकेडमी, खजनी शाखा में 21 जून 2025 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर विशेष योग सत्र का आयोजन।

◆ आयोजन का उद्देश्य विद्यार्थियों, शिक्षकों और अभिभावकों में योग के प्रति जागरूकता फैलाना।

◆ खेल शिक्षक श्री नूर आजम के निर्देशन में ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, वज्रासन व प्राणायाम का अभ्यास।

◆ विद्यार्थियों और शिक्षकों ने पूरे अनुशासन व उत्साह से योग सत्र में भाग लिया।

◆ प्रधानाचार्य अरुणेश पाण्डेय ने योग को मानसिक, शारीरिक और आत्मिक संतुलन का माध्यम बताया।

◆ शांति मंत्र और सामूहिक ध्यान के साथ कार्यक्रम का समापन।

◆ सफल आयोजन ने योग को जीवनशैली का हिस्सा बनाने की नई प्रेरणा दी।



अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर विद्यालय में भव्य योग कार्यक्रम का आयोजन, सूर्य नमस्कार, प्रार्थना और विभिन्न योगासनों का अभ्यास

‘नवल्स नेशनल अकैडमी, बक्शीपुर में धूमधाम से मनाया गया योग दिवस’

छात्रों ने अनुशासित तरीके से किया योगाभ्यास प्रधानाध्यापक शैलेन्द्र साहनी ने बताया योग का महत्व शिक्षकों ने बच्चों को किया नियमित योग के लिए प्रेरित

शैलजा मिश्रा/शिक्षक संवाददाता

नवल्स बक्शीपुर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर नवल्स नेशनल अकैडमी, बक्शीपुर में एक भव्य योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर विद्यालय के छात्र-छात्राओं, शिक्षकों एवं प्रधानाध्यापक ने सामूहिक योगाभ्यास कर योग के महत्व को आत्मसात किया।

कार्यक्रम की शुरुआत प्रार्थना और सूर्य नमस्कार से हुई। इसके पश्चात ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, वज्रासन, अनुलोम-विलोम एवं प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। बच्चों ने बड़ी रुचि और अनुशासन के साथ

योग क्रियाओं में भाग लिया। विद्यालय के प्रधानाध्यापक शैलेन्द्र साहनी ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा, "योग शारीरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ मानसिक और आत्मिक शांति का माध्यम है। हमें इसे अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए।"

शिक्षकों ने भी छात्रों को प्रतिदिन योगाभ्यास करने की प्रेरणा दी। कार्यक्रम के अंत में जलपान वितरित किया गया और 'योग ही जीवन है' का

संदेश देते हुए आयोजन का समापन हुआ। पूरे विद्यालय

परिवार ने यह संकल्प लिया कि वे स्वयं तो योग करेंगे ही, साथ ही परिवार व समाज को भी इसके लिए प्रेरित करेंगे।



बैबिनी विद्यालय में बच्चों और शिक्षकों ने योग से फैलाया स्वास्थ्य और अनुशासन का प्रकाश

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की अनुपम छटा : बैबिनी विद्यालय में गूंजा योग का स्वर

■ योग : भारतीय संस्कृति की धरोहर ■ योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि एक सम्पूर्ण जीवनशैली है जो शरीर, मन और आत्मा को संतुलित करता है। ■ यह अनुशासन, संयम और सकारात्मक सोच को बढ़ावा देता है।

ममता शुक्ला/शिक्षक संवाददाता

नवल्स बैबिनी। बैबिनी विद्यालय में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस बड़े उत्साह और अनुशासन के साथ मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय के छात्रों, शिक्षकों और शिक्षिकाओं ने मिलकर योग के महत्व को उजागर किया। बच्चों ने अपने घरों से योग करते हुए सुंदर और प्रेरणादायक वीडियो भेजे, जिन्हें विद्यालय में सराहा गया। वहीं दूसरी ओर, विद्यालय परिसर में उपस्थित शिक्षकों ने विभिन्न योगासनों का सजीव प्रदर्शन किया, जिससे परिसर में अनुशासन, समर्पण और शारीरिक-मानसिक संतुलन का अद्भुत संगम देखने को मिला। कार्यक्रम की शुरुआत विद्यालय प्रांगण में सूर्य नमस्कार और प्रार्थना से हुई, जिसके बाद ताड़ासन, वज्रासन, वृक्षासन, भुजंगासन, और अनुलोम-विलोम जैसे आसनों का क्रमिक प्रदर्शन किया गया। शिक्षकों का संयमित प्रदर्शन बच्चों के लिए प्रेरणा का स्रोत बना। योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए विद्यालय प्रधानाचार्य ने कहा कि "योग केवल शरीर को स्वस्थ रखने का माध्यम नहीं, बल्कि यह जीवन जीने की एक कला है। इसे अपनाकर हम तन, मन और आत्मा को संतुलित कर सकते हैं।"

इस आयोजन ने छात्रों में न केवल स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता उत्पन्न की, बल्कि उन्हें नियमित योग को जीवन का हिस्सा बनाने की प्रेरणा भी दी। विद्यालय ने यह स्पष्ट किया कि आज की भागदौड़ भरी जीवनशैली में योग ही वह साधन है, जो मानसिक तनाव से मुक्ति और सकारात्मक जीवन दृष्टिकोण प्रदान कर सकता है। कुल मिलाकर, बैबिनी विद्यालय में योग दिवस का यह आयोजन एक अनुकरणीय पहल के रूप में उभरा, जिसने शिक्षा के साथ-साथ जीवन मूल्यों को भी मजबूती प्रदान की।

मुख्य बिंदु

विद्यालय में विशेष आयोजन

- बैबिनी विद्यालय में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया।
- बच्चों ने घर से योग करते हुए सुंदर और प्रेरणादायक वीडियो भेजे।
- शिक्षक-शिक्षिकाओं ने विद्यालय में भौतिक रूप से उपस्थित होकर विभिन्न योगासनों का अनुशासित प्रदर्शन किया।

प्रेरणादायक वातावरण

- योग प्रदर्शन का दृश्य अत्यंत सौंदर्यपूर्ण और प्रेरणास्पद रहा।
- इस आयोजन ने छात्रों के साथ-साथ शिक्षकों में भी स्वास्थ्य और अनुशासन के प्रति जागरूकता को प्रोत्साहित किया।

योग : जीवन का अभिन्न अंग

- इस आयोजन ने सभी को योग को अपने दैनिक जीवन में अपनाने की प्रेरणा दी।
- बच्चों में बचपन से ही योग की आदत डालने का यह प्रयास सराहनीय रहा।



बैबिनी विद्यालय में बच्चों और शिक्षकों ने योग से फैलाया स्वास्थ्य और अनुशासन का प्रकाश

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की अनुपम छटा : बैबिनी विद्यालय में गूंजा योग का स्वर

■ योग : भारतीय संस्कृति की धरोहर ■ योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि एक सम्पूर्ण जीवनशैली है जो शरीर, मन और आत्मा को संतुलित करता है। ■ यह अनुशासन, संयम और सकारात्मक सोच को बढ़ावा देता है।



भारत के ईरान और इस्राइल से संबंधों के सामयिक निहितार्थ

अजय तिवारी

भारत और ईरान के तात्कालिक संबंधों के निहितार्थ (Implications) बहुआयामी हैं, और इनके राजनीतिक, आर्थिक, सामरिक तथा सांस्कृतिक पहलू भी हैं। यह भारत के लिए रणनीतिक दृष्टि से महत्वपूर्ण है क्योंकि यह पाकिस्तान को बाईपास करके अफगानिस्तान और मध्य एशिया तक इसकी पहुंच है।



ईरान भारत की ऊर्जा सुरक्षा में भागीदार है, और भारत के लिए पश्चिम एशिया में एक स्थिर और विश्वसनीय सहयोगी रहा है। साथ ही ईरान भारत का प्रमुख तेल आपूर्तिकर्ता रहा है (हालांकि अमेरिकी प्रतिबंधों के कारण इसमें कमी आई है)।

भारत ईरान में गैस और तेल क्षेत्र में निवेश करता रहा है। भारत-ईरान व्यापार में फार्मास्यूटिकल्स, चावल, चाय, इस्पात व खनिज आदि प्रमुख हैं। INSTC (International North-South Transport Corridor) के माध्यम से भारत को रूस और यूरोप तक एक वैकल्पिक व्यापार मार्ग मिलता है।

भारत और ईरान आतंकवाद विरोधी सहयोग में रुचि रखते हैं, खासकर अफगानिस्तान और मध्य एशिया में। दोनों देश बहुध्रुवीय विश्व व्यवस्था के समर्थक हैं।

भारत और ईरान के बीच ऐतिहासिक और सांस्कृतिक संबंध बहुत पुराने हैं – भाषा, साहित्य, कला और स्थापत्य में गहरा प्रभाव।

सूफी परंपरा और फारसी भाषा का भारतीय संस्कृति पर व्यापक प्रभाव रहा है। भारत और ईरान के संबंध भारत की पश्चिम एशिया नीति, ऊर्जा सुरक्षा, रणनीतिक संतुलन, और भू-आर्थिक अवसरों के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। हालांकि, इन संबंधों पर अमेरिका-ईरान संबंधों और क्षेत्रीय राजनीति का प्रभाव भी पड़ता है। भारत को विवेकपूर्ण संतुलन बनाए रखते हुए इन संबंधों को आगे बढ़ाना होता है।

भारत और ईरान के संबंध केवल कूटनीतिक दायरे तक सीमित नहीं हैं, बल्कि वे सांस्कृतिक, ऐतिहासिक और भू-राजनीतिक स्तर पर गहराई से जुड़े हुए हैं। प्राचीन काल में आर्यों की समान जड़ों से लेकर मध्यकालीन भारत में फारसी भाषा के प्रभाव और व्यापारिक संपर्क तक, इन दोनों सभ्यताओं ने एक-दूसरे को निरंतर प्रभावित किया है। आधुनिक राष्ट्र-राज्यों के रूप में 1950 के दशक में जब भारत और ईरान के बीच औपचारिक राजनयिक संबंध स्थापित हुए, तब से यह रिश्ता समय-समय पर वैश्विक घटनाओं के प्रभाव में ढलता रहा है।

शीत युद्ध काल में भारत गुटनिरपेक्ष रहा, जबकि ईरान अमेरिकी खेमे का हिस्सा बना। इसके बावजूद दोनों देशों के बीच ऊर्जा, व्यापार और सांस्कृतिक सहयोग बना रहा। 1979 की इस्लामी क्रांति के बाद ईरान की विदेश नीति में बुनियादी बदलाव आए और उसका झुकाव अमेरिका विरोध की ओर हो गया। भारत ने इस परिवर्तन के बावजूद संबंधों को बनाए रखा और व्यावहारिकता को प्राथमिकता देते हुए ईरान से ऊर्जा की आपूर्ति जारी रखी। ईरान भारत के लिए न केवल एक प्रमुख तेल निर्यातक रहा है, बल्कि उसकी भौगोलिक स्थिति भारत के लिए सामरिक दृष्टि से भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। जब पाकिस्तान ने भारत को अफगानिस्तान तक पहुंच से वंचित किया, तब ईरान के चाबहार बंदरगाह ने भारत के लिए एक वैकल्पिक द्वार खोल दिया।

चाबहार परियोजना भारत, ईरान और अफगानिस्तान के त्रिकोणीय सहयोग का प्रतीक है, जो भारत को मध्य एशिया और यूरोप से जोड़ने की रणनीतिक क्षमता प्रदान करती है। इसके समानांतर भारत ने ईरान के साथ अंतर्राष्ट्रीय उत्तर-दक्षिण परिवहन गलियारा (INSTC)



चाबहार बंदरगाह : यह बंदरगाह भारत, ईरान और अफगानिस्तान के बीच व्यापार का एक वैकल्पिक मार्ग प्रदान करता है, जिससे पाकिस्तान को बायपास किया जा सकता है।

सामरिक गहराई : ईरान में भारत की उपस्थिति मध्य एशिया और अफगानिस्तान तक उसके प्रभाव को बढ़ाती है।

उच्च तकनीक, रक्षा सहयोग और कृषि नवाचार (इस्राइल के साथ)

सुरक्षा और रक्षा : भारत इस्राइल से उन्नत हथियार प्रणालियाँ, ड्रोन और रडार तकनीक खरीदता है। दोनों देशों के बीच खुफिया जानकारी साझा करने का भी एक मजबूत तंत्र है।

कृषि और जल प्रबंधन : इस्राइल की ड्रिप इरिगेशन और जल पुनर्चक्रण तकनीक

भारत की कृषि में क्रांति ला रही है।

साइबर और इनोवेशन : इस्राइल भारत के लिए एक महत्वपूर्ण साइबर सुरक्षा और तकनीकी नवाचार का स्रोत है।

राजनयिक संतुलन भारत दोनों देशों के बीच संघर्ष या टकराव में किसी एक का पक्ष नहीं लेता। भारत ने फिलिस्तीन के साथ भी अपने पारंपरिक समर्थन को जारी रखा है जबकि इस्राइल से संबंधों को मजबूत किया है – यह "स्ट्रैटेजिक ऑटोनोंमी" का एक उदाहरण है।

भू-राजनीतिक जोखिम, ईरान-इस्राइल तनाव: जब इन दोनों देशों के बीच तनाव बढ़ता है, तो भारत को अपनी कूटनीति को संतुलित करने में दिक्रत होती है।

अमेरिकी प्रभाव : अमेरिका के ईरान

पर प्रतिबंध भारत की ऊर्जा सुरक्षा को प्रभावित करते हैं, जबकि इस्राइल के साथ भारत के घनिष्ठ संबंध अमेरिका को अनुकूल रहते हैं।

भारत की नीति "बहु-ध्रुवीय संतुलन" (Multi-alignment) पर आधारित है। भारत अपने राष्ट्रीय हितों को प्राथमिकता देते हुए दोनों देशों के साथ संबंध बनाए रखना चाहता है –

इस्राइल से तकनीक और सुरक्षा सहयोग, और ईरान से ऊर्जा और क्षेत्रीय संपर्क।

यह संतुलन भारत की स्वतंत्र विदेश नीति और वैश्विक शक्ति के रूप में उभरने की रणनीति का हिस्सा है।..

जैसी परियोजनाओं में भी भागीदारी की है, जिससे रूस और यूरोप तक माल ढुलाई में समय और लागत दोनों की बचत होती है।

हालांकि, भारत-ईरान संबंधों को कई चुनौतियों का भी सामना करना पड़ा है। अमेरिका द्वारा ईरान पर लगाए गए प्रतिबंधों के कारण भारत को तेल आयात बंद करना पड़ा और कई आर्थिक परियोजनाएं प्रभावित हुईं। ईरान और चीन के बीच हुए 25 वर्षीय रणनीतिक समझौते ने भी भारत की चिंताओं को बढ़ाया है, क्योंकि इससे चीन को ईरान के रणनीतिक संसाधनों और बुनियादी ढांचे में बड़ी पैठ मिलती है।

इन सबके बीच एक और महत्वपूर्ण तत्व है – इस्राइल। भारत और इस्राइल के संबंध 1992 के बाद से निरंतर प्रगाढ़ हुए हैं। रक्षा, साइबर सुरक्षा, कृषि तकनीक और जल प्रबंधन जैसे क्षेत्रों में इस्राइल भारत का घनिष्ठ सहयोगी बन गया है।

आज भारत इस्राइल से अरबों डॉलर के रक्षा उपकरण प्राप्त करता है और दोनों देशों के बीच खुफिया जानकारी साझा करने की गहराई भी बढ़ी है।

यहाँ भारत की कूटनीतिक स्थिति अत्यंत जटिल हो जाती है क्योंकि इस्राइल और ईरान के बीच संबंध कटु और संघर्षपूर्ण हैं। ईरान इस्राइल को अपने अस्तित्व के लिए खतरा मानता है और क्षेत्रीय संगठनों जैसे हिज्बुल्लाह और हमास को समर्थन देता है। वहीं इस्राइल ईरान को

परमाणु हथियार प्राप्त करने से रोकने हेतु प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष प्रयास करता रहा है। ऐसे में भारत को दोनों देशों के साथ संबंधों में संतुलन बनाए रखना एक बड़ी कूटनीतिक चुनौती है।

भारत ने अब तक एक संयमित नीति अपनाई है। वह ईरान के साथ व्यापार और रणनीतिक सहयोग को महत्व देता है, वहीं इस्राइल के साथ रक्षा और तकनीकी साझेदारी को भी प्राथमिकता देता है। भारत अक्सर इन दोनों के बीच तनाव की स्थिति में शांति की अपील करता है और किसी एक पक्ष के प्रति झुकाव से बचता है। लेकिन इस संतुलन को बनाए रखना अब और कठिन हो गया है, विशेष रूप से ऐसे समय में जब अमेरिका का झुकाव स्पष्ट रूप से इस्राइल की ओर है और भारत अमेरिकी सहयोग को भी रणनीतिक रूप से महत्व देता है। ईरान की दृष्टि से देखा जाए तो भारत की ओर से कई बार अपेक्षित सहयोग में कमी आई है, जैसे चाबहार रेल परियोजना में विलंब और तेल आयात में कटौती। ईरान इसे भारत की प्रतिबद्धता में कमी के रूप में देखता है। वहीं इस्राइल भारत के ईरान के साथ संबंधों को संदेह की दृष्टि से देखता है और आशंका व्यक्त करता है कि इससे भारत की पश्चिम एशिया नीति दोहरी हो सकती है। इस संदर्भ में भारत की नीति को "रणनीतिक स्वायत्तता" के सिद्धांत के तहत समझा जा सकता है, जिसमें वह अपने राष्ट्रीय हितों को सर्वोपरि रखते हुए

बहुपक्षीय साझेदारी विकसित करता है। भारत का लक्ष्य किसी ध्रुवीय राजनीति में शामिल हुए बिना ऊर्जा सुरक्षा, रणनीतिक संपर्क, रक्षा आधुनिकीकरण और वैश्विक भूमिका को संतुलित करना है।

यह स्पष्ट है कि भारत के लिए ईरान और इस्राइल दोनों ही आवश्यक हैं लेकिन अलग-अलग कारणों से। एक से भारत को ऊर्जा और संपर्क मार्ग मिलते हैं, तो दूसरे से प्रौद्योगिकी और सुरक्षा सहायता। इसलिए भारत को 'issue-based alignment' की नीति पर चलते हुए हर मुद्दे पर अपने दीर्घकालिक हितों को ध्यान में रखते हुए निर्णय लेना होगा। यही नीति भारत को वैश्विक मंच पर स्वतंत्र, संतुलित और दीर्घकालिक रणनीतिक ताकत के रूप में स्थापित कर सकती है।

भारत के लिए ईरान और इस्राइल दोनों के साथ संबंधों का गहरा रणनीतिक, आर्थिक और भू-राजनीतिक निहितार्थ है। इन दोनों देशों के बीच भारत की संतुलनकारी कूटनीति उसके राष्ट्रीय हितों को ध्यान में रखते हुए बहुत ही सावधानीपूर्वक संचालित होती है। आइए इसे प्रमुख बिंदुओं में समझते हैं:

ऊर्जा सुरक्षा और रणनीतिक सहयोग (ईरान के साथ) तेल और गैस: ईरान भारत के लिए एक महत्वपूर्ण ऊर्जा आपूर्तिकर्ता रहा है। अमेरिका के प्रतिबंधों के बावजूद भारत ने कई बार ईरान से तेल खरीद की रणनीति अपनाई है।

"योग दिवस पर चिंतन : आधुनिक जीवनशैली में योग की अनिवार्यता"

अजय तिवारी...

हर वर्ष 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाया जाना न केवल भारत की एक प्राचीन परंपरा को वैश्विक मंच पर प्रतिष्ठा दिलाता है, बल्कि यह आधुनिक जीवन की चुनौतियों के समाधान की ओर भी एक महत्वपूर्ण संकेत करता है। आज जब हम तकनीकी प्रगति, शहरीकरण और उपभोक्तावादी जीवनशैली के युग में जी रहे हैं, तब योग की प्रासंगिकता पहले से कहीं अधिक बढ़ गई है। यह केवल एक व्यायाम पद्धति नहीं, बल्कि एक जीवन-दर्शन है जो शरीर, मन और आत्मा के संतुलन की बात करता है।

आधुनिक जीवनशैली की चुनौतियाँ

वर्तमान युग की जीवनशैली तेजी, तनाव और प्रतिस्पर्धा पर आधारित है। लोग अधिक काम करते हैं, कम सोते हैं, असंतुलित आहार लेते हैं और व्यायाम के लिए समय नहीं निकाल पाते। मानसिक तनाव, चिंता, अवसाद, उच्च रक्तचाप, मोटापा, मधुमेह जैसी बीमारियाँ अब सामान्य हो गई हैं। तकनीकी यंत्रों पर अत्यधिक निर्भरता ने सामाजिक संबंधों को भी प्रभावित किया है। इस 'भागमभाग' की संस्कृति ने व्यक्ति को अपनी जड़ों से काट दिया है। शांति और संतुलन जैसे शब्द अब केवल पुस्तकों में सीमित होते जा रहे हैं। ऐसे में, योग एक संजीवनी की तरह कार्य करता है — जो न केवल शरीर को स्वस्थ रखता है, बल्कि मन को भी स्थिर और एकाग्र करता है।



सरकारी प्रयास और समाज की भागीदारी

भारत सरकार द्वारा योग को जन-जन तक पहुँचाने के लिए अनेक पहलों की गई हैं। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुरुआत भी इसी दिशा में एक ऐतिहासिक कदम था। प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी द्वारा संयुक्त राष्ट्र में योग दिवस की प्रस्तावना करना और उसका सार्वभौमिक समर्थन प्राप्त करना भारत के सांस्कृतिक नेतृत्व का प्रमाण है।

किन्तु केवल सरकारी प्रयास पर्याप्त नहीं। समाज, विद्यालय, धार्मिक संस्थाएँ और स्वयंसेवी संगठन यदि योग को जीवन का हिस्सा बनाने हेतु सक्रिय हों, तो यह आंदोलन जनआंदोलन बन सकता है।

योग आज के युग में विलासिता नहीं, आवश्यकता है। यह आधुनिक जीवन की अशांति, विक्षिप्ता और रोगों का उपचार है। जब मानवता अपने मूल्यों से विचलित हो रही है, तब योग उसे आत्मा की आवाज़ सुनने की शक्ति देता है। योग दिवस केवल एक दिन नहीं, बल्कि यह स्मरण है कि हम अपने भीतर की ओर लौटें, स्वयं को पहचानें और जीवन के सच्चे अर्थ को जानें।

इसलिए, आइए इस योग दिवस पर हम यह संकल्प लें कि योग को केवल एक दिन का आयोजन न बनाएं, बल्कि अपने जीवन की दैनिक आदतों में शामिल करें — ताकि एक स्वस्थ, शांत और समरस समाज की रचना की जा सके।

योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि एक सम्पूर्ण जीवनशैली है जो शरीर, मन और आत्मा को संतुलन में लाने का कार्य करता है। इसके नियमित अभ्यास से व्यक्ति मानसिक शांति, शारीरिक स्वास्थ्य और आत्मिक उन्नति प्राप्त कर सकता है। योग तनाव, चिंता, अनिद्रा जैसे मानसिक विकारों को दूर करता है तथा उच्च रक्तचाप, मधुमेह, मोटापा जैसी शारीरिक बीमारियों में भी लाभदायक सिद्ध होता है।

वर्तमान समय में जब जीवनशैली अत्यंत व्यस्त एवं तनावपूर्ण हो गई है, योग की उपयोगिता और भी अधिक बढ़ गई है। यह न केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य का संरक्षण करता है, बल्कि समाज में भी शांति और समरसता की भावना को बढ़ावा देता है। इस प्रकार, योग मानव जीवन को संतुलित, स्वस्थ और सकारात्मक बनाने का एक प्रभावी माध्यम है। अतः हमें इसे अपने दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाना चाहिए।



"योग केवल काया की गति नहीं, आत्मा की अनुभूति है।"

"योग: स्वस्थ जीवन की ओर पहला कदम"

"अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस: एक वैश्विक स्वास्थ्य अभियान"

"योग की शक्ति: तन, मन और आत्मा का संतुलन"

"योग: भारतीय संस्कृति की विश्व को भेंट"

योग : एक समग्र समाधान

योग मात्र शारीरिक आसनों की श्रृंखला नहीं है। यह आठ अंगों पर आधारित एक संपूर्ण जीवनशैली है — यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि। योग व्यक्ति को बाह्य जगत से भीतर की ओर ले जाता है। यह आत्मनिरीक्षण, आत्मसंयम और आत्मविकास का मार्ग है।

शारीरिक स्वास्थ्य के लिए योग

योग के नियमित अभ्यास से शरीर में लचीलापन, शक्ति और संतुलन आता है। यह इम्यून सिस्टम को मजबूत करता है और विभिन्न रोगों से लड़ने की क्षमता बढ़ाता है। प्राणायाम और आसनों के माध्यम से फेफड़ों की कार्यक्षमता बढ़ती है, जिससे सांस संबंधी समस्याएँ दूर होती हैं।

मानसिक स्वास्थ्य के लिए योग

ध्यान (Meditation) और प्राणायाम तनाव को कम करने में अत्यंत प्रभावी हैं। यह मस्तिष्क को शांत और एकाग्र बनाते हैं, जिससे निर्णय क्षमता और कार्यक्षमता में वृद्धि होती है। अवसाद और चिंता जैसी मानसिक समस्याओं में योग अत्यंत लाभकारी सिद्ध हुआ है।

सामाजिक और आध्यात्मिक संतुलन के लिए योग

योग अहिंसा, सत्य, अपरिग्रह जैसे सिद्धांतों पर आधारित है। यह व्यक्ति को एक उत्तरदायी नागरिक और संवेदनशील मानव बनाता है। आध्यात्मिक दृष्टि से, योग आत्मा और परमात्मा के मिलन का माध्यम है, जो व्यक्ति को आध्यात्मिक शांति और संतोष प्रदान करता है।

शिक्षा, कार्यस्थल और परिवार में योग की भूमिका

आज के समय में स्कूलों, कॉलेजों और कार्यस्थलों में योग को शामिल करना समय की आवश्यकता बन चुका है। बचपन से ही योग की शिक्षा बच्चों को न केवल शारीरिक रूप से स्वस्थ बनाती है, बल्कि मानसिक रूप से भी संतुलित बनाती है। कार्यालयों में योग के लिए छोटे-छोटे ब्रेक और सत्र कार्यक्षमता और मनोबल को बढ़ा सकते हैं। परिवारों में सामूहिक योग का अभ्यास आपसी संबंधों को भी मजबूत बनाता है।

नवल्स राप्तीनगर में गूँजा साइबर जागरूकता का संदेश-

सीबीएसई कार्यशाला में शिक्षकों को मिला डिजिटल सुरक्षा का पाठ

● नवल्स नेशनल एकेडमी में सीबीएसई द्वारा आयोजित शिक्षक प्रशिक्षण शिविर ● साइबर सिक्योरिटी पर केंद्रित रहा दो दिवसीय जागरूकता सत्र ● श्रीमती रीना सिंह और प्रवीण तिवारी ने किया तकनीकी और नैतिक पहलुओं पर मार्गदर्शन

विवेकानंद तिवारी/शिक्षक संवाददाता

नवल्स राप्तीनगर। केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड (सीबीएसई) द्वारा आयोजित एक शिक्षक प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया। इस शिविर का मुख्य विषय साइबर सिक्योरिटी रहा, जिसका उद्देश्य शिक्षकों को डिजिटल युग में बढ़ती साइबर चुनौतियों से अवगत कराना और उन्हें सुरक्षित ऑनलाइन वातावरण बनाने के लिए सशक्त करना था।

कार्यक्रम का प्रारंभ माँ सरस्वती के माल्यार्पण, दीप प्रज्वलन और सरस्वती वंदना के साथ हुआ।

नवल्स नेशनल एकेडमी के प्रधानाचार्य अजीत दीक्षित ने इस अवसर पर उपस्थित दोनों प्रशिक्षकों, श्रीमती रीना सिंह (प्रधानाचार्य, सावित्री पब्लिक स्कूल, गोरखपुर) और प्रवीण कुमार तिवारी (प्रवक्ता, सनबीम सनसिटी, करसाना, वराणसी) का पुष्प गुच्छ भेंट कर हार्दिक स्वागत किया।

अपने स्वागत भाषण में दीक्षित ने साइबर सिक्योरिटी के महत्व पर प्रकाश डाला और शिक्षकों से इस प्रशिक्षण का अधिकतम लाभ उठाने का आह्वान किया। उन्होंने कहा, "आज के डिजिटल युग में शिक्षकों की भूमिका केवल ज्ञान प्रदान करने तक सीमित नहीं है, बल्कि उन्हें विद्यार्थियों को सुरक्षित डिजिटल व्यवहार के प्रति जागरूक करना भी आवश्यक है।"

*साइबर सिक्योरिटी का महत्व

प्रशिक्षण सत्र में श्रीमती रीना सिंह ने साइबर सिक्योरिटी के विभिन्न पहलुओं पर विस्तार से चर्चा की। उन्होंने बताया कि साइबर अपराध जैसे फिशिंग, डेटा चोरी, और सोशल मीडिया दुरुपयोग आज के समय में गंभीर चुनौतियाँ बन गए हैं। उन्होंने शिक्षकों को सलाह दी कि वे विद्यार्थियों को पासवर्ड सिक्योरिटी, सुरक्षित इंटरनेट उपयोग, और डिजिटल फुटप्रिंट के प्रति जागरूक करें।*

श्रीमती सिंह ने कहा, "शिक्षक न केवल विद्यार्थियों को तकनीकी शिक्षा प्रदान करें, बल्कि उन्हें नैतिक और सुरक्षित ऑनलाइन व्यवहार के लिए भी प्रेरित करें।"

प्रवीण कुमार तिवारी ने अपने सत्र में साइबर सिक्योरिटी के तकनीकी पहलुओं पर जोर दिया। उन्होंने डेटा एन्क्रिप्शन, फायरवॉल, और एंटीवायरस सॉफ्टवेयर के महत्व को समझाया। साथ ही, उन्होंने शिक्षकों को साइबर हमलों से बचाव के लिए व्यावहारिक उपाय सुझाए, जैसे नियमित सॉफ्टवेयर अपडेट, दो-कारक प्रमाणीकरण (Two-Factor Authentication), और संदिग्ध लिंक से बचने की सलाह। उन्होंने शिक्षकों से आग्रह किया कि वे अपने विद्यार्थियों को साइबर सिक्योरिटी के प्रति जागरूक करने के लिए कक्षा में इंटरैक्टिव गतिविधियाँ शामिल करें।

शिविर में उपस्थित शिक्षकों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्रशिक्षण सत्र के दौरान शिक्षकों ने साइबर सिक्योरिटी से संबंधित विभिन्न प्रश्न पूछे और अपने अनुभव साझा किए। कई शिक्षकों ने सुझाव दिया कि साइबर सिक्योरिटी को स्कूल पाठ्यक्रम का हिस्सा बनाया जाना चाहिए ताकि विद्यार्थियों को प्रारंभिक स्तर से ही इसके प्रति जागरूक किया जा सके। प्रशिक्षण में इंटरैक्टिव गतिविधियों और केस स्टडीज के माध्यम से शिक्षकों को साइबर खतरों से निपटने के लिए व्यावहारिक प्रशिक्षण भी प्रदान किया गया।

कार्यक्रम के समापन पर अजीत दीक्षित ने दोनों प्रशिक्षकों, श्रीमती रीना सिंह और प्रवीण कुमार तिवारी, का उनके ज्ञानवर्धक और प्रेरणादायक सत्रों के लिए आभार व्यक्त किया। उन्होंने सीबीएसई के इस प्रयास की सराहना की और आशा व्यक्त की कि इस तरह के प्रशिक्षण भविष्य में भी आयोजित किए जाएंगे।

यह प्रशिक्षण शिविर शिक्षकों के लिए न केवल ज्ञानवर्धक रहा, बल्कि उन्हें डिजिटल युग की चुनौतियों से निपटने के लिए भी सशक्त बनाया। साइबर सिक्योरिटी जैसे महत्वपूर्ण विषय पर जागरूकता बढ़ाने में यह आयोजन एक महत्वपूर्ण कदम साबित हुआ। शिक्षकों ने इस प्रशिक्षण से प्राप्त ज्ञान को अपने विद्यार्थियों तक पहुँचाने का संकल्प लिया, ताकि एक सुरक्षित और जागरूक डिजिटल समाज का निर्माण हो सके।

