



कार्यालय प्राचार्य, महारानी लक्ष्मीबाई कला एवं वाणिज्य महाविद्यालय, ग्वालियर (म. प्र.)
(शासकीय स्वशासी उत्कृष्ट महाविद्यालय)

NAAC द्वारा मूल्यांकित 'A' ग्रेड, दिसम्बर 2014

Email: hegmlbaaccgwa@mp.gov.in

Phone: 0751-2372199

सूचना

महाविद्यालय के समस्त छात्र – छात्राओं को सूचित किया जाता है कि हार्टफुलनेस निबंध लेखन प्रतियोगिता (Online) कार्यक्रम 2026 का आयोजन किया जा रहा है।

इस निबंध लेखन में सहभागिता करने हेतु इच्छुक समस्त छात्र – छात्राएँ अपने नाम डॉ. विभा दूर्वार/राजनीति विज्ञान विभाग में दिनांक 20/09/2026 तक लिखवाना सुनिश्चित करें।

विधार्थियों द्वारा "स्वीकार्यता विकास का प्रतीक है" विषय पर 750 शब्द सीमा का निबंध लेखन किया जाना है।

विधार्थी नीचे दी गई जानकारी के अनुसार निबंध लिखकर डॉ. विभा दूर्वार/राजनीति विज्ञान विभाग में दिनांक 20/09/2026 तक जमा करना सुनिश्चित करें।

विषय : "स्वीकार्यता विकास का प्रतीक है"

शब्द : 750

भाषा : हिन्दी/अंग्रेजी/बंगाली/गुजराती/कन्नड़/सलयालम/मराठी/उड़िया/
पंजाबी/तमिल/तेलुगु/आसामी

आयु : 19-25 वर्ष


समन्वयक


14/08/2026

PRINCIPAL

M.L.B. ARTS & COMMERCE COLLEGE
Govt. Autonomous And Excellence College
Gwalior (M.P.)



From Wonder, World in
Heartfulness Education Trust

हार्टफुलनेस निबंध लेखन कार्यक्रम 2026

आयोजक

हार्टफुलनेस एजुकेशन ट्रस्ट व श्री रामचंद्र मिशन

श्री रामचंद्र मिशन एक लाभ निरपेक्ष शैक्षिक एवं आध्यात्मिक सेवा संस्था है। सन् 1945 में अपनी स्थापना के बाद, पिछले 75 वर्ष से यह संस्था वैश्विक शांति एवं सामंजस्य के लिए ध्यान के माध्यम से हृदय पर आधारित जीवन को प्रोत्साहित करती रही है। यह उन 1600 गैर सरकारी संगठनों में से एक है जो संयुक्त राष्ट्र के जनसूचना विभाग (UNDPI) से संबंधित हैं। अखिल भारतीय निबंध लेखन कार्यक्रम लगभग तीन दशकों से श्री रामचंद्र मिशन का प्रमुख कार्यक्रम रहा है और सन् 2005 से यह संयुक्त राष्ट्र जनसूचना केंद्र (भारत एवं भूटान) के साथ भागीदारी में आयोजित किया जा रहा है जिसके तहत भारत में 25000 से अधिक संस्थाओं से संपर्क किया जा चुका है। सन् 2019 से इस कार्यक्रम का नाम बदलकर हार्टफुलनेस निबंध लेखन कार्यक्रम कर दिया गया है और सन् 2020 में पहली बार यूनेस्को एम.जी.आई.ई.पी. (महात्मा गांधी इंस्टीट्यूट ऑफ एजुकेशन फॉर पीस एंड सस्टेनेबल डेवलपमेंट) के सहयोग से वैश्विक स्तर पर इसका आरंभ किया गया। इसके बाद दो वर्षों तक राष्ट्रमंडल के साथ सहयोग किया गया।

यह इस कार्यक्रम का चौतीसवाँ क्रमागत वर्ष भी है।

हार्टफुलनेस एजुकेशन ट्रस्ट (HET) ने युवाओं के लिए कई शैक्षिक कार्यक्रमों को विकसित किया है। इनमें शामिल हैं जूनियर स्कूल के छात्रों के लिए 'व हार्टफुलनेस वे' पाठ्यक्रम जिसका उद्देश्य है उनमें सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों की समझ एवं स्वीकार्यता लाना (जैसा अंतर्राष्ट्रीय शिक्षा आयोग द्वारा यूनेस्को को इक्वीसर्वी सदी के लिए प्रस्तुत रिपोर्ट में अनुशंसित है), संज्ञानात्मक और सहज ज्ञान युक्त क्षमताओं के विकास के लिए 'ब्राइटर माइंड्स' कार्यक्रम, सीनियर स्कूल के छात्रों के लिए जीवन-कौशल विकसित करने का 'हेल्प' (HELP) कार्यक्रम और विश्वविद्यालयों के छात्रों के लिए 'हार्टफुल कैपस' नामक पहला शिक्षकों के लिए एक 'इंस्पायर' (INSPIRE) नामक कार्यक्रम भी कई वर्षों से चल रहा है। इन कार्यक्रमों का विवरण www.heartfulness.org/education पर उपलब्ध है।

युवाओं के लिए एक आमंत्रण

युवावस्था असीम संभावनाओं का समय है। यह जीवन की वह अवस्था है जो अवसरों से भरी है जिनका आप लाभ उठा सकते हैं बशर्ते आप इसके लिए तैयार हों और अपने समग्र विकास के लिए दिल से प्रयास करने के इच्छुक हों। जहाँ शिक्षा हमें अपनी शारीरिक एवं बौद्धिक क्षमताओं को उत्कृष्टतम स्तर तक विकसित करने में मदद करती है और एक प्रतिस्पर्धी जगत में कामयाब होने के लिए तैयार करती है, वहाँ हमारे विकास का एक ऐसा पहलू भी है जिसे प्रायः उतना महत्व नहीं दिया जाता जितना देना चाहिए - हमारे आंतरिक अस्तित्व का विकास। शरीर, मन व हृदय के एकसाथ विकास के बिना हम संतुलित व्यक्ति नहीं बन सकते, जो अपने जीवन की ज़िम्मेदारी उठा सकें। इसलिए हमें उत्कृष्टता के साथ-साथ संतुलन प्राप्त करने का भी प्रयास करना चाहिए - मन व हृदय के बीच, बाह्य व आंतरिक के बीच तथा सोच व भावनाओं के बीच संतुलन। हार्टफुलनेस निबंध लेखन कार्यक्रम के माध्यम से हम आप सभी को अपने आंतरिक क्षेत्र में उतरने, हृदय की उस हल्की सी आवाज़ के साथ सामंजस्य स्थापित करने जो कभी भी हमें मार्गदर्शन देने से नहीं चूकती और दिए गए विषय पर अपनी भावनाओं को शब्दों में व्यक्त करने के लिए आमंत्रित करते हैं। इस प्रकार हम आपको हृदय से मार्गदर्शन लेने के लिए प्रोत्साहित करते हैं।

इस कार्यक्रम में भाग लेने के लिए कोई शुल्क नहीं लिया जाता।

- सभी निबंध हमारी वेबसाइट (hfn.link/essayevent) पर निम्नलिखित निर्देशों के अनुसार अपलोड किए जाने चाहिए। ईमेल व डाक द्वारा प्राप्त निबंधों को मान्यता नहीं दी जाएगी।

प्रतिभागियों के लिए श्रेणियाँ एवं विषय -

श्रेणी 1 [आयु 14-18 वर्ष] शब्द सीमा 500

श्रेणी 1 का विषय -

मेरी अनुमति के बिना कोई भी मुझे आहत नहीं कर सकता।

श्रेणी 2 [आयु 19-25 वर्ष] शब्द सीमा 750

श्रेणी 2 का विषय -

स्वीकार्यता विकास का प्रतीक है।

निबंध लेखन के लिए अधिकृत भाषाएँ

आप अपना निबंध निम्नलिखित में से किसी एक भाषा में लिख सकते हैं -

हिंदी, अंग्रेज़ी, बंगाली, गुजराती, कन्नड़, मलयालम, मराठी, उड़िया, पंजाबी, तमिल, तेलुगु, आसामी

भाग लेने के लिए दिशा-निर्देश

कार्यक्रम में भाग लेने के लिए कृपया नीचे दिए गए दिशानिर्देशों का पालन करें -

क) संस्थागत प्रतिभागिता (संस्थाओं द्वारा निबंध जमा करना)

आयोजन में भाग लेने के इच्छुक सभी संस्थानों को अपने संस्थान का विवरण हमारी वेबसाइट (hfn.link/essayevent) पर पंजीकृत करना होगा।

संस्थागत प्रतिभागिता के लिए पंजीकरण खुला है।

निबंध जमा करने का विवरण प्राप्त करने के लिए छात्र दिशा-निर्देशों को हमारी वेबसाइट से डाउनलोड कर सकते हैं।

ख) निबंध सीधे जमा करना (डायरेक्ट सबमिशन)

14 - 25 वर्ष की आयु के सभी युवा जिन्होंने किसी भी संस्थान में दाखिला नहीं लिया है, वे भी इस कार्यक्रम में सीधे भाग ले सकते हैं।

निबंध अपलोड करने के चरण "निबंध जमा करने के दिशा-निर्देश" नामक आलेख में उपलब्ध हैं जिसे हमारी वेबसाइट से डाउनलोड किया जा सकता है।

प्रतिभागियों के लिए सामान्य दिशा-निर्देश -

क) प्रतिभागी अपनी श्रेणी के लिए निर्दिष्ट निबंध लिखने के लिए 12 वैकल्पिक भाषाओं में से किसी एक का चयन कर सकते हैं।

ख) सभी प्रविष्टियाँ ए4 साइज शीट पर होनी चाहिए। निबंध काली या नीली स्याही से हस्तलिखित हो सकता है या कंप्यूटर में प्रत्येक भाषा के लिए निर्धारित लिपि में टाइप किया जा सकता है।

ग) निबंध के प्रत्येक पृष्ठ पर प्रतिभागी का नाम, पिता का नाम, आयु, संस्था का नाम लिखा होना चाहिए।

घ) श्रेणी 1 (आयु 14-18 वर्ष) के लिए शब्द सीमा 500 है और इसका कड़ाई से पालन किया जाना चाहिए।

ङ) श्रेणी 2 (आयु 19-25 वर्ष) के लिए शब्द सीमा 750 है और इसका कड़ाई से पालन किया जाना चाहिए।

च) कृपया अंतिम परिच्छेद के बाद अपने निबंध की कुल शब्द-संख्या का उल्लेख करें।

छ) जमा की गई प्रविष्टियों में कोई अपील, चित्र या प्रचार-वाक्य नहीं होने चाहिए।

- ज) हमारी वेबसाइट पर निबंध की स्कैन की गई प्रति (अधिकतम साइज 3MB) अपलोड की जानी चाहिए। लिंक - hfn.link/essayevent.
- झ) निबंध जमा करने की विस्तृत जानकारी हमारी वेबसाइट पर "जमा करने के दिशा-निर्देश" नामक आलेख में डाउनलोड करने के लिए उपलब्ध है।

दोनों श्रेणियों के लिए मूल्यांकन के मानदंड

प्रतिभागी छात्रों के पास विषय पर शोध करने का विकल्प है क्योंकि यह किसी जगह जाकर तुरंत जमा करने वाली प्रतियोगिता नहीं है। सभी निबंध अनिवार्य रूप से लेखक की मौलिक कृति होना चाहिए और उसमें किसी भी लिए गए सन्दर्भ या उद्धरण की सूचना होनी चाहिए।

क) सभी जमा की गई प्रविष्टियों का मूल्यांकन निम्नलिखित मानदंडों के आधार पर प्रत्येक भाषा के लिए एक निर्णायक समिति द्वारा किया जाएगा -

- | | |
|---------------------------------------|-------------|
| 1. विषय परिचय / व्याख्या | : महत्व 10% |
| 2. संरचना और प्रवाह | : महत्व 10% |
| 3. भाषा | : महत्व 10% |
| 4. मौलिकता | : महत्व 20% |
| 5. विषय के लिए विचारों की प्रासंगिकता | : महत्व 40% |
| 6. अनुसंधान/विवरणों पर ध्यान | : महत्व 5% |
| 7. निष्कर्ष | : महत्व 5% |

ख) इस कार्यक्रम का उद्देश्य पूरा करने हेतु, निबंध में विषय पर लेखक के निजी अनुभव या विचार व्यक्त होने चाहिए। मौलिकता एवं विचारों की प्रासंगिकता का अधिकतम महत्व है।

ग) किताबों या इंटरनेट से किसी भी प्रकार की साहित्यिक चोरी को स्वीकार नहीं किया जाएगा।

घ) सभी पुरस्कार निर्णायक मंडल के पूर्ण विवेक पर निर्भर होंगे और उनका निर्णय अंतिम होगा।

ड) सूचना पत्रक और प्रलायर के अंग्रेजी संस्करण में दी गई जानकारी का आशय अन्य सभी अनुवादित संस्करणों पर लागू होगा।

किसी भी प्रकार के स्पष्टीकरण या मदद के लिए कृपया यहाँ लिखें : essayevent@heartfulness.org

निबंध कार्यक्रम के लिए पुरस्कार एवं प्रमाण-पत्र

व्यक्तिगत छात्र प्रतिभागियों के लिए

प्रथम एवं द्वितीय विजेता - दोनों श्रेणियों में 12 अधिकृत भाषाओं में से प्रत्येक में प्रथम एवं द्वितीय को एक ट्रॉफी और प्रमाण-पत्र दिया जाएगा।

स्थान के अनुरूप प्रमाण पत्र - 12 भाषाओं में से प्रत्येक में दोनों श्रेणियों में तीसरे से दसवें स्थान पर आनेवाले निबन्धों को स्थान के अनुरूप स्मरणार्थक वस्तु एवं प्रमाण पत्र प्रदान किए जाएंगे।

योग्यता प्रमाण पत्र - 12 भाषाओं में से प्रत्येक में दोनों श्रेणियों में चयन के अंतिम दौर के लिए निर्णायक समिति द्वारा चुनी गई सर्वश्रेष्ठ 10% प्रविष्टियों को एक ई-मेरिट प्रमाणपत्र प्रदान किया जाएगा।

भागीदारी का प्रमाण पत्र - दिशानिर्देशों के अनुसार भागीदारी मानदंड का पालन करने वाले सभी प्रतिभागियों को भागीदारी ई-प्रमाण पत्र प्रदान किए जाएंगे।

कुछ प्रतिभागियों को सर्वे प्रश्नों के लिए चयन के अंतिम दौर के रूप में निर्णायक समिति द्वारा टेल्फोन या वीडियो कॉल पर साक्षात्कार के लिए बुलाया जा सकता है। निर्णायक समिति के पास प्रस्तुत निबंधों में से किसी को स्वीकार या अस्वीकृत घोषित करने का अधिकार होगा और उनका निर्णय अंतिम होगा।

प्रतिभागी संस्थानों के लिए प्रशंसा प्रमाणपत्र -

स्वयं प्रशंसा प्रमाणपत्र - 300 से अधिक निर्बंध बना करने वाली संस्थाओं के लिए

स्वतंत्र प्रशंसा प्रमाणपत्र - 200 से अधिक निर्बंध बना करने वाली संस्थाओं के लिए

कांस्थ प्रशंसा प्रमाणपत्र - 100 से अधिक निर्बंध बना करने वाली संस्थाओं के लिए

महत्वपूर्ण तिथियां

संस्थाओं का पंजीकरण (अंश) - 1 जुलाई 2026

ऑनलाइन प्रविष्टियां बना करने की प्रारंभिक तिथि - 15 जुलाई 2026

प्रविष्टियां बना करने की अंतिम तिथि - 30 सितंबर 2026

निबंधों की घोषणा - 31 दिसंबर 2026



heartfulness
purity weaves destiny



HEARTFULNESS ESSAY EVENT 2026

Organised by :
Heartfulness Education Trust and Shri Ram Chandra Mission



TOPICS:

Category 1 (14-18 years) 500 words
No one can hurt me without my permission.
मेरी अनुमति के बिना कोई भी मुझे आहत नहीं कर सकता।

Category 2 (19-25 years) 750 words
Acceptance is a sign of evolution.
स्वीकार्यता विकास का प्रतीक है।



For detailed guidelines please visit: hfn.link/essayevent
For any clarifications please write to us at: essayevent@heartfulness.org

Supported by:

Brighter
Minds

