कार्यालय–प्राचार्य
आचार्य पंथ श्री गृंध मुनि नाम साहेब शासकीय स्नातकोत्तरमहाविद्यालय, कवर्धा
(अग्रणी महाविद्यालय) जिला–कबीरधाम, छत्तीसगढ़
E-mail:govtpgcollege.kawardha@gmail.com

कवर्धा, दिनांक. 25.08.2025

# // सूचना //

# हार्टफुलनेस निबंध प्रतियोगिता 2025

महाविद्यालय मे अध्ययनरत् समस्त छात्र/छात्राओं को सूचित किया जाता है कि केटेगरी – 02 के अन्तर्गत (19 से 25 वर्ष) के छात्र/छात्राओं के लिए **हार्टफुलनेस निबंध प्रतियोगिता 2025 का आयोजन किया जा रहा है।**

निबंध का विषय :–

''प्रकृति के साथ सामंजस्य मे रहना। मानव विकास के लिए पूर्व अपेक्षित है।'' (Being in tune with Nature is a Prerequisite for Human evolution)

इच्छुक प्रतिभागी उपरोक्त विषय में निबंध 750 शब्दों में हिन्दी या अंग्रेजी भाषा में लिख सकते है। निबंध लिखकर भेजने की अंतिम तिथि 30 सितम्बर 2025 है।

**टीप :– 1. अन्य आवश्यक दिशा निर्देश प्राप्त करने के लिए सूचना के साथ अटेच प्रपत्र का अवलोकन करें।**

**2. संबंधित जानकारी के लिए श्री नरेन्द्र कुमार कुलमित्र, सहायक प्राध्यापक हिन्दी, मोबाईल नं.– 9755852479 से संपर्क कर सकते है।**

प्राचार्य
आचार्य पंथ श्री गृंध मुनि नाम साहेब
शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, कवर्धा
जिला – कबीरधाम(छ0ग0)

heartfulness
advancing in love

The Commonwealth

# HEARTFULNESS ESSAY EVENT 2025

Organised by :
**Heartfulness Education Trust** and **Shri Ram Chandra Mission**
in collaboration with **The Commonwealth**

Supported by:
Brighter Minds Enriching Young Minds
EducationWorld

## TOPICS:

**Category 1 (14-18 years)** 500 words

Individual evolution is not possible without the support of others.

व्यक्तिगत विकास दूसरों की सहायता के बिना संभव नहीं है।

**Category 2 (19-25 years)** 750 words

Being in tune with Nature is a prerequisite for human evolution.

प्रकृति के साथ सामंजस्य में रहना मानव विकास के लिए पूर्व अपेक्षित है।

For detailed guidelines please visit: hfn.link/essayevent

For any clarifications please write to us at: essayevent@heartfulness.org

# Heartfulness Essay Event 2025

Organised by

SHRI RAM CHANDRA MISSION & HEARTFULNESS EDUCATION TRUST

In collaboration with

THE COMMONWEALTH

## INVITATION TO PARTICIPATE

Age group : 14 to 25 years as on 30th September 2025

### SUBMISSION THROUGH INSTITUTION

- Check if your institution has registered on our website. Institution registration and submission open from 1st August 2025
- Collect the submission link from coordinator
- Write your essay in any ONE of the approved languages on A4 size paper
- Save/Scan your essay as a pdf file. Maximum file size 3 MB
- Scan you institution ID card as a pdf file. Maximum file size 1 mb.
- Upload and submit your essay using the submission link shared by your coordinator.
- Last date of Submission : 30th September 2025

### DIRECT SUBMISSION

- Direct Link for submission will start from 1st August
- No registration required to participate
- Write your essay in any ONE of the approved languages on A4 size paper
- Save/Scan your essay as a pdf file. Maximum file size 3 MB
- Scan any of your age proof document as a pdf file. Maximum file size 1 mb.
- Upload and submit your essay on our website hfn.link/essayevent by clicking on the Direct submission tab
- Last date of Submission : 30th September 2025

For details/criteria for participation please visit

Click

hfn.link/essayevent

### LANGUAGES OFFERED

English, Hindi, Assamese, Bengali, Gujarati, Kannada, Malayalam, Marathi, Odiya, Punjabi, Tamil, Telegu

Supported by Brighter Minds Enriching Young Minds, EducationWorld

For clarifications write to essayevent@heartfulness.org

# हार्टफुलनेस निबंध लेखन कार्यक्रम 2025

आयोजक

हार्टफुलनेस एजुकेशन ट्रस्ट व श्री रामचंद्र मिशन

सहयोगी

राष्ट्रमंडल

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 ग़ैर 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 गाँधी इंस्टीट्यूट ऑफ़ एजुकेशन फ़ॉर पीस एंड सस्टेनेबल डेवलपमेंट) के सहयोग से वैश्विक स्तर पर इसका आरंभ किया गया।

यह कार्यक्रम राष्ट्रमंडल के सहयोग से लगातार दूसरे वर्ष आयोजित किया जा रहा है। यह इस कार्यक्रम का तैंतीसवाँ 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 'द हार्टफुलनेस वे' पाठ्यक्रम जिसका उद्देश्य है उनमें सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों की समझ एवं स्वीकार्यता लाना (जैसा अंतर्राष्ट्रीय शिक्षा आयोग द्वारा यूनेस्को को इक्कीसवीं 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 कैंपस' नामक पहल। 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 -**
**व्यक्तिगत विकास दूसरों की सहायता के बिना संभव नहीं है।**

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

**श्रेणी** 2 **का विषय -**
**प्रकृति के साथ सामंजस्य में रहना मानव विकास के लिए पूर्व अपेक्षित 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 साइज़ 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। 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 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 विषय 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।

ङ) सूचना पत्रक और फ़्लायर के अंग्रेज़ी 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 ट्रॉफ़ी 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 जाएँगे।

**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 जाएँगे।

कुछ प्रतिभागियों को शीर्ष पुरस्कारों के लिए चयन के अंतिम दौर के रूप में निर्णायक समिति द्वारा टेलीफ़ोन या वीडियो कॉल पर साक्षात्कार के लिए बुलाया जा सकता है। निर्णायक समिति के पास प्रस्तुत निबंधों में से किसी को स्वीकार या अयोग्य घोषित करने का अधिकार होगा और उसका निर्णय अंतिम होगा।

**प्रतिभागी संस्थानों के लिए प्रशंसा प्रमाणन -**
**स्वर्ण प्रशंसा प्रमाणपत्र - 300 से अधिक निबंध जमा करने वाली संस्थाओं के लिए**
**रजत प्रशंसा प्रमाणपत्र - 200 से अधिक निबंध जमा करने वाली संस्थाओं के लिए**
**कांस्य प्रशंसा प्रमाणपत्र -** 1**00 से अधिक निबंध जमा करने वाली संस्थाओं के लिए**

**महत्वपूर्ण तिथियाँ**

**प्रविष्टियाँ** जमा करने के लिए लिंक खुलने की तिथि **-** 1 **अगस्त, 202**5
प्रविष्टियाँ जमा करने की अंतिम तिथि – 3**0 सितंबर, 202**5
विजेताओं की घोषणा **– 31 दिसंबर 202**5

## निबंध जमा करने के लिए दिशा-निर्देश

1. प्रतिभागी अपनी श्रेणी के लिए निर्दिष्ट विषय पर निबंध लिखने के लिए **12 वैकल्पिक भाषाओं में से किसी एक** का चयन कर सकते हैं। **केवल एक** ही निबंध प्रस्तुत किया जा सकता है। एक से अधिक भाषाओं में प्रस्तुत निबंध अस्वीकार कर दिए जाएँगे।
2. प्रतिभागियों को अपने आयु वर्ग के आधार पर सही श्रेणी चुननी होगी और उपयुक्त विषय पर लिखना होगा।
3. निबंध टाइप किए हुए या **A4 आकार** के कागज़ पर स्पष्टता से हस्तलिखित होने चाहिए। हस्तलिखित निबंधों में काली या नीली स्याही का प्रयोग होना चाहिए।
4. निबंध के **प्रत्येक पृष्ठ पर** निम्नलिखित विवरण अवश्य लिखें -

- प्रतिभागी का नाम
- पिता का नाम
- आयु
- संस्थान का नाम (यदि लागू हो)

**5. शब्द सीमा का कड़ाई से पालन किया जाना चाहिए।**
**श्रेणी 1 (आयु 14-18):** निबंध **500 शब्दों** के भीतर होना चाहिए।
**विषय - व्यक्तिगत विकास दूसरों की सहायता के बिना संभव नहीं है।**

**श्रेणी 2 (आयु 19-25):** निबंध **750 शब्दों** में होना चाहिए।
**विषय - प्रकृति के साथ सामंजस्य में रहना मानव विकास के लिए पूर्व अपेक्षित है।**

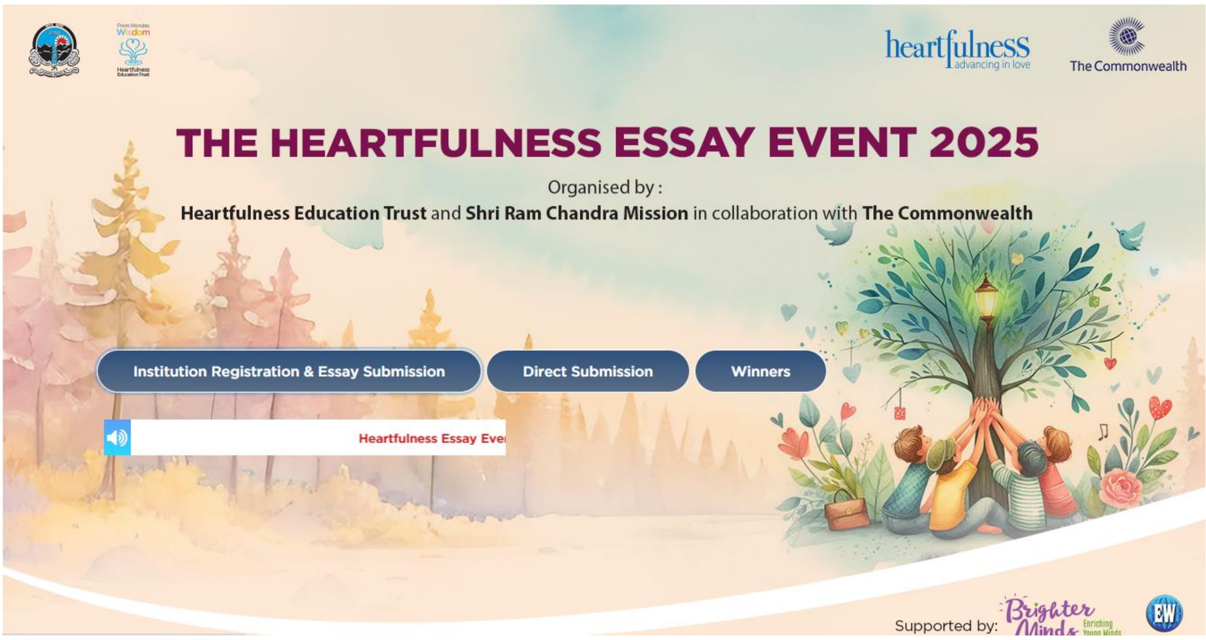
6. कृपया अंतिम परिच्छेद के बाद अपने निबंध की **कुल शब्द-संख्या** का उल्लेख करें।
7. जमा की गई प्रविष्टियों में कोई अपील, चित्र या प्रचार-वाक्य **नहीं** होने चाहिए।
8. इस कार्यक्रम के उद्देश्य को पूरा करने के लिए, निबंध में लेखक के विषय पर निजी अनुभव या विचार व्यक्त होने चाहिए। **मौलिकता एवं विषय की प्रासंगिकता का अधिकतम महत्व है|**
9. किताबों या इंटरनेट से किसी भी प्रकार की साहित्यिक चोरी मान्य नहीं है।
10. भरे हुए **प्रतिभागी सूचना पत्र को पहले पृष्ठ के रूप में स्कैन करना होगा**, उसके बाद निबंध को स्कैन करना होगा और **एक पीडीएफ़ फ़ाइल** के रूप में सेव करना होगा।
11. एक हस्तलिखित निबंध को एक डॉक्यूमेंट के रूप में स्कैन अथवा फोटो के रूप में सेव करके एक पीडीएफ फ़ाइल बनाई जा सकती है| आप अपने मोबाइल पर डॉक्यूमेंट स्कैन करने वाले किसी भी सॉफ्टवेयर को डाउनलोड कर सकते हैं जैसे 'एडोबी स्कैन', ताकि आप पीडीएफ़ फ़ाइल बना कर सेव कर सकें|
12. फ़ाइल का साइज़ **3 MB से ज़्यादा नहीं** होना चाहिए|
13. आयु प्रमाण पत्र को PDF फ़ाइल के रूप में स्कैन करें। सुनिश्चित करें कि फ़ाइल का साइज़ 1 MB से कम हो।
14. **अपना निबंध जमा करने से पहले सुनिश्चित करें कि आपके इंटरनेट का कनेक्शन अच्छा है| इसके लिए कृपया अच्छे वाई-फाई/ हॉटस्पॉट / लीज्ड लाइन कनेक्शन का उपयोग करें| निबंध जमा करने से पहले सभी दस्तावेज़ों को पुनः जाँच लें|**
15. सभी स्कैन की गई पीडीऍफ़ फ़ाइल वेबसाइट पर दिए गए उपयुक्त सबमिशन लिंक का उपयोग करके जमा की जानी चाहिए।
16. **ईमेल या डाक द्वारा भेजे गए निबंध को स्वीकार नहीं किया जाएगा।**

17. **सफलतापूर्वक निबंध जमा करने के बाद, स्क्रीन पर प्रदर्शित अपना नामांकन क्रमांक (एनरोलमेंट नंबर) नोट करें।**

18. हमारी वेबसाइट पर पंजीकृत संस्थानों की सूची खोजकर जाँच करें कि क्या आपके संस्थान ने निबंध कार्यक्रम में भाग लेने के लिए पंजीकरण कराया है। यदि पंजीकृत हैं, तो अपने संस्थान समन्वयक से जमा करने के तरीके की पुष्टि करें। आप निबंध जमा करने के लिंक का उपयोग करके अथवा अपने संस्थान के समन्वयक को निबंध देकर, अपना निबंध जमा कर सकते हैं|

19. यदि आपका संस्थान इस कार्यक्रम में भाग नहीं ले रहा है, केवल तभी आप अपना **निबंध सीधे जमा कर सकते हैं**| कार्यक्रम में सीधे भाग लेने वाले प्रतिभागी 'डायरेक्ट सबमिशन' के लिंक के खुलने के बाद अपनी स्कैन की हुई प्रतियों को जमा कर सकते हैं। ऐसे में आयु प्रमाण पत्र अनिवार्य होगा| अपने किसी भी आयु प्रमाण पत्र को स्कैन करके उसकी सॉफ़्ट कॉपी रखें जिसका अधिकतम साइज़ 1 MB होना चाहिए|

20. **निबंध जमा करने के लिए हमारी वेबसाइट** https://hfn.link/essayevent पर संबंधित सबमिशन टैब पर क्लिक करें।

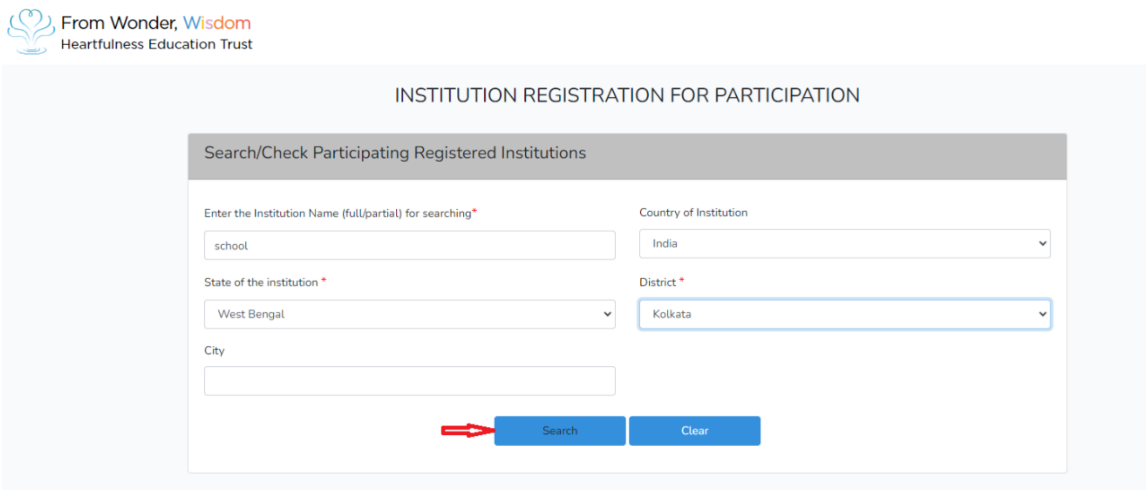



**1) पंजीकृत संस्थाओं द्वारा निबंध जमा करना**

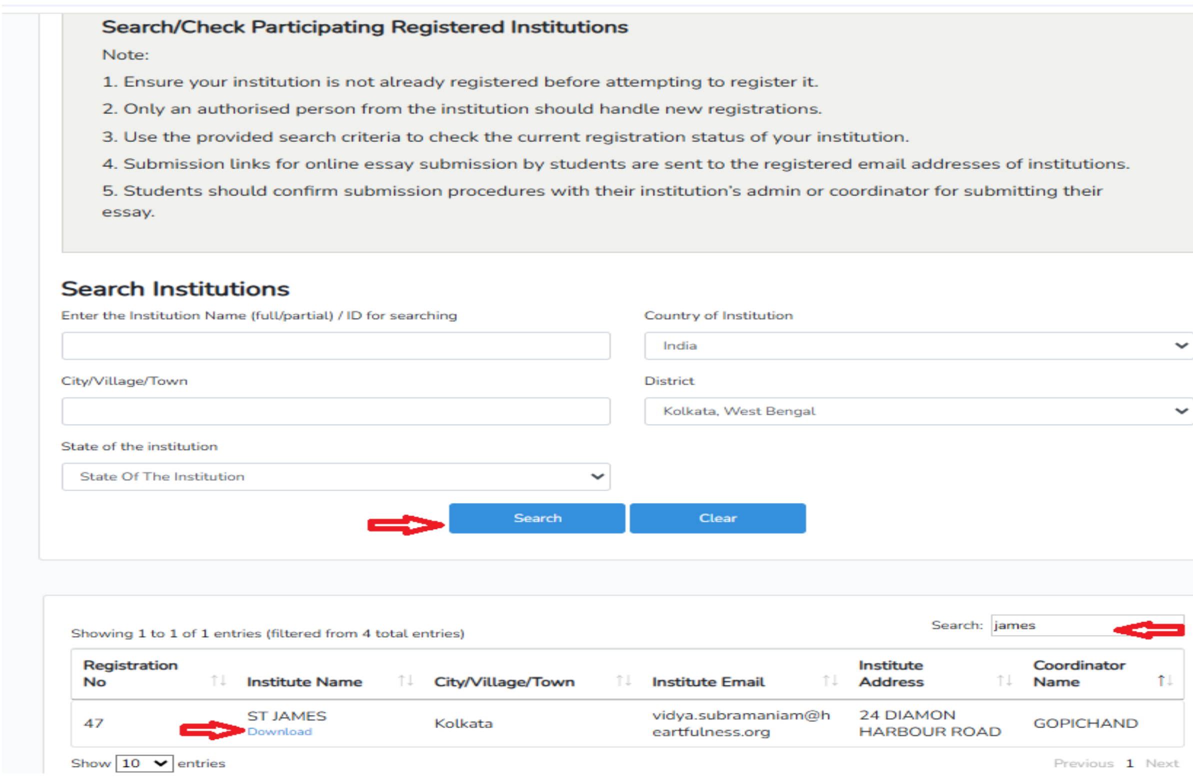
क) संस्थान को हमारी वेबसाइट पर उपलब्ध “Institution Registration & Essay Submission” टैब का उपयोग करके पंजीकरण करना होगा|

(संस्था का पंजीकरण केवल संस्था के एडमिन / कोऑर्डिनेटर द्वारा ही किया जाना चाहिए)

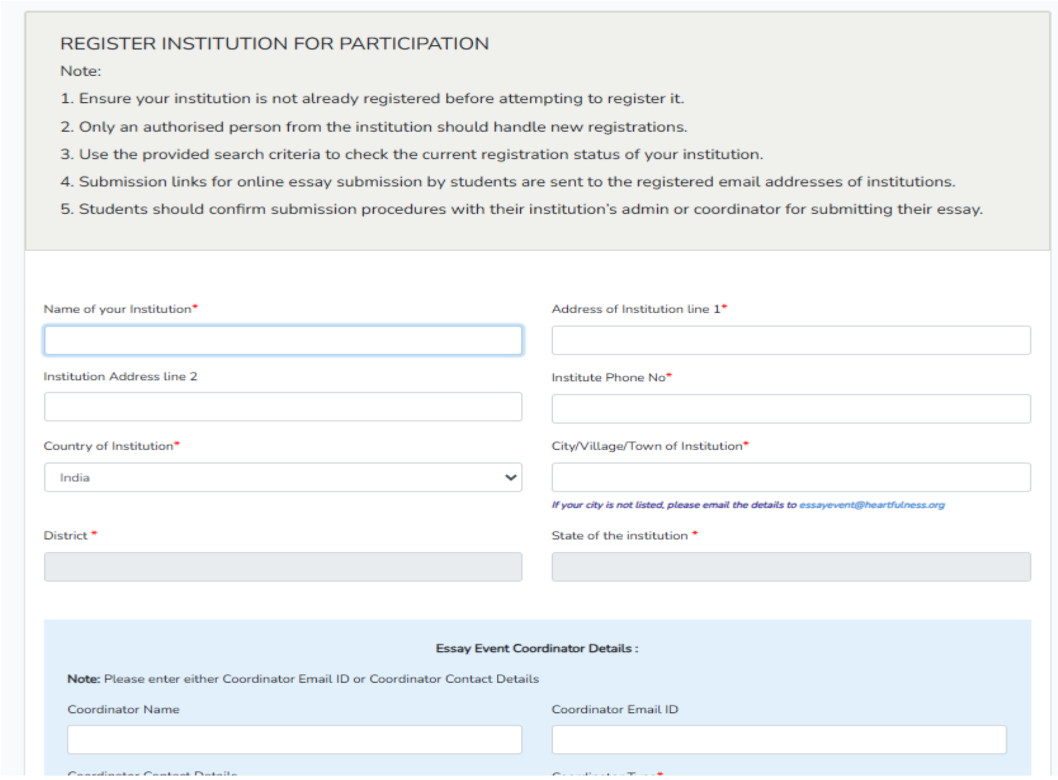
ख) यह जाँचने के लिए कि क्या आपका संस्थान पहले से पंजीकृत है, आंशिक विवरण और "*" से चिह्नित अन्य अनिवार्य फ़ील्ड दर्ज करें और "Search" बटन पर क्लिक करें।




ग) खोज मानदंडों से मेल खाने वाले पंजीकृत संस्थान प्रदर्शित किए जाएँगे। छात्रों के लिए प्रतिभागी सूचना पत्र संस्थान के सामने दिए गए डाउनलोड बटन पर क्लिक करके डाउनलोड की जा सकती है।




घ) यदि संस्थान सूचीबद्ध नहीं है, तो संस्था का एडमिन / कोऑर्डिनेटर अपनी संस्था का पंजीकरण करने के लिए "Add NEW INSTITUTE " पर क्लिक करके अपनी संस्था का विवरण भर सकता है| इससे उनके छात्र कार्यक्रम में भाग ले पाएँगे|



REGISTER INSTITUTION FOR PARTICIPATION

Note:

1. Ensure your institution is not already registered before attempting to register it.
2. Only an authorised person from the institution should handle new registrations.
3. Use the provided search criteria to check the current registration status of your institution.
4. Submission links for online essay submission by students are sent to the registered email addresses of institutions.
5. Students should confirm submission procedures with their institution's admin or coordinator for submitting their essay.

Name of your Institution*

Address of Institution line 1*

Institution Address line 2

Institute Phone No*

Country of Institution*

India

City/Village/Town of Institution*

*If your city is not listed, please email the details to essayevent@heartfulness.org*

District *

State of the institution *

**Essay Event Coordinator Details :**

**Note:** Please enter either Coordinator Email ID or Coordinator Contact Details

Coordinator Name

Coordinator Email ID

ङ) यदि आपकी संस्था भाग लेने के लिए पंजीकृत है तो उसका विवरण प्रदर्शित होगा| छात्र को अपनी संस्था के समन्वयक ( कोऑर्डिनेटर) से निबंध जमा करने का तरीका पूछना होगा| संस्था इनमें से किसी भी विकल्प को चुन सकती है -

I. संस्था छात्रों को निबंध ऑनलाइन जमा करने के लिए लिंक दे सकती है| **यह लिंक पंजीकरण के समय पंजीकृत ईमेल पर हम ही भेजते हैं|**

II. छात्रों द्वारा हस्तलिखित निबंध को प्रतिभागी सूचना पत्र के साथ एकत्रित करके कोऑर्डिनेटर द्वारा संस्था के लॉगिन क्रेडेंशियल का उपयोग करके केंद्रीय रूप से निबंध जमा किए जा सकते हैं|

(लॉगिन क्रेडेंशियल प्राप्त करने के लिए एडमिन या कोऑर्डिनेटर हमें essayevent@heartfulness.org पर ईमेल द्वारा अनुरोध कर सकते हैं|)

च) निबंध जमा करने के लिए छात्र / संस्था को संस्था के नाम के आगे निबंध जमा करने के लिंक पर क्लिक करना होगा| सभी अनिवार्य क्षेत्र ठीक से भरें -

- प्रतिभागी का नाम
- पिता / माता / अभिभावक का नाम
- आयु
- लिंग
- प्रतिभागी की आयु के अनुसार प्रतिभागिता क्षेणी अपनेआप चुन ली जाएगी|
- स्कैन किया हुआ निबंध पीडीएफ़ अपलोड करें। सुनिश्चित करें कि भागीदारी सूचना पर्ची फ़ाइल के पहले पृष्ठ पर हो।
- सुनिश्चित करें कि निबंध ठीक से अपलोड हुआ है| सकी पुष्टि करने के लिए प्रीव्यू देखें।
- यदि वह ठीक से अपलोड न हुआ हो तो पुनः अपलोड किया जा सकता है|

- सभी घोषणाओं पर सही का निशान लगाएँ।
- सभी प्रविष्टियों की समीक्षा करें और जमा करने के लिए सबमिट पर क्लिक करें। **जमा करने के बाद किसी भी परिवर्तन पर विचार नहीं किया जाएगा।**

सफलतापूर्वक निबंध जमा करने के सन्देश के साथ आपका एनरोलमेंट नंबर स्क्रीन पर दिखाई देगा| ध्यान से एनरोलमेंट नंबर को नोट कर लें|

**2) निबंध को सीधे जमा करना (डॉयरेक्ट सबमिशन)**

क) हमारी वेबसाइट पर "**डॉयरेक्ट** सबमिशन" पर क्लिक करें।

ख) प्रतिभागी सूचना पत्र में प्रस्तुत सभी जानकारियाँ भरें| जिन जगहों पर * का चिन्ह हैं, उन्हें भरना अनिवार्य है|

ग) अपना ईमेल आई.डी. डालें| आपके द्वारा डाले गए ईमेल आई.डी. को प्रमाणित किया जाना आवश्यक है|

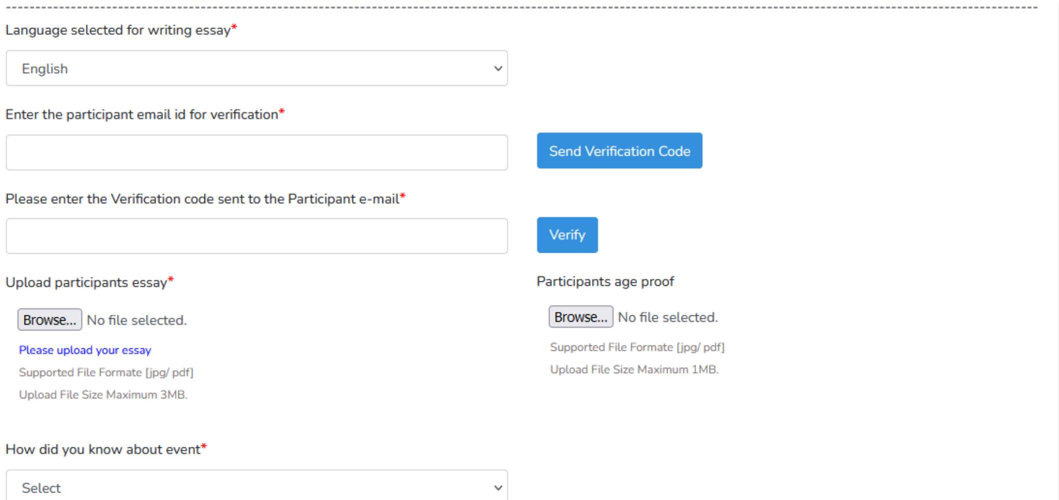
घ) "Send Verification Code (प्रमाणीकरण कोड भेजें)" पर क्लिक करें|

ङ) आपके द्वारा डाले गए ईमेल आई.डी. पर एक प्रमाणीकरण कोड भेजा जाएगा|

च) भेजे गए प्रमाणीकरण कोड के लिए प्रतिभागी के ईमेल के इनबॉक्स में चेक करें| यदि वहाँ आपको प्रमाणीकरण कोड नहीं मिलता है तो कृपया ईमेल के स्पैम / जंक फोल्डर में चेक कर लें| जब तक आपको कोड न मिल जाए, निबंध जमा करने का पृष्ठ सक्रिय रखें|

छ) प्रमाणित करने के लिए दी गई जगह में, आपके ईमेल आई.डी. पर भेजा गया प्रमाणीकरण कोड डालें|

ज) "Verify (प्रमाणित करें)' पर क्लिक करें

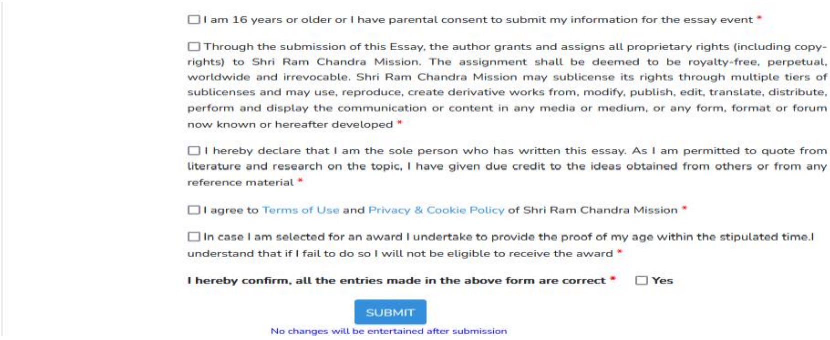



झ) "ब्राउज़" विकल्प का उपयोग करके अपने निबंध की पीडीएफ़ अपलोड करें। | सुनिश्चित करें कि फ़ाइल का साइज़ 3 Mb से कम है|

ञ) अपना आयु प्रमाण-पत्र अपलोड करें| सुनिश्चित करें कि फ़ाइल का साइज़ 1 Mb से कम है|

ट) “आपको इस कार्यक्रम के बारे में कैसे पता चला” के लिए दिए गए विकल्पों में उपयुक्त विकल्प चुनें|

ठ) माता-पिता की अनुमति एवं अन्य कथनों को पढ़ने के बाद चिन्हित करें|



☐ I am 16 years or older or I have parental consent to submit my information for the essay event *

☐ Through the submission of this Essay, the author grants and assigns all proprietary rights (including copy-rights) to Shri Ram Chandra Mission. The assignment shall be deemed to be royalty-free, perpetual, worldwide and irrevocable. Shri Ram Chandra Mission may sublicense its rights through multiple tiers of sublicenses and may use, reproduce, create derivative works from, modify, publish, edit, translate, distribute, perform and display the communication or content in any media or medium, or any form, format or forum now known or hereafter developed *

☐ I hereby declare that I am the sole person who has written this essay. As I am permitted to quote from literature and research on the topic, I have given due credit to the ideas obtained from others or from any reference material *

☐ I agree to Terms of Use and Privacy & Cookie Policy of Shri Ram Chandra Mission *

☐ In case I am selected for an award I undertake to provide the proof of my age within the stipulated time.I understand that if I fail to do so I will not be eligible to receive the award *

**I hereby confirm, all the entries made in the above form are correct** * ☐ Yes

SUBMIT

No changes will be entertained after submission

ड) फ़ाइल देखकर अपलोड किए गए निबंध के डॉक्यूमेंट की पुष्टि करें|

**ढ)** जो जानकारी आपने भरी है, उसे एक बार फिर जाँच लें| सुनिश्चित करें कि सभी जानकारियाँ सही हैं| **निबंध जमा करने के बाद किसी भी बदलाव पर विचार नहीं किया जाएगा।**

ण) "सबमिट" बटन पर क्लिक करें|

त) आपके स्क्रीन पर सफलतापूर्वक निबंध जमा होने के सन्देश के साथ आपका एनरोलमेंट नंबर दिखाई देगा जिसमें आपका एनरोलमेंट नंबर भी होगा| उसे नोट कर लें|

थ) जमा होने पर प्रतिभागी के ईमेल आई.डी. पर पुष्टि करने के लिए एनरोलमेंट नंबर सहित ईमेल भेजी जाएगी| भविष्य में संदर्भ हेतु इस एनरोलमेंट नंबर को सेव कर लें|

किसी भी स्पष्टीकरण के लिए, आप हमें **essayevent@heartfulness.org** पर लिख सकते हैं|

.

# हार्टफुलनेस निबंध कार्यक्रम 2025

## मूल्यांकन मापदंड

**मूल विषय परिचय / व्याख्या - महत्व 10 %**

विशेष रूप से मूल विषय पर अपनी समझ को व्यक्त करने की छात्र की क्षमता का मूल्यांकन किया जाएगा। इस बात को महत्व दिया जाएगा कि विचारों के सुचारु प्रवाह के लिए निबंध की शुरुआत कितनी प्रभावी है।

**रूपरेखा एवं प्रवाह - महत्व 10 %**

विचारों के क्रमबद्ध प्रवाह का तथा एक विचार से दूसरे विचार पर जाने में सहजता का आंकलन किया जाएगा।

**भाषा - महत्व 10 %**

व्याकरण, शब्द-विन्यास, स्पष्टता, अभिव्यक्ति की शैली को उपयुक्त महत्व दिया जाएगा।

**मौलिकता - महत्व 20 %**

विषय पर अपने अनुभव के आधार पर विचारों को विकसित करने की छात्र की क्षमता और प्रस्तुत विचारों की मौलिकता के लिए ज़्यादा अंक दिए जाएँगे। प्रतिभागियों से अपेक्षा की जाती है कि वे उदाहरण, वास्तविक जीवन के अपने अध्ययन, व्यक्तिगत अनुभव तथा विचारों को व्यक्त करने के नए-नए तरीक़ों का इस्तेमाल करेंगे। ज़रूरत से ज़्यादा उक्तियों व अन्य स्रोतों से ली गई सामग्री का उपयोग तथा साहित्यिक चोरी (अत्याधिक या बिना मान्यता दिए सामग्री की सीधे नक़ल करना) दंडनीय है।

**मूल विषय के लिए प्रासंगिकता - महत्व 40 %**

अपने अनुभव के आधार पर छात्र की समझ और मूल विषय से संबद्धता प्रस्तुत करने की क्षमता के लिए अंक दिए जाएँगे।

**खोजबीन/ विवरण पर ध्यान - महत्व 5 %**

निबंध लिखने की तैयारी के लिए किए गए विशेष प्रयासों को महत्व दिया जाएगा - जैसे विषय से संबंधित विभिन्न दर्शनों/सिद्धांतों पर खोजबीन। बाहय स्रोतों से लिए गए विचारों के उचित उपयोग करने की छात्र की क्षमता का आंकलन किया जाएगा। जिस गहराई से विचारों को व्यक्त किया गया है, उसे भी बेहतर अंक प्राप्त होंगे।

**उपसंहार - महत्व 5 %**

निबंध में व्यक्त विचारों को एकसाथ लाने, अपने मत व मनोभाव व्यक्त करने अथवा स्पष्ट व उचित रूप से सीख लेने की छात्र की क्षमता का आंकलन किया जाएगा। मूल्यांकन करने का एक महत्वपूर्ण मानदंड यह पता लगाना होगा कि क्या यह निबंध मात्र 'विषय पर प्रस्तुत विचार' है अथवा इसमें किसी कार्यवाही का आह्वाहन है।

HEARTFULNESS ESSAY EVENT 2025

Organized by

Shri Ram Chandra Mission, Heartfulness Education Trust in Collaboration with The Commonwealth

PARTICIPANT INFORMATION SHEET

[To be filled in **BLOCKLETTERS**, signed by the participant and securely attached to the essay]

Name of the participant:

Father's or Mother's name:

Date of birth (DD-MM-YYYY): Age:

Class/Course/Grade:

Full name of the School / College:

Address of School:

City / Town:

District:

State:

Country:

Contact details of participant:

City / Town:

State:

PIN:

Email ID:

☐ Category 1 (Age 14-18) ☐ Category 2 (Age 19-25) (Tick in the box for applicable category)

LANGUAGE OPTED for writing Essay:

How did you get to know about the event

1. I am 16 years or older or I have parental consent to submit my information for the essay event *
2. Through the submission of this Essay, the author grants and assigns all proprietary rights (including copyrights) to Shri Ram Chandra Mission. The assignment shall be deemed to be royalty perpetual, worldwide and irrevocable. Shri Ram Chandra Mission may sublicense its rights through multiple tiers of sublicenses and may use, reproduce, create derivative works from, modify, publish, edit, translate, distribute, perform and display the communication or content in any media or medium, or any form, format or forum now known or hereafter developed *
3. I hereby declare that I am the sole person who has written this essay. As I am permitted to quote literature and research on the topic, I have given due credit to the ideas obtained from others or from any reference material *
4. I agree with the Terms of Use and Privacy & Cookie Policy of Shri Ram Chandra Mission *
5. In case I am selected for an award I undertake to provide proof of my age within the stipulated time. I understand that if I fail to do so I will not be eligible to receive the award *

   I hereby confirm, all the entries made in the above form are correct * Yes

Enrolment No: [for office use only]

---------------------------------------------

Signature of Participant