

ನಮಗೆ /ಉಡುಪಿ I ♥ MANIPAL



Udupi, a scenic coastal district in southwestern Karnataka, is well-known as a sacred temple town. This enchanting destination is renowned for its iconic Sri Krishna Matha, a sacred temple dedicated to Lord Krishna. Soaked in history, Udupi's significance extends beyond its spiritual charm. It was the cradle of the Dvaita philosophy, founded by the eminent philosopher Madhvacharya in the 13th century.



MANIPAL: With its dynamic events and inclusive atmosphere, Manipal provides the perfect setting for personal and professional growth. From enjoying international delicacies to participating in cultural festivals and sports tournaments, students can immerse themselves in a richness of global cultures, lasting connections and memories.



Manipal: A Melting Pot of Cultures. Manipal exhibits a vibrant multicultural community, where students from far and wide come together to share ideas, traditions and experiences.



Udupi's linguistic diversity reflects its strategic location. cultural exchange and historical heritage. The coexistence of Dravidian languages (Tulu, Kannada, and Malayalam) and Indo-Aryan languages (Konkani and Urdu) showcases the region's rich cultural essence.



Udupi is renowned for its distinctive vegetarian cuisine that has captivated world. Characterized by the perfect blend of fresh vegetables, coconut, and aromatic spices, Udupi cooking style has become synonymous with delicious and healthy eating.

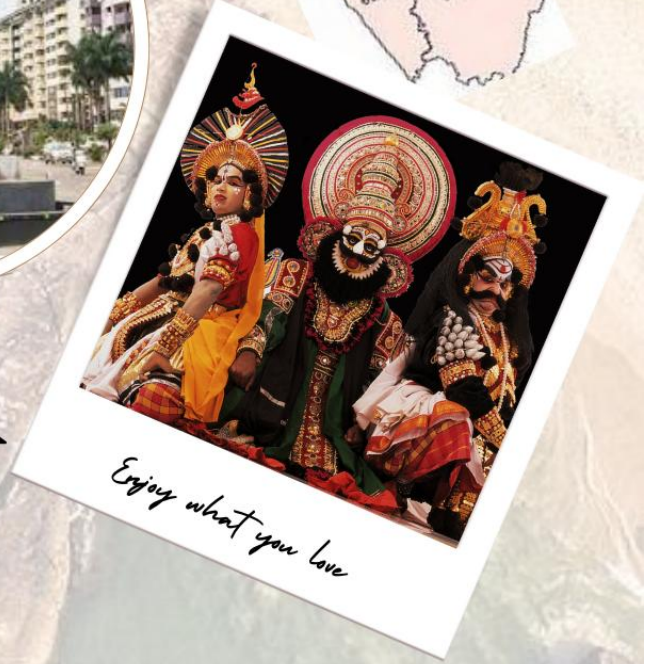




Travel



Good Times



Enjoy what you love



CONTENTS

➤ **MESSAGE FROM : ADMINISTRATIVE OFFICER**
: DEAN (ACCADEMICS)
: PRINCIPALS
: VICE PRINCIPALS
: FACULTY MEMBERS

➤ **EDITORIAL BOARD**

➤ **MESSAGE FROM : EDITORIAL BOARD**
: ALUMNI

➤ **ANNUAL REPORT**

➤ **PHOTOS : TEACHING STAFF**
: NON-TEACHING STAFF
: STUDENTS

➤ **ACADEMIC EXCELLENCE**

➤ **ACADEMIC ACTIVITIES**

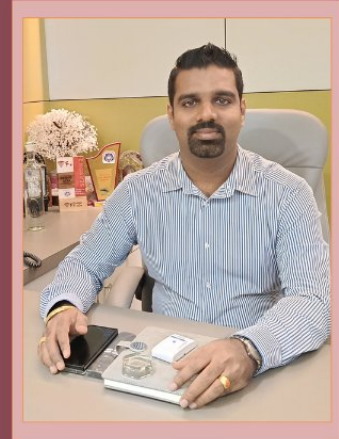
➤ **ARTICLES : ENGLISH**
: KANNADA
: HINDI
: MALAYALAM

➤ **ART GALLERY**

➤ **PROSPECTUS**

MESSAGE

"It is my privilege to share a message in this year's edition of our college magazine". This publication is more than just a magazine - it's a time capsule that captures our collective journey. The magazine showcases the diversity of thought, passion and curiosity that define our institution. Each story is a testament to the hard work, resilience and innovation that every individual brings. I am continually inspired by the dedication I see across campus every day. As we look into the future, I am excited for what lies ahead. This magazine reminds us that while our individual paths may differ, we are united by a shared commitment to excellence to each other and to the values that make our institution unique. Let us move forward with pride in our accomplishments and anticipation for all that we have yet to create together.



Mr. Shinod T.R
Administrative Officer



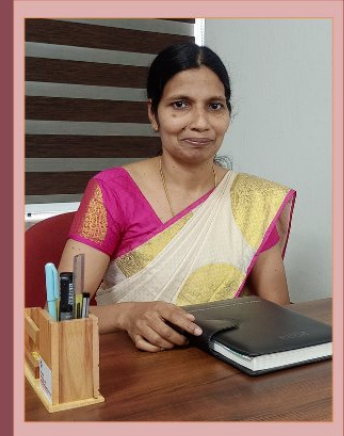
Dr. Indira Santhosh
Dean (Academics)

In today's technology-driven world, the classroom has evolved into a dynamic space where students apply knowledge acquired from diverse sources beyond the traditional classroom. The rapid pace of knowledge generation poses a significant challenge for teachers. In this ever-changing landscape, the classroom's primary role is to equip students with adaptable skills, enabling them to navigate and learn from the vast array of information available. The knowledge acquired in the classroom prepares students to embrace new challenges with a positive attitude and a willingness to adapt. I commend our dedicated teachers for instilling this positive attitude in the younger generation. I also congratulate the committee responsible for publishing this magazine annually.

I hope our readers enjoy this edition.

MESSAGE

It is my absolute delight to congratulate the Udupi Group of Institutions, Manipal on the release of the third edition of 'MIRROR', our college magazine. This publication serves as a vibrant platform for our students to express their feelings, joys and experiences. The magazine showcases the creative talents and artistic flair of our students, infused with a dash of humor that makes life more enjoyable. This testament to their versatility in electronic media is a proud moment for our institution. As we strive hard for our students holistic education, we emphasize the importance of creativity, critical thinking and innovation in the digital age. I extend my warmest congratulations to the editorial board and gratitude to the contributors for making this publication possible. I urge our students to embrace innovative education, accept new challenges and venture beyond their comfort zones. By doing so, they will unlock their full potential and make a meaningful impact in the world.



Dr. T. Jeya Rani
Principal, UCN



Prof. Sharath S. Alva
Vice-Principal, UCPS

As we embark on another academic year, I am reminded that the true strength of our college lies in the unique contributions of each individual - students, faculty and staff members. Together we form a united force, driving innovation, creativity and excellence. Let us continue to foster a culture of curiosity, mutual respect and inclusivity as we navigate the opportunities and challenges ahead. With our shared vision and unwavering dedication, the future of our institution is brighter than ever. The Annual Magazine "MIRROR" is a vibrant and dynamic publication which serves as a reflection of our institution's values, diversity and commitment to excellence. I extend my sincere appreciation to the editorial committee and all contributors to this magazine. Your efforts have elevated this publication, making it an invaluable part of our institution's legacy.

MESSAGE

"Education is the most powerful weapon that can change the world." I am honored to write this prologue for our college magazine. Our faculty team is dedicated to provide students with knowledge and skills to excel in this competitive world. Our aim is to nurture exceptional professionals who serve with stamina, courage, compassion and devotion to duty. I am confident that this magazine will surely inspire future students to unlock their true potential and discover their power of creativity. I congratulate the editorial team and contributors for their outstanding efforts in creating this magnificent magazine. This publication provides a platform for students to showcase their talents and achievements.



Prof. Akshatha I. Bhat
Principal, UCAHS



Ms. Arpita Prasad Shanbag
Vice-Principal, UCP

"It is my pleasure and honor to greet you through the pages of this magazine". College life is a transformative journey, where young minds meet to learn, grow and shape their future. As faculty, we are privileged to witness each student's unique story unfold within our campus walls. This magazine edition captures the essence of our campus life, showcasing stories of resilience, creativity and the joy of discovery that comes with learning from each other. I extend my heartfelt gratitude to every member of our college community who has contributed to the experiences shared within these pages. I would also like to express my deepest appreciation to the editors and contributors of "MIRROR".

MESSAGE

"Education is the holistic development of an individual." I feel blessed to be a part of this prestigious institution, Udupi College of Nursing, Manipal. Our college excels in academics, sports, and co-curricular activities fostering a well-rounded experience. I extend my heartfelt gratitude to the writers who have enriched our college magazine with their valuable contributions. Our institution has overcome numerous challenges to achieve our vision and mission and we continue to strive for excellence. As we nurture the skills and talents of our students, "MIRROR" our college magazine showcases the rich heritage and diverse aspects of our college life. I express my warmest gratitude to our faculties, parents, alumni and supporters for their unwavering encouragement. I envision a future where our college ranks among the best nationally and internationally.



Prof. Supritha K. Vani
Professor



Prof. Shobha Prabhu
Guest Faculty

Udupi Group of Institutions, Manipal is now becoming a pioneer educational institution which is offering a wide range of programmes. The efficient management with a dedicated team of faculties empowering students with practical knowledge and competencies necessary to succeed in a diverse and multi-faceted world. The magazine "MIRROR" is the reflection of academic achievements, pool of talents, exploration of creativity of students and highlight of events resulting in fostering a sense of pride and belongingness for students. I wish the publication of magazines like this continue to inspire, inform and unite generation of students. I congratulate and appreciate the efforts of the editor and members of the editorial board.

Editorial Board



Mr. Prashanth G. Naik
Editor-in-Chief



Ms. Arpitha Shetty
Editor



Prof. Supritha K. Vani
Assistant Editor



Mr. Indra Kumar S. Shetty. B
Design Director



Ms. Hima Bindu R
Creative Designer



Ms. Bharathi R. Nayak
Co-ordinator



Ms. Shilpa
Co-ordinator



Ms. A. Jayashree Nayak
Co-ordinator

Students' Representatives



Sushmitha Castelino
III B.Sc. H.S



Mohammed Kaif
III B.Sc. F.T



Nandana D.K
III B.Sc. I.D&D



Sifana
III B.Sc. F.D



Chaithali M. Bangera
III B.B.A



Sushanth B.S
III B.Com



Sahana
III B.C.A



Sanitha Saji
IV B.Sc. Nursing



Raksha R. Prabhu
IV B.Sc. Nursing



Madhura M.K
III G.N.M



Diya
III G.N.M



Rashi Shetty
IV B.P.T



Suchitra J
IV B.Sc. M.I.T



Shreya
III B.Sc. M.L.T



Rose Mary Antony
III B.Sc. C.C.T



Fathima Mizna
III B.Sc. R.C.T

MESSAGE FROM EDITORIAL BOARD



Mr. Prashanth G. Naik
Assistant Professor/Editor-in-chief

It is with immense pride that we present to you the latest edition of "MIRROR", the annual magazine of Udupi Group of Institutions, Manipal. This publication is a testament to the creativity, talent and dedication of our students, faculty and alumni. This year's edition showcases the milestones achieved, challenges overcome and memories created within our college community. From academic accomplishments to sporting triumphs and from cultural festivals to personal stories of resilience, "MIRROR" reflects the vibrant spirit of our institution. "I am deeply humbled and honoured to take on the role of Editor-in-Chief, and I am committed to upholding the highest standards of excellence in our publication." I extend my sincere gratitude to our contributors, writers and designers for their tireless efforts in making this magazine a reality.



ಶ್ರೀಮತಿ ಅರ್ಪಿತಾ ಶೆಟ್ಟಿ
ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು / ಸಂಪಾದಕರು

'ಬೆಳಕಿಲ್ಲದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಬಹುದು ಆದರೆ ಕನಸುಗಳಿಲ್ಲದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವಂತೆ'. ಈ ಮಾತು ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಸತ್ಯ. ಸಾವಿರ ಕನಸಿನೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿತು ನಡೆವ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಬಂದ ಏರಿಳಿತಗಳಿಗೆ ಪರ್ವತವಾಗಿ ಕಣವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸುತ್ತ ರಜತ ಸಂಭ್ರಮಕ್ಕೆ ದಾಪುಗಾಲು ಇಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ, ಕ್ರೀಡಾ ಸಾಧನೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಸ್ಥೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಆ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಭ್ರಮದ ಕಣಗಳು ಬರಹದ ರೂಪ ಪಡೆದು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಭಾವಚಿತ್ರವಾಗಿ ಕುಂಚದಲಿ ಅರಳಿದ ಕುಸುಮಗಳು ಮಿರರ್ ಕಾಲೇಜ್ ವಾರ್ಷಿಕ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮೂಡಿ ಬಂದಿದೆ. ಮಿರರ್ ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮ ಕಾಲೇಜಿನ ಸಾಧನೆಯ ದರ್ಪಣವಾಗಿದೆ. ಇದು ಹೊಸ ಉತ್ಸಾಹ ಬರಹಗಾರರು ಕಲಾವಿದರನ್ನು ಹುಟ್ಟು ಹಾಕಿದೆ. ಈ ಹೊತ್ತಿಗೆಯನ್ನು ಕಿರು ಬೆರಳ ತುದಿಯಿಂದ ಪುಟವನ್ನು ಮಗುಚಿಹಾಗಿದ್ದಾಗ ಸವಿಯಾದ ನವಿರು ಭಾವ ಓದುಗನ ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಆಲಾಪಿಸುವುದು. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ನೆನಪು ಬುತ್ತಿ ತೆರೆದಿದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸಿಂಹಾವಲೋಕನವನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಅಂತು ಇಂತು ಇದೊಂದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಹೊರಣ ತುಂಬಿದ ಕೃತಿಯಾಗಿದೆ. ಕಳೆದ ಅನುಭವದೊಂದಿಗೆ ನವೀನ ಚಿಂತನೆಯೊಂದಿಗೆ ಈ ಸ್ಮರಣಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ. ಮಿರರ್ ಇನ್ನಷ್ಟು ಪ್ರಕಾಶಮಾನದಿಂದ ಹೊಳೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಿದ ಸಂಪಾದಕ ಮಂಡಳಿಯೊಂದಿಗೆ ಕೈ ಜೋಡಿಸಿದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹೃನ್ಮನದ ಶುಭ ಕಾಮನೆಗಳು....

MESSAGE FROM EDITORIAL BOARD



Rosemary Antony
II B.Sc. C.C.T

This magazine is a milestone that marks our glorious victories, sweat of preservance unfolds our imagination and finally aspirations for future growth. Behind every successful publication lies a dedicated team of experts who shape its content and direction. Our editorial board plays a crucial role in shaping our publications contents and directions. While technology and social media swallows the time and energy of present youth, we could proudly establish that reading and creative writing still blooms in the remote corner of the heart of our youngsters. Our editorial team is the backbone of our publications success. Their selfless commitment to excellence has earned us recognition and respect within the academic community. We express our deepest gratitude for their tireless efforts and look forward to continuing our collaboration.



ಸುಶ್ವಿತಾ ಕ್ಯಾಸ್ತೆಲಿನೋ
3ನೇ ಬಿ.ಎಸ್ಸಿ. ಎಚ್.ಎಸ್

ವಾರ್ಷಿಕ ಸಂಚಿಕೆ 'ಮಿರರ್' ಇದರ ಸಂಪಾದಕೀಯ ಮಂಡಳಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಪ್ರತಿನಿಧಿಯಾಗಿ, ಈ ವರ್ಷದ ನಮ್ಮ ಕಾಲೇಜು ವಾರ್ಷಿಕ ಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲು ನಾನು ತುಂಬಾ ಹೆಮ್ಮೆಪಡುತ್ತೇನೆ. ನಮ್ಮ ತಂಡ ಕಾಲೇಜು ಸಮುದಾಯದ ಅತ್ಯುತ್ತಮತೆಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಲು ಶ್ರಮಪಟ್ಟು ಕೆಲಸಮಾಡಿದೆ. ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಬರೆದ ಸಾಧನೆಗಳ ಪ್ರೇರಣಾದಾಯಕ ಕಥೆಗಳು, ಕಲಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿಭೆಗಳ ಪ್ರದರ್ಶನ, ಕಾಲೇಜು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು, ಲೇಖನಗಳು, ಉಪನ್ಯಾಸಕರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅನಿಸಿಕೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಗುವುದು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು, ನಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಲು ವೇದಿಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಿರುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿದೆ. ಈ ಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ನಾವು ಎಷ್ಟು ಆನಂದಿಸಿದೇವೋ, ಅದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ನೀವೂ ಓದಿ ಆನಂದಿಸುತ್ತೀರಿಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ.

MESSAGE

ALUMNI



The College is definitely a backbone to everyone for their successful career. If anybody ask me which is the golden part of your life? I would definitely say that it was my four years of college life in Udupi Group of Institutions, Manipal where I explored myself. I had the pleasure of completing my graduation from UGI under the guidance of highly efficient faculties and management. Clinical experience is the main highlight of our college. We had rotation of almost all the department of many hospitals that really helped me to explore our nursing skills and to be a competent nurse. The training which I received from the institute has really helped me a lot and it made me more responsible to walk that I'm doing. For this I will be grateful forever.

.....
Ms. Swathi Nayak

Course: B.Sc. Nursing

Batch: 2018-22

Presently working as Staff Nurse at Holy family

Multi-Specialty Hospital, Mumbai



I am proud to say that my alma mater has equipped me with the skills, knowledge and confidence necessary to succeed in an increasingly complex and interconnected world. As I navigate the challenges and opportunities of my professional journey, I remain deeply indebted to Udupi Group of Institutions, Manipal for providing me with a transformative educational experience that has had a lasting impact on my life. To my fellow alumni, I extend my warmest greeting and to the current students and faculty, I offer my heartfelt congratulations and best wishes. May you continue to uphold the institution's legacy of excellence and innovation, while also embracing the challenges and opportunities of an ever-changing world.

.....
Ms. Deepthi B

Course: B.Sc. H.S

Batch: 2016-19

Presently working as Housekeeping Executive, Farhan Tower, Bharin



I would like to express my heartfelt gratitude to the unsung heroes of higher education - our remarkable teachers. Their tireless efforts to support students, foster academic growth along with maintaining institutional excellence have created a positive and supportive learning environment essential for student success. Thank you for your unwavering hard work and dedication. I wish all the best to future students.

.....
Ms. Sharmila

Course: G.N.M

Batch: 2019-22

Presently Working as a Nursing Officer at Yenepoya Specialty Hospital, Mangalore

MESSAGE

ALUMNI



I'm deeply honored to share my journey with my alma mater, Udupi Group of Institutions, Manipal. My time at the institution was transformative, equipping me with essential skills for the hospitality industry. Today, as an Assistant Professor at WGSHA, Manipal, I reflect on the importance of learning basics at UGI. The philosophy of "Learn, Unlearn and Relearn" has driven my growth as a chef, mentor and educator. I'm grateful for the solid foundation laid by the institution, which has enabled me to achieve teaching accolades, copyright, research papers and guide students in product development. I extend my heartfelt gratitude to the Management, Principal, Faculty and support staff of the institution for their unwavering support during my academic tenure. The lessons I learnt and the values I imbibed at UGI continue to inspire and guide me.

.....
Chef. Mr. Nithish Damodhar
Course: B.Sc. H.S
Batch: 2008-2011
Presently Working as an Assistant Professor
(Senior Scale), WGSHA, Manipal
.....



I am forever grateful for the support and encouragement I received from the teaching and non teaching staff at Udupi Group of Institutions, Manipal. I am confident that the education and experiences I gained during my time there have been equipped with the skills and knowledge necessary to succeed in my career.

.....
Ms. Rakshitha Bhandary
Course: G.N.M
Batch: 2020-2023
Presently Working as Nursing Officer at Yenopaya
Hospital, Mangalore
.....

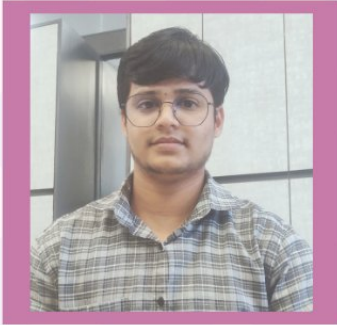


As a proud BBA graduate of Udupi Group of Institutions, I am forever grateful for the knowledge, guidance, and experiences I gained during my time here. The college not only laid the foundation for my career but also shaped my character and confidence. To all current students, make the most of this incredible journey. Immerse yourself in learning, seize opportunities, and believe in your potential. Wishing the institution continued success in inspiring and empowering young minds.

.....
Mr. Afthab Ahmed
Course: B.B.A with AHM
Batch: 2019-2022
Presently working as CMO at PINKCLEAN, Bangalore
.....

MESSAGE

ALUMNE



I am convinced that selecting Udupi Group of Institutions, Manipal was the correct choice for my education. I am deeply grateful to the institution for giving me the chance to improve my learning abilities, communication skills, coordination, management and gaining practical experience through various academic and extracurricular activities. The attention, assistance and direction provided by the faculty members were outstanding in every aspect. My graduation journey was a thrilling adventure, perfectly mixed with both happiness and challenges.

.....
Mr. Prajwal Sadananda Devadiga

Course: B.Sc. F.D

Batch: 2021-2024

Presently Working as Assistant Designer at TEXPORT,
Bengaluru



As an alumna of Udupi Group of Institutions, Manipal I can confidently attest that my time at the institution was a truly enriching and transformative experience. The college laid a solid foundation not only in academics but also in developing essential life skills and fostering a culture of excellence. The dedicated faculty and supportive learning environment enabled me to grow both professionally and personally. I cherish the memories and friendships forged during my time there and am grateful to be part of its esteemed alumni network.

.....
Ms. Amritha R. Shenoy

Course: B.C.A with AI, BDA&CS

Batch: 2022-2024

Presently pursuing M.C.A



I am pleased to share that I have successfully completed my Interior Design course at Udupi Group of Institutions, Manipal. This has been an incredibly enriching and fulfilling journey, both academically and personally. The course has equipped me with a strong foundation in design principles, spatial planning and the technical skills necessary to succeed in the dynamic field of interior design. Throughout my time at the institution, I was fortunate to work with talented faculty members who provided not only theoretical knowledge but also practical insights into the industry. Their guidance and expertise played a crucial role in enhancing my design skills and helping me think creatively to solve real-world challenges. The curriculum was comprehensive and well-structured, covering a wide range of topics such as color theory, materials, lighting, furniture design and computer-aided design (CAD). These subjects provided me with a solid understanding of both the artistic and functional aspects of interior design.

.....
Ms. Shruthi Achar

B.Sc. I.D&D

Batch: 2018-2021

Presently Working as Interior Designer Yoho Design,
Bangalore

MESSAGE

ALUMNE



As a proud Food Technology graduate from Udupi College of Professional Studies, Manipal, I can attest that my college experience was truly transformative. The hands-on learning approach, industry exposure and emphasis on innovation and critical thinking helped me grow academically and personally. The practical lab work and industry visits prepared me for the challenges of the food industry. I'm grateful for the knowledge and skills gained throughout my college journey.

.....
Mr. Abdul Baasanth

Course: B.Sc. F.T

Batch: 2022-2024

Presently Working as a Junior Quality Analyst Marine Exports, Kundapura



It has been great pleasure to be part of this Institution. The college has played an important role in my personality development and career building. The time spent there will be always appreciable and memorable throughout my life. The journey of 4 years had been a cake walk only because of the full support of my teachers and the non-teaching staff of the college. The knowledge and experience gained here is and will be always be helpful. I feel cherished and proud of being an alumni of such an honorable institution. I owe my success to the college and wish the college all the success in the future.

.....
Ms. Ann Mariya Antony

Course: B.Sc. Nursing

Batch: 2016-2020

Presently Working as Staff Nurse at Wirral University Hospital, London



I'm grateful to Udupi College of Professional Studies, Manipal for providing an environment where I made lifelong friends and created unforgettable memories. The college offers a holistic experience with quality education, extracurricular activities and peaceful surroundings. The supportive faculty and focus on academics and life skills ensure students leave with cherished memories, valuable experiences and a degree.

.....
Ms. Minnu Thomas

Course: B.Com


Batch: 2020-2023

Presently Working as Process Associate at Siemens Technology & Services Pvt. Ltd, Bangalore






Annual Report


- Orientation Programme of the Academic year 2023-24 was held in the month of August for first year batches.
- As a part of the Induction Programme, students of first year B.Sc. (H.S/F.T/I.D&D/F.D), B.B.A, B.Com & B.C.A visited ‘Salumarada Thimmakka Tree Park’, Manipal; attended educational movie sessions at UGI Theatre and seminar on ‘Communicative English’ on 22nd, 23rd, 24th & 25th August 2023.
- Udupi College of Professional Studies, Manipal and Board of Studies, B.Sc. Food Technology of Mangalore University jointly organized a workshop on “B.Sc. Food Technology Course Curriculum NEP-2020” at our institution on 26th August 2023.
- "National Sports Day" was Celebrated on 29th August 2023.
- The students of first year B.Sc. (H.S/F.T/I.D&D/F.D) attended a workshop on "Goal Setting" by Mrs. Tanuja Maben, Performance Coach, Mind Trainer & Therapist on 1st September 2023.
- Students participated in an awareness walk with scientific sessions on 'Reproductive and Sexual Health' by Dr. Indira Shanbhag and Dr. Rajalaxmi organised by Manipal OBG Society in association with Women Doctors Wing, IMA, Udupi, Karavali on the occasion of 'World Sexual Health Day' on 3rd September 2023.
- Teachers' Day was celebrated on 5th September 2023.
- The Pookalam competition was held on the occasion of Onam on 8th September 2023.
- Faculty members and students participated in a workshop on “Prevention of Suicide: Creating Peer Support System” at Manipal College of Nursing on 11th September 2023.



- 
- A session was conducted on importance of "Occupational English Test" (OET) by Triada International Academy, Mangalore for B.Sc. Nursing students at our institution on 15th September 2023.
 - An awareness programme on 'First Aid, Effects and Addiction of Drug Abuse' jointly organized by Prerana Social Club and NSS unit of our institution in association with 'Ocean Sailing Expedition' during 'Sagara Nauka Yana Abhiyana' special camp held on 16th September 2023.
 - Students of our institution participated in Football Tournament for men organized by Rajiv Gandhi University of Health Sciences, Bengaluru held at Alvas College of Physiotherapy, Moodabidri from 21st to 23rd September 2023.
 - 'Prerana' Social club and National Service Scheme of our institution jointly organized a blood donation awareness programme on 22nd September 2023.
 - Students of B.Sc.Hospitality Science attended the 'World Tourism Day' celebration at Town Hall Udupi, organized by Department of Tourism, Udupi; Municipal Corporation, Udupi and Coastal Tourism Organization on 27th September 2023.
 - A training programme on 'First Aid' was conducted by the Department of Nursing of our institution at Bhandary Powerlines Pvt. Ltd, Industrial Area, Shivalli, Manipal to their staff members on 27th September 2023.
 - NSS unit of our institution, Manipal, celebrated 'NSS Day' at Govt. Higher Primary School, 80th Badagabettu, Manipal, Udupi on 25th September 2023. During this occasion volunteers of NSS cleaned the school campus, planted saplings and distributed sweets to the school children.

- A session on 'Financial Education and Investment Awareness' was conducted by Mr. Sujan Sarkar, Senior Manager, Canara Institute of Bank Management, Manipal for the students of II B.C.A on 29th September 2023.
- On the occasion of 'World Heart Day' a special lecture was delivered by Dr. T. Jeya Rani, Principal, Udupi College of Nursing, Manipal on 29th September 2023 for the students of our institution.
- The N.S.S unit and 'Prerana' (Social Club) of our institution organized a Blood Donation Camp on 30th September 2023 in association with K.M.C, Manipal.
- Students of first year B.C.A attended a workshop on " Life Skills" by Prof. (Major) Radhakrishna, Master Facilitator (Trainer) in Leadership and H.R.D on 30th and 31st September 2023.
- Gandhi and Lalbahaddur Shastri Jayanti was celebrated on 2nd October 2023.
- 'Swachhata Hi Seva' Campaign organized by NSS unit of our institution by cleaning the walking track of Manipal Lake, Manipal on the occasion of Gandhi and Shastri Jayanti on 2nd October 2023.
- As a part of Academic industrial visit students of B.Sc. Fashion Design visited Talipady Weavers Society, Kinnigoli, Mangalore on 25th October 2023.
- Students of B.Sc. Fashion Design attended a workshop on 'Digital Marketing for Women Entrepreneurs' held at K.M.C Interact Hall, Manipal on 26th October 2023.
- As a part of the 'Talents Day', Inter-house Drawing, Mehendi, Rangoli, Cooking competitions were held on 21st, 26th, 27th October and Essay, Elocution, Flower Arrangement, Face Painting competitions were held on 3rd and 4th November.


- 
- Students of our institution participated as volunteers at the 'OFFBEAT 2023' music show organized by 'VT Entertainers' at Town Hall, Udupi on 28th October 2023 in aid of 'Sai Nikethana Sevashrama' Daigoli and Karunya Special School, Malpe, Udupi.
 - Students of B.Sc. Nursing attended a motivational talk on 'Five Steps to Success' and live demo on 'Overcoming Internet Addiction through Rubik's Cube' on 30th October 2023 organized by Dr. A.V. Baliga Memorial Hospital, Udupi and Billavara Seva Sangha, Udupi.
 - Kannada Rajyotsava was celebrated on 1st November 2023.
 - Students of our institution participated in Mangalore University Inter-Collegiate Level, Udupi Zone Kabaddi Tournament for Men held at GFGC, Byndoor on 16th November 2023.
 - Students of our institution participated in the Mangalore University Level Udupi Zone Inter-Collegiate Volleyball Tournament for Men held at the Govt. First Grade College & Centre for PG Studies, Thenkanidiyuru, Udupi on 20th November 2023.
 - The NSS unit of our institution celebrated 'Constitution Day' on 27th November 2023.
 - A workshop on 'Cyber Security' was conducted for the students of BCA by EyeQDotNet, Mangalore as a part of their outreach programme on 29th November 2023.
 - A special session on "Factshala-India Media Literacy Network Programme" was conducted by Mrs. Geetika Vashishata, Media Literacy Educator for students of B.B.A & B.Com on 29th November 2023.
 - Students participated in Mangalore University Inter-collegiate Chess Tournament held at Dr. B.B Hegde College, Kundapura on 1st and 2nd December 2023; 100, 400, 800 , 5000 Mtrs. Race, long jump held at Mahatma Gandhi Stadium, Udupi on 4th, 5th and 6th December 2023 and Badminton Tournament held at Father Muller College, Mangalore on 13th and 14th December 2023.
- 

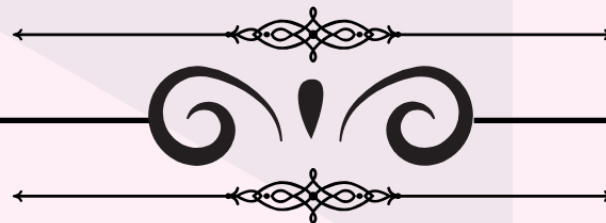
- 
- Students participated in Inter-collegiate singing competition at Bhandarkars' Arts and Science College, Kundapura on 4th December 2023.
 - Welcoming, Lamp Lighting and Graduation Ceremony of B.Sc Nursing was held on 21st December 2023.
 - National Voter's Day was celebrated at our institution on 25th January 2024
 - Republic Day was celebrated in our college campus on 26th January 2024.
 - Celebrated Republic Day in association with Canara Institute of Bank Management, Ananth Nagar, Manipal on 26th January 2024 in their campus.
 - Recreational visit was held for the staff members to Pilikula Nisargadhama, Mangalore on 31st January 2024.
 - NSS Annual Special Camp of 2023-24 was held at Govt. Composite High School, Manipura, Udupi from 4th to 11th February 2024.
 - Faculty Members and students of department of health sciences of our institution attended one-day seminar conducted by Ishanya India Foundation and Autism Society, Udupi on 'Intellectual and Development Disabilities' on 13th February 2024.
 - Students of B.Sc. Nursing have participated in 'NIHOP-2024' workshop on "Basic Life Support and Airway Management" held on 22nd February 2024 held at Niramaya Institute of Health Sciences, Bantakal, Udupi.
 - Students of B.C.A attended a special lecture on "Technology Overview" on 24th February 2024 delivered by Ms. Dhanya Bangera, HR Manager and Ms. Medini B.V, Embedded System Engineer, Dlithe Consultancy Services Pvt. Ltd, Mangalore.

- 
- Faculty Development Programme on ‘Teacher as a Classroom Leader-Authentic Attitude and Actions for Professional Empowerment’ by Prof. (Major) Radhakrishna, Master Facilitator/Trainer in Leadership and HRD was held on 2nd March 2024.
 - Students of B.Com and B.B.A attended an awareness session on "Study Abroad" conducted by ‘Wizdom Institution Network’ at our institution on 7th March 2024.
 - Annual Games Meet of our institution was held on 8th March 2024.
 - Students of our institution donated blood during the Blood Donation Camp (In memory of Late Kumaraswamy M, Executive Committee Member of KEES Association), jointly organised by Karnataka Electrical and Electronics Association (R.) Karnataka State; Lions Club Brahmagiri Udupi; Kerala Cultural and Social Centre (R.) Udupi; Electronics Technicians Welfare Association Udupi, (R.); Indian Red Cross Society Udupi and Indian Red Cross Blood Bank, Kundapura at Red Cross Bhavana, Ajjarakad, Udupi on 8th March 2024.
 - As a part of academic industrial visits students of B.Sc. Food Technology and SCLM (Supply Chain and Logistics Management) visited Dakshina Kannada Co-operative Milk Producers Ltd, Uppoor, Udupi on 9th March 2024.
 - International Women's Day Celebrated by NSS unit of our institution on 12th March 2024.
 - Students of B.Sc. Fashion Design attended a workshop on 'Hair Style' by Ms. Nisha Gomes, Freelance Fashion Stylist (Alumni) at our institution on 15th March 2024.
 - Students participated in the celebration of 'International Day of Democracy' held at Udupi, organised by Govt. of Karnataka on 15th September 2024.
 - Annual Sports Meet of our institution was held on 16th March 2024.

- 
- As a part of academic visits students of III B.Sc. Interior Design & Decoration visited S.M Garden Boutique, Muloor, Uchila, Udupi on 21st March 2024.
 - Students participated in 'Krtva 24' - UG Level Inter-collegiate Fest held at Akshaya College, Puttur on 21st March 2024.
 - Inauguration Ceremony of 'Bale Tulu Lipi Kalpuga' was held at our institution on 23rd March 2024. Twenty five students enrolled for learning Tulu Lipi & attended the classes conducted from March 2024 to July 2024.
 - Students of III Year B.B.A, B.Com & B.C.A attended a special Lecture on 'Awareness of Higher Education in Management' by Dr. Triveni P, Professor of Finance and Accounts/Head- Ramaiah- BCIC Centre for Excellence, Ramaiah Institute of Management, Bangalore on 22nd March 2024.
 - Students secured Runner-up in 'ABLAZE 3.0' - Inter-collegiate Volleyball Tournament organized by the Department of Commerce, MAHE on 22nd & 23rd March 2024 held at MIT Ground, Manipal.
 - As a part of industrial visits, students of B.Sc. Hospitality Science attended a presentation on 'Wine Tasting' by Mr. Yash, Sommelier, Sula Vineyards, Bengaluru, on 15th April 2024 at our institution.
 - As a part of industrial visits, students of B.Sc. Interior Design & Decoration attended a seminar on 'Business Startup' by Mr. Lohith Bangera, Proprietor, Honeycomb LSD, Mangalore on 19th April 2024 at our institution.
 - Students of B.Sc. Fashion Design attended a session on 'Kobhar & Manjusha Paintings', organised by Gandhian Centre for Philosophical Arts and Sciences, MAHE (An associate of UNESCO Peace Chair), Manipal on 22nd April 2024.
 - Students of B.Sc. Food Technology visited National Dairy Research Institute-Bangalore and GKVK Bakery Processing Industry-Bangalore 23rd & 24th April 2024.
- 

- 
- Students participated in Collage Competition held on the occasion of 'International Nurses Day' at our institution on 12th May 2024.
 - Students of Aviation & Hospitality Management visited MANIPAL INN on 13th & 17th May 2024.
 - Ms. Linda Louis (B.Sc.Nursing) of our institution has been awarded as 'Miss Coastal 2024 BEAUTY PAGEANT 2nd RUNNER UP' held at Grand Millennium Hall, Essentia MANIPAL INN, Udupi on 15th May 2024.
 - As a part of industrial visits, students of B.Sc. Interior Design & Decoration visited Costala Coatings (Wall Primers and Wall Putty manufacturing factory) Industrial Area, Shivalli, Manipal and Sri Devi Glass House (Glass Fabrication factory) Kodankur, Udupi on 21st May 2024.
 - Students of B.Com attended a special lecture on 'E-filing of ITR' by CA. Vishnu Acharya from Kamath and Co. Kunjibettu, Udupi on 22nd May 2024.
 - Students of B.B.A & B.Com attended a Special Lecture on "Creating Lasting Change Through Effective Habits" by Dr. Suraj Francis Noronha, Director, Shri Madhwa Vadiraja Institute of Technology and Management, Bantakal, Udupi on 23rd May 2024.
 - Students secured 4th Place, Fair Play & Disciplined Team Award, Best Goalkeeper Award, Best Player Award in Mangalore University Inter-Collegiate Men's Football Tournament held at ECR Institute of Management Studies, Kota, Udupi on 30th May 2024.
 - 'PROMODA' (Literature Study Centre) - A unit of 'KALASAHITHYA' Club & NSS unit of our institution jointly organised 'KANDODU ONJI DINA' (Aquatic Games of Tulunadu) at Paddy Field of Late Ramanna Shetty, Near Indrani Temple, Indrali, Udupi on 27th July 2024.
- 

- 
- As a part of industrial visits students of Aviation & Hospitality Management (Advanced Diploma) visited Mangaluru -Bengaluru International Airports & The Paul Hotel, Bengaluru on 1st & 2nd August 2024.
 - Faculty Development Programme Workshop on "Building Research Culture - Roadmap to Ph.D" by Prof. Dr. Lewlyn L. Raj Rodrigues, Former Professor of Humanities, Social Sciences & Management (MIT) was held on 12th August 2024.
 - Celebrated Independence Day in the college campus on 15th August 2024.
 - Celebrated Independence Day in association with Canara Bank, Circle Office Manipal & Treasury/GTPC Manipal Wing and Canara Institute of Bank Management, Ananth Nagar, Manipal on 15th August 2024 in their campus.



TEACHING STAFF



Mr. Shinod T. R.
M.Sc
Administrative
Officer/Assistant Professor



Dr. Indra Kumari
M.Sc, Ph.D
Dean Academics



Dr. T. Jeya Rani
M.Sc, Ph.D
Principal (UCN)



Ms. Akshatha I. Bhat
M.Sc
Principal (UCAHS)



Prof. Sharath S. Alva
B.H.S, M.B.A, P.G.D.H.R.M
Vice-Principal (UCPS)



Ms. Nireeksha Shetty K
M.Sc
Vice-Principal (UCAHS)



Ms. Arpita Prasad Shanbag
M.P.T
Vice-Principal (UCP)



Ms. Supritha K. Vani
M.Sc, M.Phil
Professor



Mr. Vijay B.R. Shetty
B.H.M, M.A
Associate Professor



Ms. Jayaprada K.P
B.H.M, M.T.M
Associate Professor



Ms. Gishel Nisha Fernandes
M.Sc
Associate Professor



Ms. Bharathi R. Nayak
M.Sc
Assistant Professor



Mr. Prashanth G. Naik
M.A, M.Ed
Assistant Professor



Mr. Dhananjaya G. Prabhu
M.Sc
Assistant Professor



Ms. Leena D'Costa
M.Sc
Assistant Professor



Ms. Devika
M.Com, M.B.A
Assistant Professor



Ms. Ashitha Amin
M.B.A
Assistant Professor



Ms. Jaisha Haldin D'Souza
M.Sc
Assistant Professor



Ms. Arpitha Shetty
M.Com, M.A, P.G.D.H.R.M
Assistant Professor



Ms. Prajna V. Mayadi
M.Tech
Assistant Professor



Mr. Indra Kumar S. Shetty B
M.Tech
Assistant Professor



Ms. Pallavi
B.Com, M.B.A
Assistant Professor



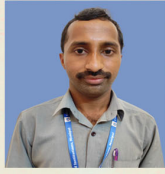
Ms. Vidya Shetty J
M.Sc
Lecturer



Ms. A. Jayashree Nayak
M.A
Lecturer



Ms. Priyadarshini M. N
M.Sc
Lecturer



Mr. Annappa Shetty
M.Com
Lecturer



Ms. Hima Bindu R
B.Sc F.D, MBA
Lecturer



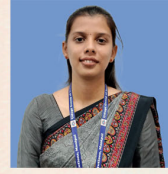
Ms. Shilpa
M.Sc
Lecturer



Ms. Malashree Naik
M.Sc
Lecturer



Mr. Sumanth S. Nayak
M.Com
Lecturer



Ms. Mahima
M.C.A
Lecturer



Ms. Malashree P
M.Tech
Lecturer



Ms. Amalu K. Varghese
B.Sc
Lecturer



Ms. Usha S. Kural
M.L.L.Sc
Librarian



Mr. Ganeshu
M.L.L.Sc
Librarian



Mr. Devan Radhakanth Pai
B.H.M, B.Sc. H.M
Lecturer



Mr. Sasidharan N
B.A
Assistant Lecturer



Ms. Soumya G. Shetty
B.Sc.F.T
Assistant Lecturer



Ms. Chaitra
B.Sc
Assistant Lecturer



Ms. Adarshani
B.Sc
Assistant Lecturer



Ms. Rithika
B.Sc
Assistant Lecturer



Ms. Deekshitha
B.Sc
Assistant Lecturer



Ms. Veekshitha
B.Sc
Assistant Lecturer



Ms. Apoorva Subray Achari
B.Sc
Assistant Lecturer



Ms. Anusha
B.Sc
Assistant Lecturer



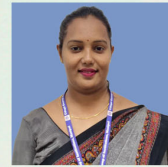
Ms. M. Shreya
B.Sc
Assistant Lecturer



Ms. Ashraya G. Naik
B.Sc
Assistant Lecturer



Ms. Sahana
P.B.B.Sc
Assistant Lecturer



Ms. Roslmi Polita Dsouza
B.Sc
Assistant Lecturer



Mrs. Suneetha Naik
Diploma in C.S&E
Computer Laboratory
Instructor



Mr. Rakesha S. Shetty
D.H.M
F&B Laboratory Instructor



Mr. Lobo Ivan Kishore
Fisdore
Diploma in H.C.M
F&B Laboratory Instructor

**“The aim of education is the knowledge, not of facts, but of values”
- William S. Burroughs**

GUEST FACULTY



Dr. B.G. Subba Rao
M.B.B.S, M.D
Professor



Mr. Ananthaya Acharya
D.M.E, C.M.M
Professor



Mrs. Shobha Prabhu
M.Com
Professor



Mr. Thomas K. V.
M.A
Professor



Dr. B. Prakash Babu
M.Sc, P.H.D
Professor



Mr. Vaibhav Pai
M.Tec.
Assistant Professor



Ms. Divya Rani
M.A
Assistant Professor



Ms. Sharnila D Silva
M.A
Lecturer



Ms. Pallavi M
M.Com
Lecturer



Mr. Avinash S. Poojary
B.H.M, M.B.A
Lecturer



Ms. Keerthishree
M.Tech
Lecturer



Ms. Rolita Gloria D'Almeida
M.A, B.Ed, I.A.T.A
Lecturer



Ms. Santhoshima
M.A
Lecturer



Ms. Anitha
M.Sc
Lecturer



Ms. Suparna H R.
M.Sc.
Lecturer



Ms. Prkrathi
M.A
Lecturer



Mr. Salahuddin Naziruddin
Kamfod
M.B.A
Lecturer



Ms. Thilaka Kumari
M.A, B.Ed
Lecturer



Ms. Snehaprabha Kudva
M.Com, B.Ed
Lecturer



Ms. Janet Laveena D'Silva
M.A
Lecturer



Mr. Pradeep G. Shetty
M.C.A
Lecturer



Mr. Sathish Naik C
B.Sc
Lecturer



Ms. Saritha S. Sallan
B.Com
Assistant Lecturer



Ms. Vandana Krishna
B.Sc, F.D
Assistant Lecturer



Ms. Freyan D'Souza
Diploma in Animation
Computer Laboratory
Instructor

NON-TEACHING STAFF



Ms. Latha P. Naik
B.Com
L.D.C



Ms. Anuradha Shenoy
M.Com
L.D.C



Ms. Preethi
M.Com
L.D.C



Ms. Ramitha
B.Sc
L.D.C



Ms. Vanitha S
B.Com
L.D.C



Ms. Joylin Edith Dsouza
B.C.A
L.D.C



Ms. Chaitra
Office Assistant



Mr. Akshay Shetty
B.Com
Accountant



Ms. Prathibha
M.Com
Accountant



Ms. Kavyashree M.
M.B.A
Student Development Officer



Ms. Sushmitha Kauchan
M.B.A
Admission Counsellor



Ms. Deeksha
B.Com
Admission Counsellor



Mr. Avinash Shetty
Assistant Chef



Mr. Raghavendra Rao
Hostel Warden / Transport
Supervisor



Ms. Jitha A.S
Hostel Warden



Ms. Jiji Sivan
Hostel Warden



Ms. Shobha Vasant Moger
Hostel Warden



Mr. Shivananda
Office Staff



Mr. Guresh
Office Staff



Mr. Divakar Shettigar
Office Staff



Ms. Anitha P.
Office Staff



Ms. Sunitha
Lab Assistant



Ms. Rajeshwari
Library Assistant



Ms. Mohini
Lab Assistant



Mr. Prasanna Kamath
Lab Assistant



Ms. Bhavya
Lab Assistant



Mr. Umesh Bola
Security Personnel



Mr. Mohanraj
Maintenance Manager



Mr. Prashanth Poojary
Maintenance Staff



Mr. Vasanth L. P.
Transport Staff



Mr. Arun Kumar
Transport Staff



Mr. Ashokan C. T.
Transport Staff



Mr. Thimmappa
Transport Staff



Mr. Krishna Poojary
Transport Staff



Mr. Manjunath
Transport Staff



Mr. Sathish
Transport Staff



Mr. Shrikanth
Transport Staff



Mr. Prashanth Nayak
Cook



Mr. Gopal
Cook



Mr. Vasu
Cook



Mr. Raghavendra
Assistant Cook



Mr. Edwin Lobo
Hostel Kitchen Supervisor



Mr. Harish Bangera
Housekeeping Staff



Mr. Thammayya
Housekeeping Staff



Ms. Vasanthi
Housekeeping Staff



Ms. Parvati
Housekeeping Staff



Ms. Seetha
Housekeeping Staff



Mr. Sudhakar
Housekeeping Staff



Ms. Surekha M.
Housekeeping Staff



Ms. Geetha
Housekeeping Staff



Mr. Shrinivas Naik
Housekeeping Staff



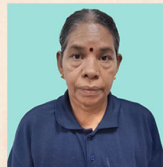
Mr. Maruthi
Housekeeping Staff



Mr. Uday
Housekeeping Staff



Mr. Sadashiva
Housekeeping Staff



Ms. Geetha Shettigar
Housekeeping Staff



Ms. Rathi
Housekeeping Staff



Ms. Geetha
Hostel Helper

**“Education is what remains after one has forgotten
what one has learned in school”
- Albert Einstein**

**B.Sc. Hospitality Science &
Aviation & Hospitality Management/
Supply Chain & Logistics Management
Batch 2021-24**



ADWATH G NAIR



AJFAR



ALAN BABY JOHN



ALBIN K S



ANANYA NAYAK



ASHISH DSOUZA



ASHISH V SHETTY



ASHWIN DESAI



ATHUL SOJAN



AYUSH TOM



BHANUSHREE H K



BHAVESH POOJARI



BHUSHRIYA



BIMAL BINOY



BLEBIN K THOMAS



CHIRAG B PALAN



DARSHAN S S



DARSHAN



DERIK DESAI



DEVIPRASAD



DIVYA A



ESHAN POOJARY



GAURAV G KUNDER



GOPAKUMAR G



HAREESH SHANKAR AMBIG



JOVIAL DARYL SOANS



JOYAL KURIAKOSE



JYOTHISH JAYAN



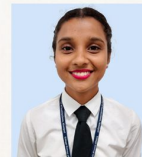
KEERTHIKUMAR K



KIRAN SUNAR



MAHAMMAD THASLEEM



MAITHRI



MELBIN SAM



MUHAMMAD



NAGAVENI



NARAYANA SHETTY B K



NEHA KHADER SAHEB



NISHANTH SHETTY



NITHIN T



POJARY SATHVIK SHASHIDHAR



RIDHA FATHIMA



ROSHAN MELROY DSOUZA



SACHIN KUMAR



SACHIN



SANGEETHA M P



SHREYAS M S



SHRIKANTH T S



SREEJITH P KAMAL



SREERAG A P



VIJNESH N NAYAK



VJETH MOGAVEERA



VINITH M S

**B.Sc. Food Technology
Batch 2021-24**



ABDUL BAASATH RAHAMATH



ADITYA V HEBBAR



ANEES



BHARGAVI



DIYA N



D'SOUZA JOYSTAN CHAELEY



KIRAN



MOHAN CHANDRAKANT
DESHBHANDARI



NAGASHREE PRAVEEN SHET



NANDITHA THIMMAPPA MOGER



NITIN VENKATRAMAN GOUDA



REKHA NARAYAN MOGER



RITHIKSHA SUBHASH



ROHAN



SAKSHI NAGARAJA MADIVAL



SHEIKH MOHAMMAD FARMAN



SINCHANA UDAY NAIK



SRAJAN



SRUSTI D



YATHISH M KOTIAN

**Bachelor of Commerce
&
Aviation & Hospitality Management/
Supply Chain and Logistics Management
Batch 2021-24**



AISWARYA M.S



DANE VAIL MENDONCA



DHANYA ACHARYA



DISHA MATHIAS



HUZAIFA



MANASA K.N



NISHMITHA NAIK



RAMYA R



RASHMITHA



SHETTIGAR AISHWARYA NAGESH



SHIVANI SANIL



SHREYA K



SOWMYA



ABDUL SUBHAN



B. VINAYAK BALIGA



DHANUSH



GANESH KRISHNAMURTI NAIK



HEMANTHA KUMAR P.N



LINAL PREM DOUZA



MAHAMMAD ANSHIF



MOHAMMAD AFIL K.T



MOHAMMED ABZAN



MOHAMMED ALFAHAD



MOHAMMED FAIZAN T.F



MOHAMMED FAUZAR



MOHAMMED RUFED



MOHAMMED THARIK



NIKETHAN



NITHIN SHETTY



NITHISH



ROSTEN ELWIN LOBO



SHASHANKA C

**Bachelor of Computer Application &
Artificial Intelligence, Big Data Analytics & Cyber Security/
Aviation & Hospitality Management/
Supply Chain & Logistics Management
Batch 2021-24**



ABHISHEK



ADITYA VIJAYENDRA SHETTY



AKHIL THOMAS



AKSHAY ASHOK SHETTY



AMRITHA R SHENOYM



ANAS SHEKH



ANUKSHA ACHARYA



ANUSHA



ANWITH SHETTY



ARUN L.R.



AYUSH SACHIN SHETTY



BHARATH KUNDER



DARSHITH



DEEKSHA



DHANUSH SHETTIGAR



DHANUSH SHETTIGAR



DURGASHREE



FARHAN AHMED



HYMAAN AHMED ALI



K RADHIKA



KARTHIK G.S.



KARTHIK



KAVYA



KISHORE A.K.



KRITHIKA SHETTY



KUSHI NAGESH SANIL



MAHESH



MANISH S SANIL



MANJULA



MANJUNATHA V.



MELWIN MANISH MENDONCA



MITHUN C.R.



MOHAMMED IRFAN K.A.



MOHAMMED IRSHAD



MOHAMMED SIFAN IMTHIYAZ



MUHAMMED IRSHAD O.P.



NAGARAJ RAMESH NAIK



NEELANJAN V.



NIKSHITHA



NIRANJANA SHETTY



NISHAL N. POOJARY



POORNESHA NAIK



PRAJWAL SHETTY



PRATHAM PRASHANT BHATTAD



PREETAM MAHESH PALEKAR



RAHEEMA SHIREEN



RAKSHITHA



RIYA G POOJARY



SAMEEHA



SANMITHA SHETTY



SANVITH



SHARATH



SHAROON



SHASHANKA



SHONISHA S KUMARI



SHRAVYA



SHREYAS



SITA Y SALIAN



SUDHEER



SUJAN ACHARYA



SUSHANTH R



SWASTHI SHETTY



TUSHAR



UTTAM U SUVARNA



V SOWMYA ACHARYA



VAISHNAV



VARALAKSHMI



VARUN KAMATH



VJAYA NAYAK



VINAYAK GURAPPA
RUDRAGANTI



VINOD MOGER



VISHNU M P

**“Excellence happens not by accident but because of constant and continuous improvement”
- Abdul Kalam**

Bachelor of Business Administration & Aviation & Hospitality Management/ Supply Chain and logistics Management Batch 2021-24



ADARSH GEORGE



AMIN SIDHESH SUDHAKAR



ASHISH NEIL CASTELINO



ATHINAND P



DANISH MOHAMMED NAZAR



MOHAMMED ANWAZ



MOHAMMED MARZUK



MOHAMMED RAHIL



RAGHAVENDRA KUMAR



REJAN MARTIS



ROLAN GLAN D SOUZA



ASHWINI



RIZA NAAZ



S VRINDA

B.Sc. Interior Design & Decoration Batch 2021-24



ADARSH P



AMAL P.M



AMAN LOBO



ASHWITHA



ATIYA FATIMA



BHARATH KUMAR



DHANYA ANJUM



HUSNA



JWAL BINURAJ



MANISH



PAWAN KUMAR



PRASHALI P SHETTY



RAHUL PRABHU



RINI T.R



ROHIN DSILVA



SAMPATH NAIK



SEBIN ROJI



SHAJHON R. PHILIP



THAIYYABA NAAZ THAHIR
AHMED



UPPOOR MALAIKA RAMESH

**B.Sc. Fashion Design
Batch 2021-24**



AKANKSHA A SHETTY



ANJALI



FATHIMATHUL AMRA



LAVANYA



NAGASHREE S ACHARYA



PATHGAR RAWOOFA IRAM



PRAJWAL SADANANDA
DEVADIGA



PRATHIKSHA M POOJARY



REEMA FERNANDES



RUBEENA R



SUSHMITHA G



SUSHMITHA KULAL



THAHSEEN ABDUL REHMAN



VAISHNAVI



VJIETHA

**“Knowledge can only be got in one way, the way
of experience; there is no other way to know”
- Swami Vivekananda**

B.Sc. Nursing Batch - A, 2020-24



ADHNaN MUHAMMED ALI



ADITHYA K



AISWARYA N. A



AJEENAMOL P. SAJI



AJOY MATHEW K.J



ALEX JOSEPH M.C



ALEX JOSEPH



ALFRED BLJU VRAGHESE



ALPHONSA SONY



ALPHY JOSE K.J



ANJU AJI



ANJU TREESA PUNNOOSE



APARNA ANIL



APARNA BINU



ARSHITHA P



ARUNIMA SHIBU



ASHWIN P. ISSAC



BENAT BLJU



BINI VARGHESE



BOBINA BABU V



BRILLY JOSHY



CHRISTY JOSEPH



CHRISTYMOL K. S



DEEKSHA



DHANYA GAJANAN AMBIG



DILLNA GEORGE



DONA THOMAS



GOPIKA P



HARSHA H. NAIR



JEBIN JACOB



JIBINA T



JINTU JAMES



JOSE JOSEPH



JOSHINAMOL JOJO



LAKSHMI P



LIVINA ROY



MADHVI S. ACHARYA



MALATESH MUDAKANNAVAR



MARIAM JO



MARIYA JOHN



MAYA VV



SNEHMNMOL V.R



NAJIYA NASRIN



NANDAKRISHNAN S



NANMA C.J



NIKHITHA P



NIYATHI SURESH



RENUSHA P.P



REVATHI A

**B.Sc. Nursing
Batch - A, 2020-24**



RINTU THOMAS



SANIMOL SAJU



SARANYA JAYAN



SEENIA JOSHY



SNEHA MARIYA THOMAS



SWAPNA K.S



SYAMA MANOJ



UTHARA M



VINITHA VJAYAN



VISHNUPRIYA S

**“By education, I mean an all-round drawing out of the
best in the child and man-body, mind, and spirit”
- Gandhiji**

B.Sc. Nursing Batch - B, 2020-24



A.T. JOSEPH



ADITI ASHOK PILGAONKAR



ALEX TOM



ANANYA V SHETTY



ANN MARY BENNY



ANTU ANTONY



ANU JOSEPH



ANUSREE S.M



ASHITHA



BLESSY ANTHONY GUDINHO



CHAITHRA



CHRISTEENA VARGHESE



EMIL JOSEPH



GOURI PARVATHY S



LENITA MATHIAS



MEGHANA



MIDHUN KRISHNA GOPA KUMAR



MOKSHITHA



NEHA M



NIKHITHA



PRATHIBHA



RAKSHITHA



REBEKA S



RIYAJ FAKRUSAB ABBIGERI



ROJA SHRIDHAR NAIK



SABREEN



SAHL KHAN



SAMBRIN



SHIJINA V.S



SMITHA



SPANDANA



SRUTHI SALI



SUHASINI MANJUNATH NAIK



SUNITHA



TASMIYA SYED MAQBUL SAB



THAJNA



USHA PATIL



VARSHA

**“Education is what remains after one has forgotten
what one has learned in school.” - Albert Einstein**

General Nursing and Midwifery (G.N.M) Batch - A, 2021-24



ABHINAV P.G



ABHIYA K.P



ABIGAIL PEARL SEQUEIRA



AISHWARYA SHETTY



ANANYA POOJARI



ANATT JAISON



ANNAMMA K.A



ASHA



ATHULYA



BERLIN RICHARD



BIBIN FRANCIS P.B



BRIGHTIL BLJU



DEEKSHITHA K.N



DEEPTHI



DHANUSHREE



EMIL SEBASTIAN



HARIPRIYA



JAYASHREE



KIRAN K



KRITHI



LAKSHMI



LIDIYA ASHWINI DIAS



MEGHANA S



MEGHANA



MINNU MATHEW



NAGAMURTI JANARDHAN NAIK



NAMITHA



NEENU JOSEPH



NEHA



NIKHITHA



NISARGA



NIISHMITHA



PRIYANKA



RAKSHITHA JOGI



RAKSHITHA



RAMITHA



RASHMITHA



ROOPA



RUTHIKA



SHREYA



SHWETHA



SNEHA



SONIA



SPANDANA



SUDEEKSHA



SUMITHRA



SWATHI



TOM AUGUSTINE



VAISHALI

General Nursing and Midwifery Batch - B, 2021-24



AISHWARYA



AKSHAY S. KULAL



ANUSHA K



ANUSHA P



ANUSHA



AROL SHAWN DMELLO



ASHMITHA



BHOOMIKA H.L.



DEEPA



DEEPAK S



DHANYASHREE S DEVADIGA



DIVYA



GOPALA HANAMANTAPPA
SHESHAGIRI



INDRAMMA N



KAVERI VEERAYA
STHAVARAMATH



MANGALA



MANVITH KUMAR



MAYUR A. SHETTY



NAGASHRI H.S



NAYANA



NEHA NAGESH UPPAR



NIKHITHA



NISHMITHA A



NOVEL AVIL AMMANNA



PRAKRITHI SATHISH POOJARY



PRAMEELA



PRATHEEKSHA



PRATHVI



RACHANA



RAKSHA V. BANGERA



RAKSHITHA



RAKSHITHA S.N



RAKSHITHA



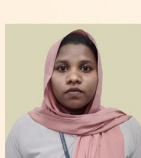
RAMYA



SAJIDA BANU



SANGEETHA



SHABEEBA P



SHILPA



SHIVANI K.S



SHREERAM



SINCHANA



SNEHA



SOWMYA



SUPREETHA



SWATHY Y



THEJASWINI



VAISHALI



VINODA



ಉಡುಪಿ ಸಮೂಹ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಮಣಿಪಾಲ
Udupi Group of Institutions, Manipal

S.No. 421, Opp. CIBM, Ananth Nagar, Shivalli, Manipal, Udupi - 576104 , Karnataka

☎ 0820-2570924 🌐 www.udupicolleges.edu.in 📱 Udupi Group of Institutions, Manipal

RAJIV GANDHI UNIVERSITY OF HEALTH SCIENCES, KARNATAKA
B.Sc. Nursing Examinations 2023-24

RANK
7



Vishnupriya S

II Year
Sociology

RANK
8



Senha Mariya Thomas

IV Year
Management of Nursing Services &
Education

RANK
9



Anu Joseph

II Year
Communication & Educational Technology

RANK
10



Aditi Ashok Pilgaonkar

II Year
Community Health Nursing

- The Best Compliments from -
Management, Principal, Teaching and Non-Teaching Staff

Academic Excellence



Thahseen Abdul Rehman
B.Sc. F.D
I Place



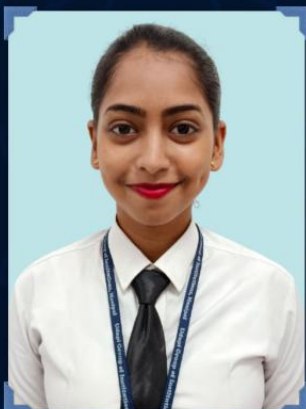
Sushmitha G
B.Sc. F.D
II Place



Dhaniya Anjum
B.Sc. I.D&D
I Place



Rohin Dsilva
B.Sc. I.D&D
II Place



Neha Khader Saheb
B.Sc. H.S
I Place



Ananya Nayak
B.Sc. H.S
II Place

Academic Excellence



Neelanjan V
B.C.A
I Place



V. Sowmya Acharya
B.C.A
II Place



Shettigar Aishwarya Nagesh .K
B.Com
I Place



Dane Vail Mendonca
B.Com
II Place



Riza Naaz
B.B.A
I Place



Mohammed Anwaz
B.B.A
II Place

Academic Excellence



Srusti D
B.Sc. F.T
I Place



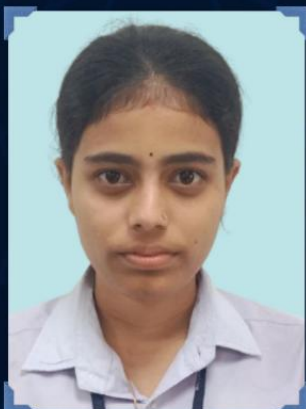
Aditya V. Hebbar
B.Sc. F.T
II Place



Mariam Jo
B.Sc. Nursing
I Place



Meghana
B.Sc. Nursing
II Place



Nishmitha A
G.N.M
I Place



Thejaswini
G.N.M
II Place



TALENTS DAY



TALENTS
DAY



Sports Day





Sports Day





**Lamp
Lighting,
Welcoming**



**&
Graduation
Ceremony**





**Lamp
Lighting,
Welcoming
&
Graduation
Ceremony**





#Kandodu Onji Dina

20

24



fashion fiesta 2024



fashion fiesta 2024



Udupi College of Professional Studies
Manipal
NATIONAL SERVICE
SCHEME
ನಾಡ್ವೇಯ ಸೇವಾ ಯೋಜನೆ

NSS Activity



N
S
S

A
N
N
U
A
L

S
P
E
C
I
A
L

C
A
M
P

2
0
2
4



N
S
S
A
N
N
U
A
L
S
P
E
C
I
A
L
C
A
M
P

2
0
2
4





Inter-House Competitions





Inter-House Competitions



National Festivals



Student Volunteers at "OFFBEAT 2023"





*Inter-Collegiate
Football
Tournament*

Miss Coastal 2024 BEAUTY PAGEANT 2nd Runner Up



LIVE IN
THE MOMENT

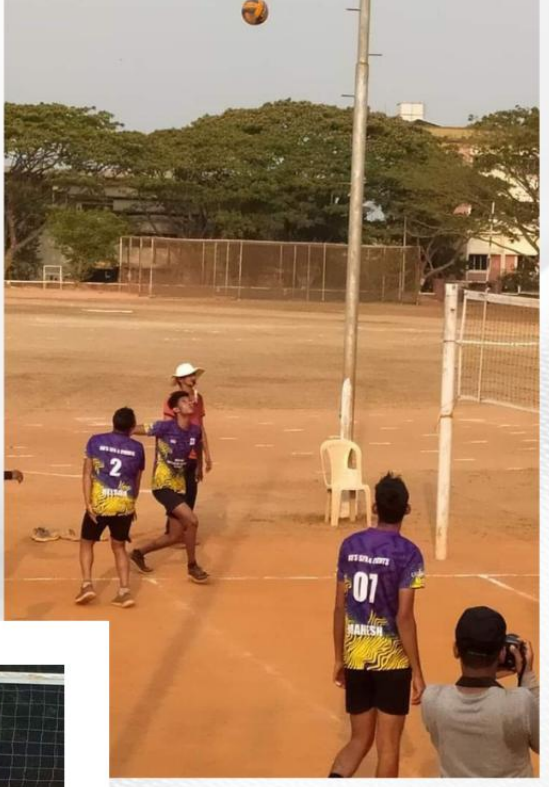


#moments

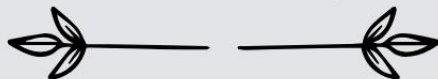


Blood Donation





"Ablaze 3.0"
Inter-Collegiate Volleyball Tournament
2nd Runner Up






Celebrations

Inter-Collegiate Men's FOOTBALL TOURNAMENT





Induction Programme

2023 - 2024



"Krtva 24" Inter-Collegiate Fest

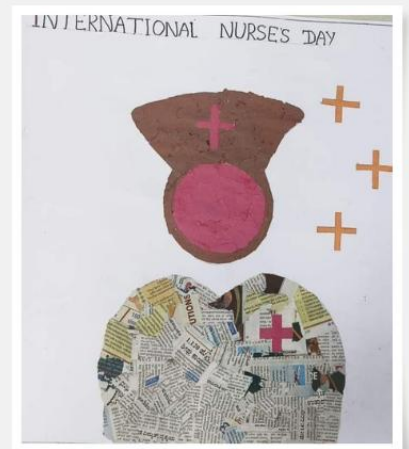
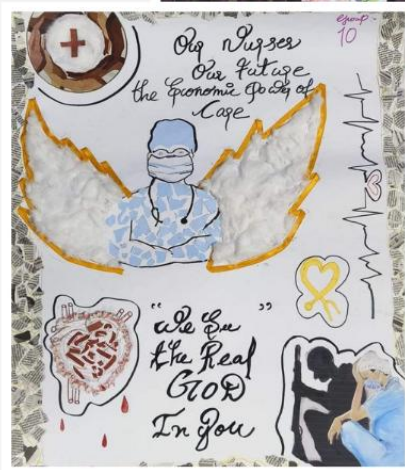
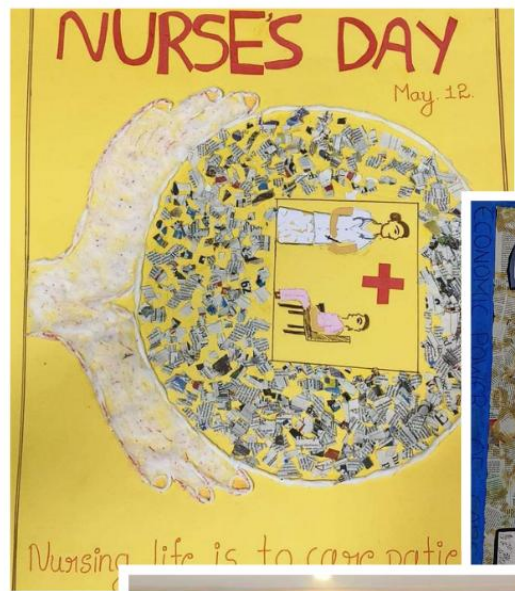


Onam - 2024



Inter-Collegiate Volleyball Tournament





International

Nurses Day



Workshop, Conference, Seminar & Special Lecture



INDUSTRIAL VISIT





FACULTY

DEVELOPMENT



PROGRAMME



TRIP TO THE CITY OF RUINS: HAMPI

Hampi, a UNESCO World Heritage site in Karnataka, India, is a city steeped in rich history, having served as the capital of the Vijayanagara Empire. During my 5th standard, I embarked on an exciting school trip to Hampi with friends, and teachers. Upon arrival, the stunning Virupaksha Temple left us awestruck. Our guide shared fascinating stories about Hampi's history. We explored iconic landmarks like: Virupaksha Temple, Lotus Mahal, Elephant Stables, Queen's Bathhouse, Underground Shiva Temple etc We spent our time absorbing the captivating views and Beautiful historical structures. Three days passed swiftly, leaving us yearning for more. Reluctantly, we bid farewell to Hampi. It was an unforgettable trip. Which taught me invaluable lessons about Karnataka's Vijayanagara Empire and Hampi's rich cultural heritage. With its magnificent architecture, Hampi is an ideal destination for history enthusiasts.

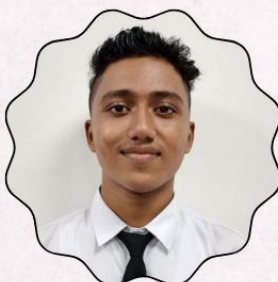


Bhagyalakshmi
II B.Sc. C.C.T



Education and Career: Building a Foundation for Success

Education is a cornerstone of personal and professional development. It equips individuals with critical thinking skills, knowledge, and the ability to adapt in an ever-changing job market. The pursuit of education, whether through formal schooling or self-directed learning, lays the groundwork for career opportunities.



Sai Karan G. N
I B.Sc. H.S

In today's competitive landscape, higher education is often viewed as essential for securing well-paying jobs. Degrees in fields like technology, healthcare, and engineering are in high demand, offering pathways to lucrative careers. However, vocational training and certifications also play a crucial role, providing practical skills that meet specific industry needs.

Moreover, education fosters lifelong learning. As industries evolve due to advancements in technology and shifting economic demands, continuous education allows professionals to remain relevant. Online courses and professional development programs have made it easier for individuals to upskill without disrupting their careers.

Networking and internships during the educational phase can also significantly enhance career prospects. These experiences not only provide practical knowledge but also help build valuable connections in the industry.

In conclusion, education and career are deeply intertwined. Investing in education opens doors to various career paths, while ongoing learning ensures adaptability and growth in one's professional journey.



An article on Women Empowerment

'I want every girl to know that her voice can change the world.'

- Malala Yousafzai

Women empowerment is crucial for societal progress. It is a significant topic of discussion in development and economics. Economic empowerment allows women in controlling and benefitting from resources, assets and incomes. When women are empowered, they can contribute effectively to the economy and decision making processes. Empowering women also involves challenging traditional gender roles and stereotypes.

Through empowerment, women can achieve financial independence and assert their rights in various spheres of life. Overall, women empowerment fosters a more inclusive and equitable society where everyone has the chance to thrive. Education is the foundation upon which any change is built. Learning helps women to help themselves and break the shackles of exclusion. Education plays a vital role in empowering women by providing them with knowledge and skills. Additionally, access to equal opportunities and rights enables women to pursue their aspirations without discrimination. There is an African adage that goes: "If you educate a boy, you train a man. If you educate a girl, you train a village."

The irony is that when women lead they tend to do as good a job as others, if not a better job. They are more likely to make decisions based on consensus-building, inclusion, compassion and with a focus on long-term sustainability. It is time to create a world where all women can meet their potential without impediment or prejudice and the world will reap the benefits. Women empowerment is about giving women equal chances in life. It means helping women get good education, jobs, and a say in important decisions. When women are empowered, they can achieve their goals and make the world better. It's important for everyone including families, schools, and governments, to support women's rights and opportunities. By doing this, we create a fairer society where both men and women can succeed. In the end, empowering women benefits not just women, but everyone in society.



Gopika P
IV B.Sc. Nursing

Mother



Darshan
II B.B.A

"Mother was the
Most beautiful woman
I ever saw
All I am love to
My mother
I attribute my success
In life to the moral
Intellectual and physical
Education I recieved from
" My Mother" .
Love as powerful as your
Mother's for you leaves it's own
Mark to have been loved so
Deeply even though the person
Who loved us is gone will give us some protection
Forever

" She did not stand alone but What stood
behind her the most potent moral force in Her
life was the love of her Father "



A FINE MORNING

A fine morning Butterfly is fluttering around blossoming flowers sun is kissing my cheek With the morning ray from tree gap air is hugging me with its immaterial touch I'm happy that my seat was waiting for me which is not occupied from anyone. In the summer morning I saw a man who was busy and trying to be perfect with his whole life Saying that ohh another fed up day on the another side another young man who was not perfect in life but leading a good summer day with pure smiles of the children saying that ohh another beautiful day at the time my waves of thought feels that "It's okay to be not okay in life".



Vinutha
IV B.P.T

WATER



Sanvith M
II B.B.A

Water is the most important resource in our lives, as you may already know. There is water in the oceans, rivers, seas, ponds, lake etc. which are all over the earth because more than 70% of the earth's surface is just water. If the water on our planet ever runs out, it would be very bad for humans, plants as well as animals. All living beings are dependent on water to grow, animals and humans need to drink water to survive, aquatic animals live in water, so they will die if there is none. Thus, if the water on the planet gets over, there will be no future for any of us. It is a must to remember that our planet earth, is our home. We all know how important it is to keep our homes clean and nice, and we also have to do the same for Earth. We must protect earth in whichever way we can, and saving water is one.



Breaking The Silence

In 2024, women's safety in India is a frequently debated topic. It is now a significant problem despite years of public discourse and policy initiatives. The number of crimes is rising day by day both outside and within the house, women are not safe. Although there are rules, there should also be necessary safety precautions that we must constantly adhere to protect women in India, protecting women has become a critical problem. Today, it is impossible to guarantee women's safety since reports of molestation domestic violence, child marriage, acid burning, rape are constantly flooding social media and newspaper. We shall only genuinely prosper as a nation on the day when women in India feel secure enough to carryout even the most basic tasks like visiting local stores, without any fear, we will only be able to fully realise the dream that our forebears had if every citizens learns what consent is and beings to respect the women around them. The government has implemented legislation about women's safety to reduce such horrific crimes against women. But as a country, we still have a long way to go. Safety for women is our priority. To enable women to live in peace, everyone must work together to make our country a safer environment for them. Although everyone including the government, corporation and individuals, must bear responsibility, it is not a personnel matter.



Shreyas
I B.Com

NATURE

The Importance of Nature: A Vital Connection

Nature is not just the backdrop of our lives; it is an essential part of our existence. From the air we breathe to the food we consume, nature provides the resources that sustain us. However, the relationship between humanity and the natural world is increasingly strained due to urbanization, pollution, and climate change.

Biodiversity: The Foundation of Ecosystems

Biodiversity is crucial for maintaining healthy ecosystems. Diverse species contribute to resilience against environmental changes and disasters. Each organism, no matter how small, plays a role in its habitat. The loss of biodiversity can lead to ecosystem collapse, affecting food security, clean water access, and overall human health.



Sushanth B. S
III B.Com

The Benefits of Nature on Human Well-Being

Spending time in nature has been shown to have profound effects on mental and physical health. Studies indicate that exposure to natural environments can reduce stress, anxiety, and depression while improving mood and cognitive function. Activities like hiking, gardening, or simply walking in a park can enhance physical fitness and foster a sense of connection to the environment.

Climate Change:

A Call to Action Climate change poses one of the most significant threats to nature and humanity alike. Rising temperatures, extreme weather events, and shifting ecosystems challenge the delicate balance that sustains life. Addressing climate change requires collective action—reducing carbon footprints, protecting natural habitats, and advocating for sustainable practices.

Conservation Efforts:

Protecting Our Planet Numerous organizations and initiatives are dedicated to conserving natural habitats and endangered species. Efforts such as reforestation, wildlife protection, and marine conservation are crucial for preserving biodiversity. Individuals can also contribute by supporting conservation efforts, reducing waste, and promoting sustainable living practices.

Conclusion:

Embracing Our Role as Stewards Understanding the intricate relationship between humans and nature is essential for fostering a sustainable future. We must recognize our role as stewards of the Earth, ensuring that we protect and nurture the natural world for generations to come. By reconnecting with nature and advocating for its preservation, we can create a harmonious existence that benefits all living beings.

Students Life at Fashion Design



Danisha
III B.Sc. F.D

As the fashion industry continues to evolve, fashion design students are at the forefront of innovation and creativity. These emerging talents are shaping the future of fashion with their unique perspectives, skills, and passion. Challenges faced by fashion design students : staying up-to-date with industry trends, developing a unique personal style, balancing creativity with commercial viability, managing time and resources, building a professional network. Skills required for success: creativity and imagination, technical skills (pattern-making, sewing, etc). communication and presentation skills, attention to detail and quality, adaptability and resilience.

Opportunities for fashion design students: internship with renowned designers, participation in fashion shows and exhibitions, collaborations with influencers and bloggers, access to industry events and conferences, scholarship and awards. Career paths for fashion design graduates : fashion designer (ready-to-wear, haute couture, etc.), fashion illustrator, pattern maker, textile designer, fashion editor/stylist. Advice for aspiring fashion designer : develop a strong portfolio, network and build relationships, stay curious and open-minded, focus on sustainability and social responsibility, pursue continuous learning and growth. Influential fashion design schools: central saint martins (london), parsons school of design (new york), fashion institute of technology (new york), london college of fashion, istituto marangoni (Milan). Notable fashion designers who were once students: Alexander McQueen, Marc Jacobs, Anna Sui, Vivienne Westwood, Rei Kawakubo.

Fashion design students are the future of the industry, bringing fresh ideas and perspectives to the table. With hard work, dedication, and a passion for fashion, these emerging talents will shape the course of fashion history.

The Impact of Mindfulness on Productivity and Mental Health



Ananya
I.B.B.A

The Impact of Mindfulness on Productivity and Mental Health:

In recent years, mindfulness has gained significant attention as a tool for improving both mental health and productivity. Originating from ancient meditation practices, mindfulness refers to being fully present and engaged in the current moment, without judgment. As our modern lives become increasingly hectic, more individuals are seeking ways to balance their mental well-being while maintaining productivity, and mindfulness has emerged as an effective solution.

Mindfulness and Mental Health:

One of the most important benefits of mindfulness is its positive impact on mental health. Research has shown that practicing mindfulness regularly can reduce stress, anxiety, and symptoms of depression. By focusing on the present, people are able to

disengage from the constant worries about the past or future, which are often triggers for stress. Mindfulness techniques such as deep breathing or guided meditation help individuals gain control over their emotional responses, making them feel calmer and more centered. Moreover, mindfulness promotes self-awareness and emotional regulation, which are essential for maintaining mental health. It allows individuals to acknowledge their feelings without getting overwhelmed by them. Studies have demonstrated that mindfulness practices can help lower cortisol levels, leading to a more relaxed and balanced state of mind. Over time, this practice strengthens resilience, enabling individuals to cope better with life's challenges.

Boosting Productivity Through Mindfulness:

Beyond its mental health benefits, mindfulness also has a profound effect on productivity. In today's fast-paced work environment, many people find themselves constantly multitasking, leading to decreased focus and burnout. Mindfulness encourages a single-task focus, which has been shown to enhance concentration and efficiency. By dedicating full attention to one task at a time, individuals can complete their work faster and with higher quality.



Scientific Evidence Supporting Mindfulness:

Scientific research has tracked the benefits of mindfulness on both mental health and productivity. Neuroscientific studies have shown that mindfulness practice can lead to structural changes in the brain, particularly in areas responsible for attention, emotion regulation, and memory. Regular mindfulness meditation has been found to increase the gray matter density in the prefrontal cortex, the part of the brain involved in executive function and decision-making.

Practical Ways to Incorporate Mindfulness:

The beauty of mindfulness lies in its simplicity and accessibility. There are several easy ways to incorporate mindfulness into daily routines without requiring significant time or effort. One of the most common methods is mindful breathing, where individuals focus on their breath to anchor themselves into the present moment. Even just a few minutes of deep, slow breathing can reduce stress and improve focus. Mindfulness meditation is another powerful practice; guided meditations, which can be found through apps or online, provide structure to mindfulness exercises that help individuals cultivate awareness and relaxation. These sessions can range from five minutes to an hour, depending on personal preference and availability. For those with busy schedules, integrating mindfulness into daily activities is a practical approach. This can be as simple as paying attention to the taste and texture of food during meals or taking a mindful walk, focusing on the sensations of the body and surroundings. The key is to stay present and engaged in whatever activity is being performed, rather than letting the mind wander. In conclusion, mindfulness offers powerful benefits for mental health and productivity. By staying present, individuals can reduce stress, improve focus, and enhance decision-making. Whether through meditation or mindful breathing, incorporating mindfulness into daily life can lead to more balanced, productive, and fulfilling existence.

The Changing Future: Trends Shaping Tomorrow

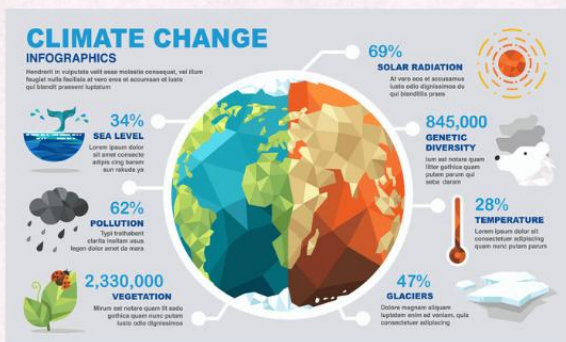
As we look ahead, several transformative trends are set to define our world. From technological advancements to change in social dynamics, these changes promise to shape various aspects of life in profound ways:

1. **Technological Advancements** - Technology is at the forefront of change. Artificial Intelligence (AI) and machine learning revolutionizing industries, from healthcare to finance. As robots and AI systems take over repetitive tasks, the demand for skills in creativity, problem solving and emotional intelligence will grow.

2. **Climate change and Sustainability**- Climate change poses one of the most significant challenges of our time. The shift towards sustainability is not just a trend, it's becoming imperative. Renewable energy sources like solar and wind are gaining traction and innovations in green technology aim to reduce carbon footprints.



Benvil Dosuza
I.B.B.A



3. **Social Dynamics and Inclusivity** - The future is increasingly characterized by a focus on inclusivity and diversity. Social movement advocating for equality and representation are gaining momentum. The cultural shift is expected to influence workplace policies, educational systems and community dynamics.



4. **Global Connectivity** - Globalization has connected people and markets like never before. However, this connectivity brings challenges such as misinformation and cultural homogenization. The future will likely require a balance between embracing global networks and preserving local identities .

The changing future is marked by dynamic trends that will re-shape societies, economies and individual lives. As we move forward, the choices we make today will significantly influence the world of tomorrow, underscoring the importance of collective responsibility in shaping bright future.

ಅಮ್ಮ

ತಾಯಿ ಎಂಬ ಪದವು ಅತ್ಯಂತ ಧಾರ್ಮಿಕ ಪದವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಯಾರನ್ನು 'ಅಮ್ಮ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆಯೋ ಅವರು ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ತ್ಯಾಗ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಅವಳ ಇಡೀ ಜೀವನವು ತನ್ನ



ಅಂಕಿತಾ

||| ಬಿ.ಎಸ್.ಸಿ. ಎಫ್.ಡಿ

ಮಗುವಿನ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ, ಅವರ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಅವರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಕಲ್ಯಾಣದ ಸುತ್ತ ಸುತ್ತುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಯು ಮಗುವಿಗೆ ಜನ್ಮ ನೀಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ತನ್ನ ಮಗುವನ್ನು

ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜೀವಮಾನದ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಏಕೈಕ ಬೇಷರತ್ತಾದ ಪ್ರೀತಿ ಎಂದರೆ ತಾಯಿಯ ಪ್ರೀತಿ. ನನ್ನ ತಾಯಿ ನನ್ನ ಸ್ಫೂರ್ತಿ, ನನ್ನ ಸೂಪರ್ ಹೀರೋ, ನನ್ನ ಉತ್ತಮ ಸ್ನೇಹಿತೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಬೆಳಕು. ನನ್ನ ತಾಯಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನನ್ನ ಜೀವನ ಸುಂದರವಾಗಿರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಬದುಕಿನ ಏರಿಳಿತಗಳು ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಪ್ರತಿ ಹೆಜ್ಜೆಯಲ್ಲೂ ಅವಳು ನನ್ನ ಕೈಯನ್ನು ಹಿಡಿದು ನನ್ನನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತಾಳೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಏನೇ ಆಗಲಿ, ನನ್ನ ತಾಯಿ ಯಾವಾಗಲೂ ನನ್ನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾಳೆ - ನನ್ನನ್ನು ಹುರಿದುಂಬಿಸುತ್ತಾಳೆ ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತಾಳೆ. ತಾಯಂದಿರು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ.

ತಾಯಿ ತನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಷರತ್ತುಗಳಿಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ. ಅಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯ ಪ್ರೀತಿಯು ಬೇಷರತ್ತಾದದು ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ನಾನು ಅವಳಿಂದ ದಯೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ. ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಎಷ್ಟೇ ಕೆಟ್ಟದಾಗಿದ್ದರೂ, ಪ್ರೀತಿ ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವಳು ನನಗೆ ಕಲಿಸಿದಳು. ಅವಳು ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿ ದೊಡ್ಡ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಆಧಾರ ಸ್ತಂಭವಾಗಿದ್ದಾಳೆ. ನನ್ನ ತಾಯಿಯೇ ನನ್ನ ದೊಡ್ಡ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ನಾನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಸಂಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನಿಂತಾಗ ಅವಳ ಮಾತು ನನ್ನನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಬಲಶಾಲಿಯಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಅವಳು ಹೊಂದಿರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಗುಣವೆಂದರೆ ಅವಳ ತಾಳ್ಮೆ. ಅವಳಿಗಿರುವ ತಾಳ್ಮೆ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಇರುವುದು ಕಷ್ಟ. ಕುಟುಂಬವು ತುಂಬಾ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಬಂಧಿತವಾಗಿರುವ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಅವಳು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಂದು



ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ತನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತಾಳೆ. ತಮ್ಮ ತಾಯಂದಿರನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಅರ್ಹವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಗೌರವವನ್ನು ನೀಡುವುದು ಪ್ರತಿ ಮಗುವಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ದಾಂಡೇಲಿ

ದಾಂಡೇಲಿ ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಒಂದು ಕೈಗಾರಿಕೆ ಸಾಂದ್ರಿತ ಊರು. ಕಾಳಿ ನದಿಯ ದಡದಲ್ಲಿರುವ ಪುಟ್ಟ ನಗರ ಎಂದೂ ಹೇಳಬಹುದು. ದಟ್ಟ ಅರಣ್ಯದ ಮಧ್ಯೆ ಹಲವು ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡಿದ್ದರಿಂದಾಗಿ, ಉತ್ತರ ಭಾರತದ ಉದ್ಯಮಿಗಳು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದು ಕಾಗದ ಕಾರ್ಖಾನೆ, ಕಬ್ಬಿಣದ ವಿವಿಧ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು, ಮೆದು ಮರ ಕಾರ್ಖಾನೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ದಾಂಡೇಲಿ ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದ ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪಶ್ಚಿಮ ಘಟ್ಟಗಳ ಸುಂದರ ಹಸಿರಿನ ಮಡಿಲಲ್ಲಿರುವ ಸುಂದರ ನಗರ. ಇಲ್ಲಿನ ಜಲಸಾಹಸ ಕ್ರೀಡೆಯಿಂದಾಗಿ ದಾಂಡೇಲಿಯು ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದಲ್ಲೇ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ. ದಾಂಡೇಲಿ ನಗರವು ಪ್ರವಾಸಿ ಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ಆಕರ್ಷಕ ಹಾಗೂ ಸಾಹಸಮಯ ತಾಣವಾಗಿದೆ. ಈ ಆಕರ್ಷಕ ನಗರವು ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಔದ್ಯೋಗಿಕವಾಗಿಯೂ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೆಸರಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿರುವ ಕಾಗದ ಕಾರ್ಖಾನೆ (The West Coast Paper Mills) ದಾಂಡೇಲಿಯ ನಗರವನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ.



ನಾಗಶ್ರೀ
| ಬಿ.ಕಾಂ



ಬಿಳಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಸಾಹಸ ಜಲಕ್ರೀಡೆ ರಾಫ್ಟಿಂಗ್ ಗಾಗಿ ಭಾರತದಲ್ಲೇ ದಾಂಡೇಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದೆ. *ದಾಂಡೇಲಿ ಹಿಂದಿನ ಕಥೆ* : ಇಲ್ಲಿ ದಟ್ಟ ದಂಡಕಾರಣ್ಯ ಇರುವುದರಿಂದ ದಾಂಡೇಲಿ ನಗರವೆಂಬ ಹೆಸರು ಬಂದಿದೆ ಎಂಬ ಪ್ರತೀತಿ ಇದೆ. ಅಲ್ಲದೇ ಇಲ್ಲಿರುವ ದಾಂಡೇಲಪ್ಪ ದೇವಸ್ಥಾನದಿಂದಾಗಿ ದಾಂಡೇಲಿ ಎಂಬ ಹೆಸರು ಬಂದಿದೆ ಎಂಬ ಇನ್ನೊಂದು ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ.

ದಂಡಕನಾಯಕ ಎಂಬ ರಾಜನು ಇಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಕೃತಿ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ನೋಡಿ ಈ ಅರಣ್ಯಕ್ಕೆ ತನ್ನದೇ ಹೆಸರು ಇರಲಿ ಎಂದು ಇಟ್ಟನೆಂದು ನಂತರ ಕ್ರಮೇಣ ದಾಂಡೇಲಿ ಎಂದಾಯಿತು ಎಂಬುದಾಗಿ ಮತ್ತೊಂದು ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿದೆ ಎಂದು ಸ್ಥಳೀಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. *ಜನ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಭಾಷೆ ಬದಲಾಯಿಸಿ* : ದಾಂಡೇಲಿಯು ಜನಜೀವನದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಒಂದು ಮಿಶ್ರ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ದ್ವೀಪದಂತೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಉತ್ತರ ಭಾರತದ ಹಲವು ಕೆಲಸಗಾರರು ಇರುವುದರಿಂದಾಗಿ, ಹಿಂದಿಯೂ ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಂಪರ್ಕಭಾಷೆ. ಇಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ, ಕೊಂಕಣಿ, ಹಿಂದಿ ಮರಾಠಿ ಭಾಷೆಗಳು ಪ್ರಚಲಿತದಲ್ಲಿವೆ. *ಪ್ರವಾಸಿಗರು ಬರಲು ಕಾರಣ* : ದಾಂಡೇಲಿಯು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿಯೇ ಎರಡನೇ ದೊಡ್ಡ ವನ್ಯಜೀವಿಧಾಮವೆಂದು ಹೆಸರಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕೇ ಭಾರೀ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಪ್ರವಾಸಿಗರು ದಾಂಡೇಲಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. 2007 ರಲ್ಲಿ ದಾಂಡೇಲಿ ವನ್ಯಜೀವಿ ಧಾಮವನ್ನು ಹುಲಿಗಳ ಸಂರಕ್ಷಿತ ಪ್ರದೇಶವೆಂದು ಘೋಷಿಸಲಾಯಿತು. ದಾಂಡೇಲಿ ವನ್ಯಜೀವಿಧಾಮವು ಕಾಳಿ ನದಿಯ ಉಪನದಿಗಳಾದ ಕನೇರಿ ಮತ್ತು ನಾಗರುರಿಯೊಂದಿಗೆ ದಟ್ಟವಾದ ಅರಣ್ಯದಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಈ ವನ್ಯಜೀವಿ ಧಾಮವು ಹುಲಿ, ಚಿರತೆ, ಕಾಡಾನೆ, ಜಿಂಕೆ, ಕಾಡೆಮ್ಮೆ, ಕಾಡುಕೋಣ, ಕರಡಿ, ನರಿ, ಜೋಳ, ಲಂಗೂರ ಸೇರಿದಂತೆ ಸುಮಾರು 300 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಆಶ್ರಯ ನೀಡಿದೆ. ಇಲ್ಲಿನ ಕಾಳಿ ನದಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಹಸ ಜಲಕ್ರೀಡೆಗಳಾದ ರಾಫ್ಟಿಂಗ್, ಕೇಯಕಿಂಗ್, ಕನೋಯಿಂಗ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಮುಂತಾದ ಕ್ರೀಡೆಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೇ ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಸೈಕಲ್ ಸವಾರಿ, ಚಾರಣ, ಹಾಗೂ ಮೊಸಳೆಗಳ ಪಾರ್ಕ್, ಬೋಟಿಂಗ್, ಮೀನುಗಾರಿಕೆ, ಪಕ್ಷಿ ವೀಕ್ಷಣೆ ಈ ವನ್ಯಜೀವಿ ಧಾಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಸಿಗರು ಆನಂದಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಧಾರ್ಮಿಕ ಸ್ಥಳ ಉಳವಿ, ಸೈಕ್ಸ್ ಪಾಯಿಂಟ್, ಸುಪಾ ಡ್ಯಾಮ್, ಸಿಂಧೇರಿ ರಾಕ್ಸ್, ಕವಲ ಗುಹೆ ದಾಂಡೇಲಿಗೆ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿರುವ ಇತರೆ ಪ್ರೇಕ್ಷಣೀಯ ಸ್ಥಳಗಳು. ಪಶ್ಚಿಮ ಘಟ್ಟಗಳ ಸರಹದ್ದಿನ ಕಾಳಿ ನದಿ ದಂಡೆಯಲ್ಲಿರುವ ದಾಂಡೇಲಿ ನಗರವು ಸಮುದ್ರ ಮಟ್ಟದಿಂದ 1551 ಅಡಿಗಳಷ್ಟು ಎತ್ತರವಿದೆ. ಗೋವಾದಿಂದ 125 ಕಿ.ಮೀ. ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ದಾಂಡೇಲಿ, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ, ಧಾರವಾಡ, ಬೆಳಗಾವಿಗಳಿಂದ ರಸ್ತೆ ಮೂಲಕ ಬರಬಹುದಾಗಿದೆ.



ನಿರುದ್ಯೋಗ ಸಮಸ್ಯೆ

ಯಾವುದೇ ದೇಶದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಅಡಚಣೆ ಎಂದರೆ ನಿರುದ್ಯೋಗ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ನಿರುದ್ಯೋಗ ಗಂಭೀರ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ. ಶಿಕ್ಷಣದ ಕೊರತೆ, ಉದ್ಯೋಗಾವಕಾಶಗಳ ಕೊರತೆ ಇತರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ನಿರುದ್ಯೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳಾಗಿವೆ. ವಯಸ್ಸು ಕಳೆದಂತೆ ಮನುಷ್ಯ ತನಗೊಂದು ಕೆಲಸ ಹುಡುಕುವುದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ. ಕೆಲಸ ಸಿಗದಿದ್ದರೆ ಅವನಿಗೆ ನಿರಾಸೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಊಟ, ಬಟ್ಟೆ, ಕುಟುಂಬದ ಚಿಂತೆ ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ನಿರುದ್ಯೋಗ ಸಮಸ್ಯೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಅಂದರೇ ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡಲು ಶ್ರಮಪಡುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಉದ್ಯೋಗ ದೊರಕದೇ ಇರುವುದು. ಅಭಿವೃದ್ಧಿಶೀಲ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಅತೀ ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿರುದ್ಯೋಗ ಒಂದು. ಇದು ದೇಶದ ಆರ್ಥಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಅಡಚಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಸಮಾಜದ ಮೇಲೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿದೆ.

ದೇಶದಲ್ಲಿ ನಿರುದ್ಯೋಗ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳು ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿವೆ,

- *ನಿಧಾನ ಗತಿಯ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಬದಲಾವಣೆ
- *ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ತ್ವರಿತ ಹೆಚ್ಚಳಿಕೆ
- *ಕೃಷಿ ಕಾರ್ಮಿಕರಿಗೆ ಪರ್ಯಾಯ ಉದ್ಯೋಗಾವಕಾಶಗಳು ಕೊರತೆ.
- *ತಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಗತಿ



ಆಶ್ರಿತ
||| ಬಿ.ಎಸ್ಸಿ. ಎಫ್.ಟಿ

ನಿರುದ್ಯೋಗ ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ದೇಶದ ಸಾಮಾಜಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಉದ್ಯೋಗಕ್ಕೆ ಅಲೆಯುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಮಿತಿ ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ವಿಶ್ವ ವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ಪದವಿ ಪಡೆದವರು ಕೂಡ ಉದ್ಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಅಲೆಯಬೇಕಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೇ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳಲ್ಲಿ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳು ಒಂದು. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಮನುಷ್ಯನ ಕೈಗೆ ಕೆಲಸ ಇಲ್ಲದಂತಾಗಿದೆ. ಇದು ಕೂಡ ನಿರುದ್ಯೋಗಕ್ಕೆ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ. ಈ ನಿರುದ್ಯೋಗ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಯುವ ಜನರು ಹಾದಿ ತಪ್ಪುತ್ತಾರೆ. ಸೋಮಾರಿಗಳಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ದುಶ್ಚಟಗಳಿಗೆ ದಾಸರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಹಣ ಸಂಪಾದನೆಗಾಗಿ ಕಳ್ಳತನ, ಕೊಲೆ, ಸುಲಿಗೆ, ದರೋಡೆ ಮೊದಲಾದ ಸಮಾಜ ವಿರೋಧಿ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಯುವ ಜನರು ನಕ್ಸಲಿಸಂ, ಭಯೋತ್ಪಾದನೆ ಸಂಘಟನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಒಂದು ದೇಶದ ಸರ್ಕಾರ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿನ ಜನತೆಗೆ ನಿರುದ್ಯೋಗ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವತ್ತ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಗಮನಹರಿಸಬೇಕು. ಗ್ರಾಮೀಣ ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ಕೊಟ್ಟು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು. ಶಾಲಾ ಹಂತದಲ್ಲೇ ವೃತ್ತಿಪರ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು. ಯುವಜನರು ಸ್ವಯಂ ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡಲು ಉಚಿತ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ, ಸಾಲ ಸೌಲಭ್ಯ, ತೆರಿಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿ, ಸೂಕ್ತ ಮಾರುಕಟ್ಟೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು. ಗ್ರಾಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಉದ್ಯೋಗ ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುವುದರ ಮುಖಾಂತರ ಪಟ್ಟಣಕ್ಕೆ ಉದ್ಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ವಲಸೆ ಬರುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬೇಕು. ಸರ್ಕಾರದಲ್ಲಿರುವ ಲಂಚಕೋರತನ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ, ನಿರ್ಮೂಲನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಜನತೆಯ ಜ್ಞಾನದ ಮಟ್ಟ, ವಿದ್ಯಾರ್ಹತೆ, ಅನುಭವಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಉದ್ಯೋಗಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಿ, ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಾಗ ಜನತೆ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಉದ್ಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ರಾಷ್ಟ್ರವು ತಾನೇ ತಾನಾಗಿ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿದೆ.

ಪುಸ್ತಕ ಓದುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು



ಅನುಷಾ
III ಬಿ. ಸಿ.ಎ

ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮನುಷ್ಯರ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸ್ನೇಹಿತನಾಗಿದ್ದು ,ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದ ಮೂಲವಾಗಿದೆ. ' ದೇಶ ಸುತ್ತು ಕೋಶ ಓದು ' ಎಂಬ ನಾಣ್ಣುಡಿಯಂತೆ , ದೇಶ ಸುತ್ತಿದಷ್ಟೇ ಜ್ಞಾನವು ಪುಸ್ತಕ ಓದುವುದರಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವ ಹವ್ಯಾಸ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಸದಾ ಕ್ರಿಯಾ ಶೀಲರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.'ಒಂದು ಮಗು,ಒಬ್ಬ ಶಿಕ್ಷಕ,ಒಂದು ಪೆನ್ನು ಮತ್ತು ಒಂದು ಪುಸ್ತಕ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು' ಎಂದು ಮಲಾಲಾ ಯೂಸುಫ್ ಜೋಯ್ ಅವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ಪುಸ್ತಕವು ಹೊಂದಿರುವ ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ಸಿಗುವ ಜ್ಞಾನ ಎಲ್ಲದಕ್ಕಿಂತ ಯೋಗ್ಯವಾಗಿದೆ.ಹಾಗಾಗಿ ಈ ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ,ಅದನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು ಬಹಳಷ್ಟಿವೆ ಅವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯೋಣ.

ಮೊದಲೇ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದ ಶ್ರೀಮಂತ ಮೂಲವಾಗಿದ್ದು,ಅದನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು. ಪುಸ್ತಕಗಳು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಂಟಿತನವನ್ನು ಕಳೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.ಇದು ನಮ್ಮ ಜೀವನ ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ,ಶಿಸ್ತನ್ನು ಮೂಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಯಶಸ್ವಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನು ನೋಡಿದರೆ,ಅವರು ತಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯವೂ ಒಂದಿಷ್ಟು ಹೊತ್ತನ್ನು ಓದುವುದಕ್ಕೆಂದೇ ಮೀಸಲಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಯಶಸ್ವಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೇ ಪುಸ್ತಕಗಳಿಗೆ ನೀಡುವ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಪುಸ್ತಕ ಓದುವ ಹವ್ಯಾಸ ಎಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ಪ್ರಯೋಜನಗಳು:-

* ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನ ಹೆಚ್ಚುವುದಲ್ಲದೇ,ನಮಗೆ ಒಂದು ಭಾಷೆಯ ಮೇಲಿನ ಹಿಡಿತ ಇನ್ನಷ್ಟು ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

*ನಮ್ಮ ಸಮಯವನ್ನು ಸದುಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ.

*ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು,ಮನಸ್ಸು ಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಇರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

*ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ಸಂಹವನ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು ಸುಧಾರಿಸುವುದಲ್ಲದೇ,ನಮ್ಮ ಶಬ್ದಕೋಶದಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಪದಗಳನ್ನು,ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

*ಭಾಷಶುದ್ಧಿ ಹಾಗೂ ಬರವಣಿಗೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ.

*ಸ್ಮರಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

*ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನ ಮಾತ್ರ ಹೆಚ್ಚುವುದಲ್ಲದೆ,ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿ,ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ , ಸೃಜನಶೀಲನಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ.

*ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ, ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ,ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ,ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

*ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಗುರಿಯ ಕಡೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನ ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

*ಪುಸ್ತಕಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಂಟಿತನವನ್ನು ಕಳೆಯಲು ಒಳ್ಳೆಯ ಜೊತೆಗಾರ ಆಗಿದೆ.

ಬದಲಾವಣೆಗಳು:-

*ಪುಸ್ತಕ ಓದುವುದರಿಂದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸುಲಭವಾಗಿ,ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಗಳಿಸಬಹುದು.

*ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವ ಹವ್ಯಾಸ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ,ಅನಗತ್ಯ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ನೀಡುವ ಸಮಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ಸಮಯದ ಸದಪಯೋಗ ವಾಗುತ್ತದೆ.

*ಓದುವುದರಿಂದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಯೋಚಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

*ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸದಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ.

*ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಸಾಧಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಹೀಗೆ ಪುಸ್ತಕ ಓದುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು ಹಲವಾರಿವೆ.ಒಂದು ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಮಾತಿನಂತೆ,ಪುಸ್ತಕ ಹೇಳುತ್ತದೆ "ನನ್ನನು ತಲೆ ತಗ್ಗಿಸಿ ಓದು ,ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ತಲೆಯೆತ್ತುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ" . ಅಂದರೆ ಪುಸ್ತಕವು ಸಾಧನೆಗೆ ದಾರಿದೀಪವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವ ಹವ್ಯಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ.ಇದರಿಂದ ಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.ಕೆಲವು ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯೂ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.ಯಾವುದೇ ಸಂಸ್ಕೃತಿ, ನಾಗರಿಕತೆ,ಇತಿಹಾಸ ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳನ್ನು ಜೀವಂತವಾಗಿರುವಂತೆ ಪುಸ್ತಕ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಪುಸ್ತಕಗಳು ನಮಗೆ ಸಿಗುವ ಅತ್ಯಂತ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದ ಜ್ಞಾನಭಂಡಾರವಾಗಿದ್ದು,ಹಾಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ದಿನಕ್ಕೆ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಪುಟವನ್ನು ಓದುವುದನ್ನು ರೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮಾತು:

ಮಾತು ಅಡಿದರೆ ಹೋಯಿತು
ಮುತ್ತು ಒಡೆದರೆ ಹೋಯಿತು
ಇರಬೇಕು ನಮ್ಮ ಮಾತು ಮುತ್ತಿನಂತೆ
ಇರಬೇಕು ಮಾತು ಅಮ್ಮನ ಕೈ ತುತ್ತಿನಂತೆ;

ಮಾತಲ್ಲಿ ಕೂಡಿರಬೇಕು ಸೌಮ್ಯತೆ
ಮಾತಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು ಪರಿಶುದ್ಧತೆ
ಮಾತಲ್ಲಿ ತುಂಬಿರಬೇಕು ವಿನಯತೆ
ಮಾತಲ್ಲಿ ಚಿಮ್ಮಬೇಕು ಕೋಮಲತೆ;

ಮಾತಲ್ಲಿ ಇರಲಿ ಗೌರವ ಹಿರಿಯರಿಗೆ
ಮಾತಲ್ಲಿ ಇರಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಕಿರಿಯರಿಗೆ
ಮಾತು ಕೆಟ್ಟದಾದರೆ ತಪ್ಪದು ಶಾಪ
ಉಂಟೇ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಡೊಡ್ಡ ಪಾಪ

ಮಾತಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು ಸವಿ
ಮಾಡಬೇಕು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಋಷಿ
ಕೇಳಲು ಆಗಿರಬೇಕು ಮಾತು ಇಂಪು
ಹೂವಿನಂತೆ ಪಸರಿಸಬೇಕು ಅದರ ಕಂಪು;

ಮಾತಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು ಕ್ಷಮಿಸುವ ಗುಣ
ತಿಳಿದವನು ಈ ರಹಸ್ಯವನು ಜಾಣ
ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಮಾತಿಗೆ ಬೆಲೆ
ಎಣಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಅದರ ಮಹಿಮೆ;

ಮಾತು ಸಿಹಿಯಾಗಿರಲಿ ಜೇನಿನಂತೆ
ಕಹಿಯಾಗದಿರಲಿ ಬೇವಿನಂತೆ
ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ನಿನ್ನ ಮಾತಿನಿಂದ
ನೀಡು ನೀ ಸಂತೋಷವನೇ....



ಚೈತಾಲಿ ಎಮ್. ಬಂಗೇರ
||| ಬಿ.ಬಿ.ಎ

ಮುಗಿಲ ಬಂಡಿ



ಶ್ರೀಮತಿ ಭಾರತಿ ಆರ್. ನಾಯಕ್
ಸಹ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು
ಉಡುಪಿ ಕಾಲೇಜ್ ಆಫ್ ನರ್ಸಿಂಗ್, ಮಣಿಪಾಲ

ಅಗೋ ನೋಡಿ ಮುಗಿಲ ಬಂಡಿ
ಗಗನದತ್ತ ಹಾರಿದೆ
ಸುಖದ ಯಾನ ಸಾಗಲೆಂದು
ಜನತೆ ಶುಭವ ಕೋರಿದೆ .

ಭೂಮಿಯಿಂದ ವೇಗವಾಗಿ
ಹಕ್ಕಿಯಂತೆ ಸಾಗಿದೆ
ವಿಶ್ವವೆಲ್ಲ ಸುತ್ತುವಂಥ
ಜನರ ಆಸೆ ನೀಗಿದೆ.

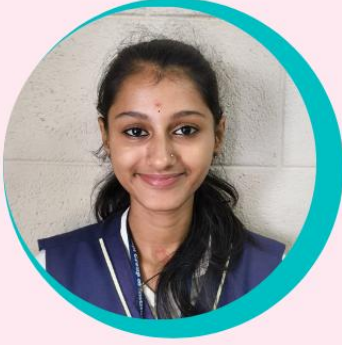
ನೀರು, ಇಂಧನ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ
ಮುಗಿಲ ಬಂಡಿ ನೀಗಿದೆ
ಅಂಚೆ ಸರಕು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು
ತಾಣದತ್ತ ಸಾಗಿದೆ.

ವಿವಿಧ ದೇಶ ಯಾನದಿಂದ ಮನಕೆ ತೃಪ್ತಿ ನೀಡಿದೆ
ನಮ್ಮ ಸೃಷ್ಟಿ ಸೋಬಾಗನ್ನೆಲ್ಲ ಸವಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ .

ಸದ್ಗುಣವ ಮುಗಿಲ ಬಂಡಿ
ಬಾಣದಂತೆ ಸಾಗಿದೆ
ಜನರ ಸೇವೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಲು ಹರುಷದಿಂದ ಬೀಗಿದೆ.



ಉಡುಪಿಯ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಮಠ



ಲಾವಣ್ಯ ಶೆಟ್ಟಿ
| ಬಿ.ಬಿ.ಎ

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಮಠವು ಕರ್ನಾಟಕದ ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಕರವಾಳಿ ಭಾಗದ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದದಂತಹ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಕೃಷ್ಣಮಠ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿರುವ ಕೃಷ್ಣನ ಪ್ರತಿಮೆಯನ್ನು ಶ್ರೀ ಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ಇಲ್ಲಿ ಇರುವ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಮತ್ತು ದ್ವೈತ ಮಠಕ್ಕೆ ಸಮರ್ಪಿತವಾದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಇತಿಹಾಸಿಕ ಹಿಂದೂ ದೇವಾಲಯವಾಗಿದೆ. ಇದು ದೈನಂದಿನ ಭಕ್ತಿ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಳವಾಗಿದೆ.ಕೃಷ್ಣ ಮಠವನ್ನು 13ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ವೈಷ್ಣವ ಸಂತ ಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು ತಮ್ಮ ತಂತ್ರ ಸಾರ ಸಂಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದಂತೆ ವಿಗ್ರಹವನ್ನು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಕನಕದಾಸರ ತೋರಿದ ತೀವ್ರವಾದ ಭಕ್ತಿಯಿಂದಾಗಿ ಪೂರ್ವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿದ್ದ ಕೃಷ್ಣನ ವಿಗ್ರಹ ಪಶ್ಚಿಮಕ್ಕೆ ಮುಖ ಮಾಡಿತ್ತು ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ ಇತರ ಎಲ್ಲಾ ಅಷ್ಟ ಮಠಗಳಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ವಿಗ್ರಹಗಳು ಪಶ್ಚಿಮಕ್ಕೆ

ಮುಖಮಾಡಿದೆ. ಒಳಗಿನ ಕಿಟಕಿಯ ಮೂಲಕ ಕೃಷ್ಣನ ದರ್ಶನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಇದನ್ನು ನವಗ್ರಹ ಕಿಂಡಿ ಮತ್ತು ಕನಕನ ಕಿಂಡಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂಬತ್ತು ರಂಧ್ರಗಳಿರುವ ನವಗ್ರಹ ಕಿಂಡಿ ಬೆಳ್ಳಿ ಲೇಪಿತ ಪೂಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವಾಲಯವು ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ 5.30ಗಂಟೆಗೆ ತೆರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಭಕ್ತರಿಗೆ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಅನ್ನ ಬ್ರಹ್ಮ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.ಪ್ರತಿ 2 ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಮುಂದಿನ ಅಷ್ಟಮಠಕ್ಕೆ ಹಸ್ತಾಂತರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.



ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಠಗಳಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಸ್ವಾಮಿ ನೇತೃತ್ವ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಪರ್ಯಾಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೇವಾಲಯದ ಉಸ್ತುವಾರಿ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪರ್ಯಾಯ 2021 ಕ್ಕೆ 500 ವರ್ಷಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿದೆ.ಕೃಷ್ಣ ಮಠ ಮತ್ತು ಉಳಿದ ದೈವ ದ್ವೈತ ಮಠಗಳು ಪಲಿಮಾರು ಮಠ,ಅದ ಮಾರು ಮಠ, ಕೃಷ್ಣಪುರ ಮಠ,ಪುತ್ತಿಗೆ ಮಠ, ಶಿರೂರು ಮಠ, ಸೋದೆ ಮಠ,ಕಾಣೆಯೂರು ಮಠ, ಪೇಜಾವರ ಮಠ, ಪ್ರತಿ 2 ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ನಡೆಯುವ ಪರ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಊರಿನಿಂದಲೂ ಬರುವ ಭಕ್ತಾದಿಗಳು ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಮೇಲು ಜನ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಕರಾವಳಿಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ವಿಜ್ರಂಭಣೆಯಿಂದ ನಡೆಯುವ ಉಡುಪಿ ಪರ್ಯಾಯ ಉತ್ಸವದಲ್ಲಿ ಬಹುವೇಷಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಉಡುಪಿಯ ಹುಲಿ ವೇಷ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿದ್ದು ವೇಷ ಭೂಷಣಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ನೋಡಲು ಊರದ ದೂರಿಂದ ಬಹು ಸಂಖ್ಯೆಯಿಂದ ಕಾಣ ತೊಡಗುವ ಭಕ್ತದಿಗಳಿಗೆ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ದರ್ಶನವು ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಕರ್ನಾಟಕದ ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆಗಳಲ್ಲಿಯಾಗಿದೆ.ಹಿಂದುಗಳ ದೇವರಾದ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಪರಮಾತ್ಮರು ಒಬ್ಬರು. ಹಲವಾರು ಭಕ್ತರು ತಮ್ಮ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ದೇವರ ಮೊರೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರವಾಸಿಗರು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ನೋಡಲು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಹಲವರು ವೇಶ ಶಭೂಷಣಗಳು ಮೆರವಣಿಗೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ದಿನದಂದು ಚಕ್ಕುಲಿ, ಲಡ್ಡು,ಹಲವರು ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಭಕ್ತಾದಿಗಳಿಗೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊಸರಿನ ಮಡಿಕೆಯನ್ನು ಮೇಲಿನಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿ ಕೆಳಗಿನಿಂದ ಹೊಡೆಯುವುದನ್ನು ಮೊದಲಿಂದಲೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ.ಉಡುಪಿಯು ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ ಸ್ಥಳ.

ತ್ಯಾಗದೇವತೆ

ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗದ ಭಾವನೆ
ಉಸಿರಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡುವ ಕಲ್ಪನೆ
ಧೈರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಫೂರ್ತಿ
ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಸ್ವಾರ್ಥಿ

ತಾಯಿಯೊಬ್ಬ ಮಹಿಳೆ
ಅವಳಾಗಿರುವಳು ಇಳಿ
ನಿಷ್ಕಲ್ಮಶ ಪ್ರೀತಿ ಅವಳದು
ಸುಂದರೆ ಬಾಂಧವ್ಯ ಅವಳದು

ತಾ ಕಷ್ಟಗಳ ಮೂಟೆ ಹೊರುವಳು
ತನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ಸುಖವ ಬಯಸುವಳು
ತಾಯಿ ಮಗುವಿನ ದೇಹ ಬೇರೆ
ಆದರೂ ಜೀವ ನಂದೇ ಎನ್ನುವ ತಾಯಿ

ಒಂಭತ್ತು ತಿಂಗಳು ಗರ್ಭದಲ್ಲಿಟ್ಟು ಪೋಷಿಸುವಳು
ಅದುವೇ ತನ್ನ ಭಾರವೆಂದೇ ತಿಳಿವಳು
ಕರುಳಬಳ್ಳಿಯ ಕೂಗ ಕೇಳುವಳು
ನೀಡುವಳು ಜನ್ಮವ ಮಾಡುವಳು ತ್ಯಾಗವ

ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೊತ್ತ ಜೀವ
ಹೆತ್ತ ನಂತರ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ ಹೊರುವಳು
ಹೊರುವಳೊಂದೇ ಭಾರ
ಮಾಡುವಳೊಂದೇ ಕಾರ್ಯ

ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಹಿಟ್ಟಿಳಿಯದಾಗ
ಹಾಲುಣಿಸಿದ ಜೀವ
ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಹಿಟ್ಟಿಟ್ಟು ಚಂದಿರನ ತೋರಿ
ಕೈ ತುತ್ತು ಕೊಟ್ಟ ಭಾವ

ಸಕಲವೂ ನಿನಗೆಂದೇ ದುಡಿವಳು
ಕಷ್ಟಗಳು ತನ್ನಲ್ಲೇ ಅಂತ್ಯವಾಗಲೆಂದು ಬಯಸುವಳು
ತನ್ನ ನೋವ ಬಿಗಿದು ಬಚ್ಚಿಡುವಳು
ಸಂಕಷ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ಸಂತೋಷವ ತೋರುವಳು

ತ್ಯಾಗಕ್ಕೆ ಇನ್ನೊಂದು ಹೆಸರು ತಾಯಿ
ಪ್ರೀತಿಯ ಜಲಪಾತ ತಾಯಿ
ಕರುಣೆಯ ತೇರು ತಾಯಿ
ಸತ್ಯವಂತಿಕೆಯ ಪುಣ್ಯಕೋಟಿ ತಾಯಿ

ಎಲ್ಲವೂ ನಶ್ವರ ನಶ್ವರ
ತಾಯಿಯ ಪ್ರೀತಿಯೊಂದೇ ಶಾಶ್ವತ



ಕಾತ್ಯಾಯಿನಿ ಗೌಡ
| ಬಿ.ಎಸ್ಸಿ. ಎಫ್.ಡಿ



ಬದುಕು

ಸಾವಿಲ್ಲದ ಸತ್ಯಕ್ಕೆ
ಸುಖವಿಲ್ಲದ ಸುಳ್ಳಿಗೆ
ಗಿರವಿ ಇಟ್ಟಿರುವ ಪುಟ್ಟ ಜೀವನ
ಉದ್ದೆಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಯವ್ವನ
ಬರಿದಾಗಿದೆ ಬಡವನ ಬದುಕಿನ ಪಯಣ

ಪುಸ್ತಕ

ಪುಸ್ತಕವೆಂಬ ಮಸ್ತಕವ
ಹಿಡಿದು ನೋಡೋ
ವಿದ್ಯೆ ಎಂಬ ಬೀಜವ
ಬಿತ್ತಿ ನೋಡೋ
ಫಲವೊಂದೇ ನೀಡದೋ
ಮನುಜ
ಫಲಿಸಿ ಆಶ್ರಯವ ನೀಡುವುದೋ

ಮೌನ

ಮೌನವಾಗಿದೆ ಮಾತುಗಳಿಲ್ಲದ
ಭಾವನೆಗಳ ಬಾಕಿ
ಮನಸ್ಸಾಗಿದೆ ಸುಟ್ಟ ಬೆಂಕಿಯ ಗಾಯಗಳ ಗಾಸಿ
ಸುಳ್ಳು ಭಾವನೆಗಳ ಬಂಧಕ್ಕೆ
ರಂಗು ರಂಗಿನ ಬಣ್ಣಗಳೇ ಸಾಕ್ಷಿ
ಈ ಕಲರವದ ಕಣ್ಣಾ ಮುಚ್ಚಲೆಯಾಟಕ್ಕಿಡು
ವಿದಾಯದ ಕೊಳ್ಳಿ

ಚಿಂತೆ

ತೊರೆದು ನೋಡು ಜೀವನದ ಚಿಂತೆ
ನಟಿಸುವರೆಲ್ಲರು ನಿನ್ನವರಂತೆ
ನೀ ಬದುಕು ನೀ ಇರುವಂತೆ
ಭ್ರಮೆಯ ಭಾರ ಕರಗಿ
ಹಗುರಾದ ಹೂವಾಗುವುದೋ ಮನ

ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಬದುಕು ಹುಟ್ಟುತ್ತಲೇ ಹೋರಾಟ

ಮೂಕಪ್ರಾಣಿಗಳ ವೇದನೆಗೆ ದನಿಯಾಗುವಿರಾ?! ರಾತ್ರಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಬೀದಿನಾಯಿಗೆ ಊಟ ಹಾಕಲು ಹೋದಾಗ ಅದೇನೂ ವಿಚಿತ್ರ ಮನೋಭಾವನೆಯಿಂದ ನೋಡುವ ಜನರು, ಅಪಹಾಸ್ಯದ ನಗುವಿನ ಜೊತೆಗೆ ನಿಮಗೆ ಮಾಡೋಕೆ ಬೇರೆ ಕೆಲಸ ಇಲ್ಲವೇ? ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೇಳಿದಾಗ, ಆ ಮೂರ್ಖರ ಮೇಲೆ ನನಗೆ ಕರುಣೆ ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೇನೂ ತೋಚುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾಣಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿ ಕರುಣೆ ತೋರಿಸಿರಿ. ನಮ್ಮ ಹಾಗೆ ಮೂಕ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೂ ಬದುಕಿದೆ ಎಂದು ಜನರು ಯಾಕೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ? ಸ್ವಲ್ಪ ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾದರೂ ನಮ್ಮಿಂದ ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಗತಿ ಏನು? ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮನೆ ಮಠ ಇಲ್ಲದವರು ಆಶ್ರಮ ಸೇರುತ್ತಾರೆ, ಏನಾದರೂ ತಿನ್ನುವ ಬಯಕೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಯೋಚನೆ ಮಾಡದೆ ಪೋಷಕರಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮವರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಚಳಿಗಾಲ ಬಂತು ಎಂದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಾರ ಮೊದಲೇ ಹೊದಿಕೆಯನ್ನು ತಯಾರಿಡುವ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ .

ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸಲು ನಮ್ಮವರು ಅಂತ ನಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವತ್ತೂ ಇರುತ್ತಾರೆ . ನಮ್ಮ ಹಲವಾರು ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ದೂಷಿಸುವವರು ಬಹಳಷ್ಟು ಮಂದಿ ಇರುತ್ತಾರೆ ಅದು ಅವರ ಹಕ್ಕು ಎಂದು ಕಡೆಗಣಿಸಿ ನಾವು ಮುಂದೆ ಸಾಗಬೇಕು ಅಷ್ಟೇ! ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ನಮ್ಮ ಪೋಷಕರು ಕಲಿಸಿದ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಎಂದು ಎಲ್ಲಾ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕಲಿಯುವ ಕಲಿಕೆ, ವಿದ್ಯಾ ಸಂಸ್ಥೆ ಗೆಳೆಯರು ಎಲ್ಲವೂ ಕೂಡ ಉತ್ತಮ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸುವ ರೂಪುರೇಷೆಯನ್ನು ನಾವು ಬೆಳೆಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. "ಎಷ್ಟು ದುಡಿದರೇನು ಪ್ರಯೋಜನ ಮೌಲ್ಯ ಇಲ್ಲದ ಬದುಕು ನಿಜಕ್ಕೂ ವ್ಯರ್ಥ.



ಪೂಜಾ ಯು. ಪೂಜಾರಿ
| ಬಿ.ಕಾಂ



ಸ್ವಲ್ಪ ಯೋಚಿಸಿ ಮೂಕ ಪ್ರಾಣಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಏನು? ಪಾಪ ಅವುಗಳದು ಹುಟ್ಟುತ್ತಲೇ ಹೋರಾಟದ ಬದುಕು. ಬಿಸಿಲು, ಚಳಿ, ಮಳೆಗೆ ಅಸಹಾಯಕರಾಗಿ ರಸ್ತೆ ಬದಿಯಲ್ಲಿ, ಹೋಟೆಲು, ಮನೆಯ ಹತ್ತಿರ ಬಂದಾಗ 60% ಜನರು ಒಳ್ಳೆಯ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ನೋಡುವುದು ಬಹಳ ವಿರಳ. ಕಲ್ಲು ಬಿಸಾಕಿ, ಬೈದು ಓಡಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚನೆ ಬರುತ್ತದೆ ನಮ್ಮ ಜನರಿಗೆ. ಹಸಿವು ತಾಳಲಾರದೆ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ತಿಂದ ಹಸುವಿನ ಘಟನೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಬಾರಿ ನಾವು ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಅನಾಥವಾಗಿ ಸತ್ತ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಕಂಡೂ ಸುಮ್ಮನಾಗುತ್ತೇವೆ. ಜನರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಹಾಗೆ ಅದಕ್ಕೂ ಒಂದು ಜೀವ ಇದೆ ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವನೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು. ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಸ್ಥೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಣಿ ಪ್ರಿಯರಿಗೆ ಪೋತ್ನಾಹ ನೀಡಬೇಕು . ಸಮಯವಿದ್ದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಕಂಬಳಿ, ಆಹಾರ, ಪ್ರಾಣಿಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಔಷಧಿಯನ್ನು ನೀಡಬಹುದು . ಹಸಿವು ತಾಳಲಾರದೆ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ತಿಂದ ಹಸುವಿನ ಘಟನೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಬಾರಿ ನಾವು ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಅನಾಥವಾಗಿ ಸತ್ತ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಕಂಡೂ ಸುಮ್ಮನಾಗುತ್ತೇವೆ. ಜನರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಹಾಗೆ ಅದಕ್ಕೂ ಒಂದು ಜೀವ ಇದೆ ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವನೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು.

ಇಂತಹ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದಲ್ಲಿ ನೀವೇ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾಣಿಗೆ ನೀಡಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ನಡೆದು ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿದ್ದಲ್ಲಿ, ವಸ್ತು ಖರೀದಿಸಲು ಹಾಗೆ ಕೆಲಸದ ನಿಮಿತ್ತ ಹೊರಗೆ ನಡೆದು ಹೋಗುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಮೂಕಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ತಿಂಡಿ ಹಾಕುವ ಯೋಚನೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ, ಇಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಖರ್ಚಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮನಸ್ಸು ಬೇಕು. ಈ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ನಿಮಗೆ ಯಾರು ಕೈ ಜೋಡಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀವು ಮಾಡುವ ಈ ಪುಣ್ಯ ಕಾರ್ಯ ನೋಡಿ ಜನರು ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಜೊತೆಗೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಆಗುವ ತೃಪ್ತಿಗೆ ಬೆಲೆ ಕಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಒಮ್ಮೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ನೋಡಿ. ಇದು ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವದ ಮಾತು. ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸರಕಾರ ವಿಶೇಷ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕು. ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಅಪಘಾತಗೊಂಡು, ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುವುದನ್ನು ನಿತ್ಯ ನಿರಂತರ ಕಂಡರೂ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರು ನಮಗ್ಯಾಕೆ ಎಂದು ಮುಂದೆ ಸಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೊಂದು ಬಾರಿ ಮೂಕಪ್ರಾಣಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ನೋಡಲು ಅಸಾಧ್ಯ. ಪಶುವೈದ್ಯರು ವಿಶೇಷ ಕಾಳಜಿಯೊಂದಿಗೆ ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಅಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ತಂಡ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ವಾಟ್ಸ್ ಅಪ್, ಫೇಸ್ ಬುಕ್ ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಿಯ ಜೊತೆ ಫೋಟೋ ಹಾಕುವುದು ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲ, ಅದರ ಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವುದು ನಿಜವಾದ ಪ್ರೀತಿ. ರಾಜಕಾರಣಿಗಳು, ಸಮಾಜ ಸೇವಕರು, ಹಣವಂತರು ಮನಸು ಮಾಡಿದರೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ನ್ಯಾಯ ದೊರಕಬಹುದು. ಪಶುವೈದ್ಯರು, ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ನೀಡಬೇಕಾದ ಆಹಾರ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕುರಿತಾಗಿ ಶಿಬಿರ ನಡೆಸಲು ಸರ್ಕಾರ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತು ನೀಡಬೇಕು. ಪ್ರಾಣಿಗಳು ನ್ಯಾಯ ಕೇಳಲು ಯಾವ ಕೋರ್ಟ್, ಪೊಲೀಸ್ ಸ್ಟೇಷನ್ ಗೆ ಹೋಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ಹೋಟೆಲು ಹೋಗಲಾರದಂತಹ ಅಸಹಾಯಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ, ಇಂತಹ ಉತ್ತರವಿಲ್ಲದ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಬುದ್ಧಿಜೀವಿಗಳಾದ ನಾವು ಪರಿಹಾರ ಹುಡುಕಬೇಕಲ್ಲವೇ?

ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ: ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಮಾರ್ಗ



ಸುಷ್ಮಿತಾ ಕ್ಯಾಸ್ಪೋಲಿನ್
||| ಬಿ.ಎಸ್ಸಿ. ಎಚ್.ಎಸ್

ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ ಎನ್ನುವುದು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದ ಹಾಗೂ ಅಗತ್ಯವಾದ ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆ, ನಿರ್ಣಯಗಳು, ಹಾಗೂ ಕೃತ್ಯಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆಯ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಹಾಗೂ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಕಾರಿ.

1. ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆಯ ಮಹತ್ವ

ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತನ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಿರಂತರವಾಗಿ ತಾವು ಎಲ್ಲಿ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಬಹುದು. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಹಾಗೂ ಜಾಗೃತೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸುಧಾರಿಸಲು ಸಹಕಾರಿ.

2. ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ

ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆಯ ಮೂಲಕ ನಾವು ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆ, ಹವ್ಯಾಸಗಳು, ಹಾಗೂ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಕುರಿತು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಹುದು. ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತು ನೀಡಬೇಕು ಹಾಗೂ ಯಾವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದು ನಮ್ಮ ನಿರ್ಣಯಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

3. ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಣೆ

ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿವಾರಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅವರು ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಬಹುದು. ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.



4. ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಯಶಸ್ಸಿಗೆ ದಾರಿ

ಯಾವುದೇ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಅಥವಾ ಏನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಲು ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಸುಧಾರಣೆ ತರಲು ಆಗದೇ ಇದ್ದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದೀರ್ಘಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಕಾಣಲು ಕಷ್ಟಪಡುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ.

5. ಮಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ

ಹಾಗಾದರೆ, ಹದವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಮಚಿತ್ತದಿಂದ ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಅತಿಯಾದ ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ ಹೀನಾಸೆ, ಆತ್ಮಕೀಳರಿಮೆ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ, ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ ಒಂದು ಪ್ರಗತಿಪರ ಮತ್ತು ಬಲವರ್ಧಕ ತತ್ವವಾಗಿರಬೇಕು, ಆದರೆ ನಾಶಕಾರಿ ಆಗಬಾರದು.

ಉಪಸಹಾರ

ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯದು ಹಾಗೂ ತಪ್ಪುಗಳೆಂಬ ಎರಡನ್ನೂ ಸಮಿಲಿತವಾಗಿ ನೋಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಮತ್ತು ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಲು ಇದು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸಮಯ ಪರವಾಗಿ ಸ್ವಯಂ ವಿಮರ್ಶೆ ನಡೆಸಿ ಉತ್ತಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಬೇಕು.

ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ (ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್)



ಆಶ್ವಿತಾ ಆರ್.ಪೂಜಾರಿ
||| ಬಿ.ಎಸ್ಸಿ. ಎಫ್.ಟಿ

ಈ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜೀವನವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಇಲ್ಲದೆ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದು ಅಸಾಧ್ಯ. ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾವು ಬಳಸುವ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ನಮಗೆ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಜೀವನವು ಸುಲಭವಾಗುವಂತೆ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಬುದ್ಧಿವಂತಗೊಳಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್ ಎನ್ನುವುದು ಯಂತ್ರಗಳು ಹೊಂದಿರುವ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಾಗಿದ್ದು ಅದರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಅವು ಮಾನವ ಸಹಾಯದಿಂದ ವಿವಿಧ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಅಮೆರಿಕಾದ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಜಾನ್ ಮೆಕಾರ್ತಿಯವರು 1956 ರಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಎ.ಐ(ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್) ಪದವನ್ನು ಬಳಕೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಂತರದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ಇಂದು ಎ.ಐ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಹಬ್ಬಿದೆ.

ಮನುಷ್ಯ ದೈಹಿಕ ಅಥವಾ ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಆಧಾರಿತವಾದ ಸಾಧನಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾಡುವಂತಹ ಅಥವಾ ಮಾಡಿಸುವಂತಹ ಆವಿಷ್ಕಾರವನ್ನೇ “ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ” ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಯ ಪ್ರಯೋಜನವೆಂದರೆ ಅದರಿಂದ ದೋಷಗಳನ್ನು ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ. ನಿಖರವಾದ ಕೆಲಸ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ “ರೋಬೋಟಿಕ್ ಸರ್ಜರಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ” ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಸಾಧನೆಯಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಹಲವಾರು ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಮನುಷ್ಯ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಅಜಾಗರೂಕತೆಯನ್ನು ಇದು ತಪ್ಪಿಸಲಿದೆ.

ಮನುಷ್ಯ ದಿನಕ್ಕೆ 5 ರಿಂದ 6 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಮಾತ್ರ ಉತ್ಪಾದಿಸಿದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಬಲ್ಲ ಎಂದು ಅನೇಕ ಅಧ್ಯಯನ ವರದಿಗಳಿವೆ. ಜೊತೆಗೆ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ವೈಯುಕ್ತಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಸಮತೋಲನಗೊಳಿಸಲು ವಿರಾಮಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಎ.ಐ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಬೇಸರದ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಎ.ಐ ನಿಂದ ಸರಳವಾಗಿ ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ ಯಾವುದೇ ಪಕ್ಷಪಾತದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ನಿಖರವಾದ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅನುಕೂಲವಾಗಿದೆ. ಈ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದ ನೇಮಕಾತಿಯಂತಹ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಪಕ್ಷಪಾತವನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



ಮಾನವ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಯನ್ನು ಅನುಕರಿಸುವ ಯಂತ್ರಗಳನ್ನು ರಚಿಸುವುದು ಸಣ್ಣ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯ ಮತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದ ಹಣವನ್ನು ವೆಚ್ಚ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸಾಧನಗಳು ನವೀಕೃತವಾಗಿರಲೂ ಮತ್ತು ಇತ್ತೀಚಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಅಪ್ಡೇಟ್ ಆಗಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಹಣದ ಖರ್ಚಾಗಲಿದೆ. ಎ.ಐ ತನ್ನ ಮಿತಿಯೊಳಗೆ ಮಾತ್ರ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಅದರಾಚೆ ಅದು ಯೋಚಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈಗಾಗಲೇ ಬದಗಿಸಲಾದ ಡೇಟಾ ಮತ್ತು ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅದು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಯ ರೋಬೋಟ್ಗಳು ಮನುಷ್ಯನ ಕೆಲಸ ಕಸಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ನಿರುದ್ಯೋಗದ ಸಮಸ್ಯೆ ತಲೆದೋರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಜಪಾನ್ ನಂತಹ ಕೆಲವು ಹೆಚ್ಚು ತಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿದ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೈಗಾರಿಕಾ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಬದಲು ರೋಬೋಟ್ಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿರುದ್ಯೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಎ.ಐ ಅಪ್ಪಿಕೇಶನ್ ಗಳ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬಳಕೆ ಮೆದುಳಿಗೆ ಕೆಲಸ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯನ ಭೌದ್ಧಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಲ್ಲಿ ಕುಂಠಿತಗೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ನೈತಿಕತೆಯು ಪ್ರಮುಖ ಮಾನವ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಎ.ಐ ಗೆ ಅಳವಡಿಸಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಎ.ಐ ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಅನಿಯಂತ್ರಿತವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಮಾನವೀಯತೆಯನ್ನು ಅಳಿಸಿ ಹಾಕುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಹಲವಾರು ಕಳವಳಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟು ಹಾಕಿದ್ದಾರೆ. ಯುದ್ಧ ಹಾಗೂ ಸೇನೆಯ ಕಾರ್ಯಚರಣೆ ಗಳಲ್ಲಿ ಎ.ಐ ಗಳ ಬಳಕೆ ವಿನಾಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ಗಳು ಹಾಗೂ ಎಐ ಆಧಾರಿತ ಯಂತ್ರಗಳು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ಮಾನವನ ಸಂಗಾತಿಯ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸುವ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಇವು ಬೆಳೆದು ನಿಂತಿವೆ.



ಸೂರಲು ಅರಮನೆ



ರಕ್ಷಾ
|| ಬಿ.ಬಿ.ಎ

ಮಣ್ಣಿನ ಅರಮನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಸೂರಲು ಅರಮನೆ ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಕೊಕ್ಕರ್ಣಿ ಸಮೀಪದ ಸೂರಲು ಎಂಬ ಊರಿನಲ್ಲಿದೆ, ಇದು ಒಂದು ಪ್ರಾಚೀನವಾದ ಅರಮನೆ. ಈ ಅರಮನೆಯು ಸರಿಸುಮಾರು ೫೦೦ ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ಹಳೆಯದ್ದು. ಕರ್ನಾಟಕದ ಏಕೈಕ ಮಣ್ಣಿನ ಅರಮನೆ ೫೦೦ ವರ್ಷಗಳ ಇತಿಹಾಸವಿರುವ ಸೂರಲು ಅರಮನೆ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಉಳಿದಿರುವ ಏಕೈಕ ಮಣ್ಣಿನ ಅರಮನೆ ಕರುನಾಡಿನ ಅರಸರು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದ ಹಲವು ಅರಮನೆಗಳು ನಶಿಸಿ ಹೋಗಿವೆ. ಸೂರಲು ಅರಮನೆಯ ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಇತಿಹಾಸ

ಕ್ರಿ. ಶ. ೧೫೦೦ ನಿರ್ಮಾಣವಾದ ಈ ಅರಮನೆಯನ್ನು ತೋಳಾರ ಅರಸರು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದರು. ತೋಳರ ಜೊತೆ ಹೋರಾಡಿ ಜಯಿಸಿದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ **ತೋಳಾರ** ಎಂದು ಹೆಸರು ಬಂತು. ಸೂರಲು ತೋಳಾರ ರಾಜಧಾನಿಯಾಗಿತ್ತು.

ಸೂರಲು ಅರಸರು ಸಾಮಂತ ರಾಜರಾಗಿದ್ದರು. ವಿಜಯನಗರ ಅರಸರಿಗೆ ಬಾರಕೂರಿನ ಅರಸರು ಸಾಮಂತರು. ಬಾರಕೂರಿನ ಅರಸರಿಗೆ ಸೂರಲು ಅರಸರು ಸಾಮಂತರು. ಕರಾವಳಿಯ ತುಳು ಅರಸರ ಶ್ರೀಮಂತ ಆಳ್ವಿಕೆಗೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಉಳಿದಿರುವ ಕೊಡುಗೆಗಳಲ್ಲಿ ಅರಮನೆ ಕೂಡ ಒಂದು. ಸುಮಾರು ೧೫ ನೇ ಶತಮಾನದ ಹಿಂದೆ ಜೈನ ಅರಸರು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದ ೧೨ ಅರಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಈಗ ಉಳಿದಿರುವುದು ಸೂರಲು ಅರಮನೆ ಮಾತ್ರ. ಈ ಅರಮನೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮರ ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಸುಟ್ಟ ಆವೆ ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ಅರಮನೆಯ ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಲಾಗಿದೆ. ಅರಮನೆಯ ವಾಸ್ತುಶಿಲ್ಪ ಹಿಂದೂ-ಜೈನ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಎರಡನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ರಾಜೇಂದ್ರ ತೋಳಾರರ ಅಳಿಯ ನಾಗೇಂದ್ರ ತೋಳಾರರು ಅಮುಜಿಯಲ್ಲಿ ಶಿವನ ದೇವಸ್ಥಾನವನ್ನು ಕಟ್ಟಿಸಿದರು. ದೇವಸ್ಥಾನದ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಭಟ್ಟರು ರಾಜರಿಗೆ ತಂದು ಕೊಡುವಾಗ ತಲೆ ಕೂದಲು ಇತ್ತು. ಇದರಿಂದ ರಾಜರು ಕೋಪಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಭಟ್ಟರಿಗೆ ಏನು ಹೇಳಬೇಕೆಂದು ತೋಚದೆ ಅದು ದೇವರ ತಲೆ ಕೂದಲು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಮುಜಿಗೆ ನಾನು ಬರುತ್ತೇನೆ ನನಗೆ ದೇವರ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ತಲೆ ಕೂದಲು ತೋರಿಸಬೇಕು ಎಂದು ರಾಜರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಭಟ್ಟರು ದೇವರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ನಾನು ಬಾಯಿ ತಪ್ಪಿ ಏನೋ ಹೇಳಿದೆ ಈಗ ನೀನೇ ಕಾಪಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ರಾಜರು ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಬಂದು ಪೂಜೆ ಮಾಡುವಾಗ ದೇವರ ತಲೆಯಿಂದ ಕೂದಲು ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಅಮುಜಿಯಲ್ಲಿನ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಸಿರಿಮುಡಿ ಮಹಾಲಿಂಗೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ ಎಂದು ಹೆಸರು ಬಂತು.

ಸೂರಲಿನ ಅರಮನೆಯ ಬಳಿ ಮಹಾಲಿಂಗೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ ಇದೆ. ಆ ದೇವಸ್ಥಾನ ಸುಮಾರು ೧೫೦೦ ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ಹಳೆಯದು. ದೇವಸ್ಥಾನವು ಅರಮನೆಯ ರಾಜರಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದಾಗಿದೆ. ಅರಸರು ದೇವಸ್ಥಾನದ ಮೋಕ್ಷೇಸರರು ಆಗಿದ್ದರು. ಉತ್ಸವದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅರಸರನ್ನು ಪಲ್ಲಕ್ಕಿಯಲ್ಲಿ ಕೂರಿಸಿಕೊಂಡು ಕೊಡೆ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಕುಕ್ಕೆಹಳ್ಳಿ ಮಹಾಲಿಂಗೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಸೂರಲು ಮಹಾಲಿಂಗೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಶಿರೂರು (ಮುದ್ದು ಮನೆ) ಮಹಾಲಿಂಗೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ ಈ ಮೂರು ದೇವಸ್ಥಾನ ಒಬ್ಬನೆ ರಕ್ಷಣೆ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆ ಮಾಡಿದ ಕ್ಷೇತ್ರ. ಸೂರಲು ಅರಮನೆಯ ರಾಜರು ಪೆರ್ಡೂರು ಅನಂತ ಪದ್ಮನಾಭ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಸ್ವರ್ಣ ಕವಚ ಮಾಡಿದರು. ಕೊಕ್ಕರ್ಣಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮೊಗವೀರ ಪೇಟೆ ಸೂರಲು ಅರಮನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದು.

ಅರಮನೆಯ ಸ್ವರೂಪ

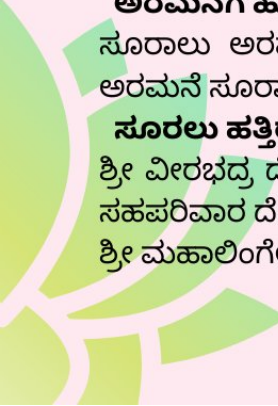
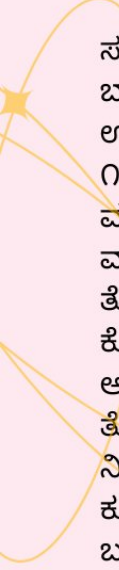
ಅರಮನೆಯ ಸ್ವರೂಪ ಈ ಅರಮನೆಯ ಒಳಗೆ ಹೋದರೆ ಹಳೆ ಕಾಲದ ವೈಭವದ ಕುರುಹುಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಅರಮನೆಯ ಪ್ರವೇಶದ ಹೆಬ್ಬಾಗಿಲಿನ ಚಾವಡಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಪೆರ್ಡೂರು ಮಾಗಣಿ ಚಾವಡಿ, ಪಟ್ಟದ ಚಾವಡಿಯನ್ನು ಸಹ ಕಾಣಬಹುದು. ಆಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅರಮನೆಯ ಹೆಬ್ಬಾಗಿಲಿನಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಯ ಪಂಚಾಯಿತಿಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅರಮನೆಯೊಳಗೆ ಪದ್ಮಾವತಿ ಮಂದಿರವಿದೆ. ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ವಾಸವಿದ್ದ ಅರಸರ ಆರಾಧ್ಯ ದೇವತೆಗಳಾಗಿದ್ದರು.

ಅರಮನೆಗೆ ಹೋಗುವ ದಾರಿ

ಸೂರಲು ಅರಮನೆ ಉಡುಪಿಯಿಂದ ೧೫ ಕಿ.ಮೀ ದೂರವಿದೆ. ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಕೊಕ್ಕರ್ಣಿ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿರುವ ಈ ಅರಮನೆ ಸೂರಲು ಎಂಬ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿದೆ.

ಸೂರಲು ಹತ್ತಿರವಿರುವ ದೇವಸ್ಥಾನ

ಶ್ರೀ ವೀರಭದ್ರ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಶ್ರೀ ಕಲ್ಕುಡ್ಡ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಶ್ರೀ ಭಗವಾನ್ ಬಬ್ಬು ಸ್ವಾಮಿ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಶ್ರೀ ಬೊಬ್ಬಯ್ಯ ಮತ್ತು ಸಹಪರಿವಾರ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಮಹಾತೋಬಾರ ಶ್ರೀ ಮಹಾಲಿಂಗೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ.





"मित्र मंडली"



Sifana
III B.Sc. F.D

मित्र मंडली हमारे जीवन का एक महत्वपूर्ण पहलू है। मित्र हमारे जीवन को रंगीन और आनंदमय बनाते हैं। वे हमारी भावनाओं को समझते हैं, हमें सही सलाह देते हैं, और हमें जीवन की चुनौतियों का सामना करने में मदद करते हैं।

एक अच्छा मित्र मंडली हमें मानसिक स्वास्थ्य, समर्थन प्रणाली, आत्मविश्वास, नए अनुभव, और सामाजिक संबंध प्रदान करता है। मित्र हमें तनाव और चिंता से मुक्ति दिलाते हैं और हमें जीवन की कठिनाइयों में सहारा देते हैं। वे हमें आत्मविश्वास बढ़ाने में मदद करते हैं और हमें नए अनुभव और अवसर प्रदान करते हैं।

एक अच्छे मित्र मंडली के गुणों में विश्वास, सम्मान, सहयोग, संवेदनशीलता, और मजाक शामिल हैं। मित्रों के बीच विश्वास होना आवश्यक है, और वे एक दूसरे की भावनाओं को समझने का प्रयास करते हैं। मित्रों को एक दूसरे की मदद करनी चाहिए और एक दूसरे के साथ मजाक करना चाहिए।

अंत में, मित्र मंडली हमारे जीवन का एक महत्वपूर्ण पहलू है। हमें अपने मित्रों को महत्व देना चाहिए और उनके साथ अच्छे संबंध बनाने का प्रयास करना चाहिए। मित्र हमारे जीवन को आनंदमय और सफल बनाते हैं, और हमें उनके साथ समय बिताने का आनंद लेना चाहिए।

इस साल मैं बलात्कार का संख्या बहुत बड ग यी है।



प्राचीन काल में महिला को बहुत अच्छे तरह से गौरव देते थे। महिला का आवश्यक इस संसार में जरूरत है। हमने महिला को भूमि के साथ तुलना किया गया है।

जन्म से ही जब एक लड़की का जन्म होती है तब से उसकी माता पिता की जिम्मेदारी शुरू होती है। जब उसकी प्राय जब बढ़ती है। तब उसकी कर्तव्य शुरू हो जाती है। लड़की होने के नाते उन लोगो को ये एक बलात्कार भी देखने पड़ा। महिला को शिषण देने से पहले पुरुष को देने से पहले पुरुष को दें चाहिए। लड़के को जन्म से ही उनकी माता या पिता ने उन लोगो को लड़की का मान देने का बात कहा तो तब उन लोगो को पता चलेगा। जब हर पड़ाई घर मे आरंभ होती है क्यों है पड़ाई भी नहीं?

पातशाला में उसकी जानकारी के लिए कहीं ज्ञानी को बुलाया जाता है। इस तरह से सबको उसकी जानकारी और समजदारी भी मिलता है। इसी तरह हम उसको दूर करके संसार को अच्छे रूप को देना चाहिए।

इस साल में अत्याचार का प्रमाण बड गया है। और हम भारत मे देख जाये तो सब जगह इस समाचार बहुत फेल गया है। इस को हमे काबर मे रकने के लिए संसार और प्रत्येक सरकार कोशिश कर रही है। परन्तु उन लोगो को काबू करने में वो विफल हो गए। वो लोग इस के बारे मे नहीं सोचते। उन लोगो के पास अधिकार है तो भी वो कुछ नहीं करते। उन लोग अपने शोर मे ही सोचते है। जब उसकी परिवार को कुछ समस्या आयी तो तब वो लोग का पता चलता है की कुछ करना है।

इसलिए हम लोग साथ में मिलकर इस सस्या को निभाना चाहिए। अंथ मे इस अत्याचार को मुक्ति देना चाहिए।



Vinitha
III B.Sc. F.T





"देश के वीर जवान"

सरहदों पे अडिग जो खड़े हैं,
वो भारत के सच्चे बेटे हैं।
तूफानों से लड़ते, न डरते कभी,
सजग निगाहें, हर पल तैयार सदा।

बर्फ की चादर हो या रेगिस्तान की आग,
हर मौसम में देते हैं अपनी पहचान।
वर्दी का मान तिरंगे की शान,
भारत माँ के वीर सपूतों की जान।

परिवार से दूर, पर देश से करीब,
हर दिल की धड़कन में वतन की तस्वीर।
मिट्टी के खातिर बहाते हैं खून,
करते हैं पूरा हर कसम का जूनून।

हम सोएँ चैन से, वो जागते रात,
हर सांस में उनके भारत की बात।
वीर जवानों को शात-शात प्रणाम,
तुमसे ही महफूज है देश की शाम।
तुम हो शक्ति, तुम हो अभिमान,
तुमसे ही ऊँचा हमारा हिंदुस्तान।



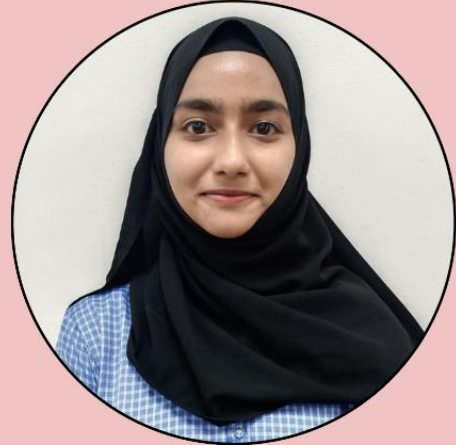
Keerthana
III B.Sc. F.T



मुझमें भी एक जान है

मैं भी श्वास लेती हूँ, हर सुख दुःख को सहती हूँ,
मेरा भी मन कोमल है,
ममता का एक आंचल है,
फिर क्यों मेरा शोषण होता,
मेरा भी एक स्वाभिमान है,
क्यों कि मुझमें भी एक जान है।

किसी की माँ किसी की पत्नी,
किसी की बहन, बेटा हूँ मैं,
हरियाली किसी आंगन की,
घर की एक ज्योती हूँ मैं,
है मुझमें भी संवेदनाएँ,
भावनएँ हैं, सज्जन है,
क्योंकि मुझमें भी एक जान है।



Neeba Aisha
II B.Sc. C.C.T



शिक्षा का महत्व

शिक्षा लोगों को स्वतंत्र बनाती है। इसके अलावा, यह ज्ञान बढ़ाती है, दिमाग को मजबूत करती है और चरित्र का निर्माण करती है। इसके अलावा, शिक्षा लोगों को अपनी क्षमताओं का अधिकतम उपयोग करने में सक्षम बनाती है।

शिक्षा भी मानव मस्तिष्क के लिए एक प्रकार का सुधार है। शिक्षा के बिना मानव मस्तिष्क का प्रशिक्षण हमेशा अधूरा रहेगा।

शिक्षा व्यक्ति को कुशल निर्णयकर्ता और सही विचारक बनाती है। और यह सब शिक्षा की मदद से ही संभव है। ऐसा इसलिए है क्योंकि शिक्षा व्यक्ति को उसके आस-पास की दुनिया और उससे परे के ज्ञान से परिचित कराती है, साथ ही व्यक्ति को वर्तमान का बेहतर न्याय करने की शिक्षा भी देती है।

शिक्षा प्राप्त करने वाले व्यक्ति के पास अपनी पसंद के जीवन के लिए अधिक अवसर होंगे। इसके अलावा, एक शिक्षित व्यक्ति सर्वोत्तम संभव तरीके से निर्णय लेने में सक्षम होगा। यही कारण है कि रोजगार के उद्देश्य से अशिक्षित लोगों की तुलना में शिक्षित लोगों की इतनी अधिक मांग है।

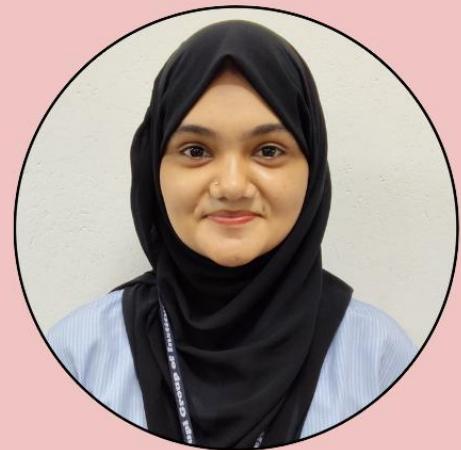


शिक्षा की कमी का नकारात्मक प्रभाव

शिक्षा के बिना व्यक्ति खुद को फंसा हुआ महसूस करेगा। इसे एक ऐसे व्यक्ति के उदाहरण से समझा जा सकता है जो एक बंद कमरे में कैद है, बाहरी दुनिया से पूरी तरह से कटा हुआ है, और बाहर निकलने का कोई रास्ता नहीं है। सबसे उल्लेखनीय बात यह है कि एक अशिक्षित व्यक्ति की तुलना इस कैद व्यक्ति से की जा सकती है।

शिक्षा व्यक्ति को खुली दुनिया तक पहुँचने में सक्षम बनाती है। इसके अलावा, बिना शिक्षा वाला व्यक्ति पढ़ने और लिखने में असमर्थ होता है। नतीजतन, बिना शिक्षा वाला व्यक्ति उन सभी ज्ञान और बुद्धिमता से दूर रहेगा जो एक शिक्षित व्यक्ति किताबों और अन्य माध्यमों से प्राप्त कर सकता है।

भारत की साक्षरता दर दुनिया के बाकी हिस्सों की 80% से ज़्यादा साक्षरता दर की तुलना में लगभग 60% है। इसके अलावा, 2001 की जनगणना के अनुसार महिला साक्षरता दर 54.16% है। ये आँकड़े निश्चित रूप से भारत में शिक्षा की कमी की बड़ी समस्या को उजागर करते हैं।



Bi bi Aysha
I B.C.A

नागरी से ' देवनागरी '

लिपियों में सर्वश्रेष्ठ लिपि ब्रह्मी लिपि है। **ब्रह्मी लिपि** भारत की सबसे प्राचीनतम लिपि है। इस की शैलियाँ दो हैं -उत्तरी शैली और दक्षिणी शैली। उत्तर शैली से गुप्त लिपि, कुटिल लिपि आदि का विकास हुआ और दक्षिण शैली से पश्चिम लिपि, मध्य देशी लिपि, ग्रंथ लिपि, तमिल लिपि, तेलुगु, कन्नड लिपि व कर्लिंग लिपि का विकास हुआ।

कुटिल लिपि के बाद **ब्रह्मी लिपि** के दूसरे रूप को ' **प्राचीन नागरी लिपि** ' कहा जाता है। ईसा की 10 वीं शती के बाद उत्तर भारत में सबसे अधिक ' **प्राचीन नागरी लिपि** ' का प्रयोग होता रहा। उस समय उत्तर भारत में हिन्दी, गुजराती, बंगाली आदि भाषाओं के लिए और महाराष्ट्र की मराठी के लिए ' **प्राचीन नागरी लिपि** ' का ही विकसित रूप में प्रयोग होता रहा और दक्षिण भारत में भी कन्नड़, तेलुगु, तमिल और मलयालम इन भाषाओं की लिपियों के रूप में ' **प्राचीन नागरी** ' लिपि के दूसरे एक विकसित रूप का प्रयोग होता रहा। इस कारण से ' **प्राचीन नागरी लिपि** ' को सर्वश्रेष्ठ लिपि माना गया, जो ब्रह्मी लिपि का ही एक सर्वाधिक विकसित और महत्वपूर्ण रूप है। इसी ब्रह्मी से नागरी की और नागरी से देवनागरी की उत्पत्ति हुई है।

आधुनिक भारत में इसी ' **प्राचीन नागरी लिपि** ' से अत्यधिक विकसित ' **नागरी लिपि** ' अर्थात् ' **देवनागरी लिपि** ' को स्वतंत्र भारत की राष्ट्रलिपि का सम्मान दिया गया। इस प्रकार विभिन्न लिपि रूपों के माध्यम से ब्राह्मी लिपि प्राचीन काल से आज तक एक अत्यंत महत्वपूर्ण लिपि रही है।

नागरी लिपि को ' **देवनागरी लिपि** ' भी कहा जाता है। दक्षिण भारत में नागरी लिपि को ही ' **नंदिनागरी लिपि** ' कहा जाता था। इस का 10 वीं शती के आसपास कुटिल लिपि 'प्राचीन नागरी लिपि' विकसित हुई। यही आगे चलकर ' **नागरी लिपि** ' तथा ' **देवनागरी लिपि** ' कहलाने लगी। नागरी लिपि प्राचीन ब्रह्मी लिपि का सर्वाधिक विकसित रूप बनकर रह गयी। यही नागरी लिपि स्वतंत्र भारत की **राष्ट्रलिपि** के रूप में स्वीकृत हुई। नागरी लिपि स्वर चिह्नों, व्यंजन चिह्नों, स्वर, मात्रा, चिह्नों आदि पर आधारित है और वह बायें से दायें की ओर लिखी जानेवाली 'अक्षरात्मक लिपि' है।

नागरी या देवनागरी नाम प्रचलित होने का अनेक मत भिन्नता भी होने लगी - जैसे गुजरात के नगर ब्राह्मण इसी लिपि का प्रयोग करते थे। इसलिए **नागरी लिपि** कह जाने लगा। दूसरी ओर इस भाषा की अधिक मात्रा में उपयोग होने लगी इस के कारण कहा गया, यही नही मध्ययुग में देवमूर्तियों की पूजा करने के लिए कुछ सांकेतिक प्रतीकों का प्रयोग किया जाता था, जिन को ' देवनागर कहा जाता था। इन 'देवनागर कहलाने वाले सांकेतिक प्रतीकों अर्थात् 'तांत्रिक चिह्नों के साथ साम्य रखने के कारण लिपि को **देवनागरी लिपि** कहा गया। इस तरह अनेक मत भिन्नता होने के भावजूद भी **देवनागरी** एक सक्षम भाषा बन गई।

इस तरह हम यह कह सकते हैं कि लिपि मानव का अपन मौलिक आविष्कार है और यह कालान्तर ये लिपियाँ रूप बदल कर नये नये रूप धारण करती रहीं। श्रेष्ठ लिपि वही है जो भावांकन एवं विचारांकन में अधिकाधिक सक्षम हो। वर्ण उच्चारण व लिपि में अनुरूपता होनी चाहिए। वर्ण समुच्चय के किसी शब्द में जिस ध्वनि का उच्चारण हो, उतने ही ध्वनि चिह्न भी होना चाहिए। लिपि मानव की सर्वश्रेष्ठ उपलब्धियों में

एक है।



Ms. Maria C. Tauro
Lecturer



മഴ സാക്ഷി

പ്രതീക്ഷകൾ നഷ്ടപ്പെട്ടിരുന്ന എന്റെ ജീവിതത്തിലേക്ക് അരളിപ്പൂവുമേന്തി ഒരു അതിഥി കടന്നുവന്നു. നിലാവിന്റെ ചിരിയുള്ള പയ്യൻ. അവന്റെ ചിരി നിലാവെട്ടം പോലെ ചുറ്റിലും പ്രകാശമേകി. അവന്റെ ചിരിയും ആശ്വാസവാക്കുകളും എന്റെ ജീവിതത്തിൽ പുതുനാനുകൂൽ സൃഷ്ടിച്ചു. ജീവിതത്തിലെ സുന്ദര നിമിഷങ്ങൾ കാട്ടിത്തന്നു. എന്നിലെ സ്നേഹം നദിയായി കരകവിഞ്ഞൊഴുകി. അവനിൽ പിറവിക്കൊണ്ട് അവനിലവസാനിക്കാൻ പ്രേമപൂരിതമായ എന്റെ ഹൃദയം വെമ്പി. അവനെന്ന പ്രകാശം എന്നും എന്റെ ജീവിതത്തിൽ നിലകൊള്ളണം എന്ന് ഞാനാഗ്രഹിച്ചു. എന്നാൽ ക്രൂരമായ വിധി എന്നെയും അവനെയും വേർപെടുത്തി. കളിപ്പാട്ടും തട്ടിയെടുക്കുന്ന ലാഘവത്തിൽ കാലം അവനെയും എന്നിൽ നിന്നുടർത്തി. ഒരു മഴക്കാലത്ത് എന്റെ മുന്നിലെ പ്രകാശം നഷ്ടപ്പെടുത്തി അവനും എന്റെ ജീവിതത്തിൽ നിന്ന് എങ്ങോട്ടെന്നില്ലാതിറങ്ങിപ്പോയി. വർഷകാലത്തെ ഇടിയും മിന്നലും എന്നെ ഭയപ്പെടുത്തി. അവന്റെ മടങ്ങിവരവിനായി ഞാൻ കാത്തിരിക്കുന്നു. നഷ്ടപ്പെട്ടുപോയ വെളിച്ചം വീണ്ടും തിരിച്ചു കിട്ടാൻ... "ഒരു നാഴിക അകലെയെങ്കിലും പ്രിയനേ, കൂടെയുണ്ടെന്ന് ഹൃദയത്തിൻ ആഴത്തിൽ വസന്തം വരാറായി, വരില്ലേ നീയെന്നരികത്ത് നാം നടന്നിരുന്ന പാതയോരങ്ങളിൽ പൂക്കൾ കൊണ്ട് നിറയും നിൻ ഹൃദയം പോൽ ഭംഗിയാർന്നൊരരളിപ്പൂ കൊണ്ടുവരില്ലേ എനിക്കായി നീ...."

ശിശിരത്തിൽ എന്നും ഇലപൊഴിയും. നാം നടന്ന പാതയോരങ്ങളിൽ ഇലകൾ മുടിക്കഴിഞ്ഞു. ശിശിരകാലമല്ലേ ഇല പൊഴിയും കാലം. കഴിഞ്ഞ ശൈത്യകാലത്തിൽ നീ തന്നെ ചൂട് ഈ ശിശിരകാലത്തും അതുപോലെതന്നെ ഉണ്ട്. പക്ഷേ ആ ചൂട് തന്നെ കൈകൾ ഇല്ലെന്ന് മാത്രം. ഇലകൾക്കിടയിലുണ്ടായിരുന്ന ഒരു കല്ല് എന്റെ കാലിൽ തറച്ചു കയറി. ചോര പൊടിയുന്നു. വേദന എന്നെ കീഴ്പ്പെടുത്തുന്നില്ല, ഒരുപക്ഷേ; എന്റെ നെഞ്ചിലെ വേദന കൂടുതൽ ശക്തി പ്രാപിച്ചതുമൂലമാവാം. നീ തന്നെ മായ്ക്കാനാകാത്ത മുറിവിൽ നിന്നും ചോര പൊടിയുന്നു. കയ്യിലെ ചൂട് നഷ്ടമാകുന്നപോലെ, കൈകൾ തണുത്തു മരവിക്കുന്നു....



Anjana Kurup
IV B.Sc. Nursing



നിന്റെ ഓർമ്മകൾ എന്റെ തലച്ചോറിനെ ദിനംപ്രതി കാർന്നുതിന്നുന്നു. ഇന്നും വഴിയരികിൽ അരളിപ്പൂക്കൾ നിന്നെ ഓർമ്മിപ്പിച്ചു. വെയിലിന്റെ ചൂടിന് കാഠിന്യം കൂടുന്നു. സൂര്യതാപങ്ങൾ എന്റെ ദേഹത്ത് വ്രണങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നു, നീ തന്നെ ഹൃദയത്തിലെ വ്രണങ്ങൾ അതിലേറെ വേദനാജനകം.

സൂര്യതാപം വേദന നൽകുന്നെങ്കിൽ പോലും സൂര്യസ്തമനം അതിലേറെ വേദനയേകുന്നു. വീണ്ടുമൊരു മഴക്കാലം കൂടയിങ്ങെത്തി. തികച്ചും യാദൃശ്ചികമായ കാലങ്ങൾ കൂടിയുള്ള കൂടിക്കാഴ്ച. ഒരു ഞൊടി നേരം മാത്രം. ഒരു ഞൊടി നേരമാണെങ്കിൽ പോലും ആ ഒരു നിമിഷത്തിന് എന്റെ ഉറക്കം നഷ്ടപ്പെടുത്താനും, ഹൃദയമിടിപ്പ് കൂട്ടാനും ശക്തിയുണ്ടായിരുന്നു. വാക്കാൽ വിവരിക്കാൻ പറ്റാത്തത്ര വികാരങ്ങളുടെ മലവെള്ളപ്പാച്ചിൽ. ആ കൂടിക്കാഴ്ച എന്നിലെ ഓർമ്മകളെ വീണ്ടും വ്രണപ്പെടുത്തി.



പരസ്പരം അടുത്തറിയാവുന്ന രണ്ട് അപരിചിതർ തമ്മിലുള്ള കൂടിക്കാഴ്ച. എത്ര പെട്ടെന്നാണ് ഒരാൾ നമുക്ക് അപരിചിതനാകുന്നത്, എത്ര പെട്ടെന്നാണ് നിമിഷങ്ങൾ ഓർമ്മകളാകുന്നത്. എന്തിനാണെന്റെ കൈകൾ വിറക്കുന്നത്, എന്തിനാണെന്റെ ഉറക്കം മാറാത്ത കണ്ണുകൾ നിറയുന്നത്. ഓർമ്മകൾ പൊടിതട്ടിയെടുത്തുകൊണ്ടുള്ള ഒരു അർദ്ധ ചിരി മാത്രമേ ഞങ്ങൾക്ക് പരസ്പരം നൽകാൻ കഴിഞ്ഞുള്ളൂ. മുഖം തരാതെ നടന്നു പോകുന്നതിനു പകരം പരസ്പരം ഒരു ചിരിയെങ്കിലും പങ്കുവയ്ക്കാൻ സാധിച്ചല്ലോ. ഒരു ജന്മം കൂടെ കൂട്ടാനുള്ള ഒരു നിമിഷ-ഓർമ്മകൾ ബാക്കിയാക്കി എന്നിൽ നിന്നവൻ വീണ്ടും നടന്നു. എല്ലാത്തിനും 'മഴ സാക്ഷി'. മഴ തീർന്നെന്ന് പ്രതീക്ഷിച്ച വർഷകാലത്ത് ഇന്നും മഴ പെയ്തു, ഇടിയും മിന്നലും പങ്കാളികൾ...

താലിക്കുരുക്ക്

രാവിലെ തന്നെ അടുക്കളയിലെ പിടിപ്പത് പണികളിലാണ് മീന. അവളെന്നും പുലർച്ചെ എണീക്കും, സൂര്യനെ ഉണർത്തുന്നത് അവളാണെന്ന് തോന്നിപ്പിക്കും വിധം. ആ വീട്ടിലെ അടുക്കളയിലെ പോരാളി അവളാണ്. ഭർത്താവിൻറെയും അച്ഛന്റെയും അമ്മയുടെയും എല്ലാ കാര്യങ്ങളും അവൾ തന്നെ നോക്കണം. മീന, ഒരു സാധാരണ നാട്ടിൻ പുറത്തുകാരി. ഒരുപാട് സ്വപ്നങ്ങളും, ലക്ഷ്യങ്ങളുമായി വളർന്നുവന്നവൾ. അച്ഛൻ രാമചന്ദ്രൻ മാഷിനും രേവതിയമ്മക്കും രണ്ടാമത്തെ മകളായാണ് ജനിച്ചത്. പിടിവാശിക്കാരനായിരുന്നെങ്കിലും മകളോട് സ്നേഹമുള്ള വ്യക്തിയായി രുന്നു രാമചന്ദ്രൻ. നിശ്ചയദാർഢ്യം ഉള്ള മക്കളെ കിട്ടിയതിൽ ആ മാതാപിതാക്കൾ വളരെ സന്തോഷവാന്മാരായിരുന്നു. മുത്ത ചേട്ടൻ മിഥുൻ കൃഷി ഓഫീസിൽ ജോലിക്കാരനാണ്. അനുജത്തി മീനാക്ഷി പത്താം ക്ലാസ്സ് വിദ്യാർത്ഥിനിയാണ്. ടൈപ്പറൈറ്റിംഗ് പരിശീലനം നടത്തുകയായിരുന്നു മീന. ഒരു ദിവസം മുത്തമകളായ മീനയ്ക്ക് ഒരു കല്യാണലോചനയുമായി നാട്ടിലെ ബ്രോക്കർ കൃഷ്ണൻപിള്ള വീട്ടിൽ കയറിവന്നു. ആലോചനകൾ ഒന്നും തന്നെ രാമൻ ചന്ദ്രൻ മാഷിന് ഒത്തുചേർന്ന് പോകുന്നവയായിരുന്നില്ല. ഇപ്പോൾ ഒന്നും വേണ്ടെന്നുതന്നെ പറഞ്ഞ് രാമചന്ദ്രൻ ബ്രോക്കർ കൃഷ്ണൻപിള്ളയെ പറഞ്ഞയച്ചു ഒരിക്കൽ മീന തന്റെ ചെറിയൊരാഗ്രഹം അച്ഛന്റെ അടുക്കൽ പറഞ്ഞു, തനിക്ക് ഉപരിപഠനത്തിനായി ദൂരെയവിടെയെങ്കിലും പോകണമെന്ന്.



അച്ഛനത് ഒട്ടും അംഗീകരിക്കാനായില്ല. അവർ ഇരുവരുടെയും വാശിയിൽ ആ പ്രശ്നം ചെറിയൊരു സൗന്ദര്യ പിണക്കത്തിൽ നിന്നും വലിയൊരു വഴക്കിലേയ്ക്ക് ഉള്ള തുടക്കമായിരുന്നു. തന്റെ ആഗ്രഹങ്ങൾക്ക് ഇതുവരെ എതിർ നിന്നിട്ടില്ലാത്ത അച്ഛന്റെ ഈ പെരുമാറ്റം മീനയെ വല്ലാതെ തളർത്തി പിന്നീട് മീനയുടെ കല്യാണമായിരുന്നു രാമചന്ദ്രൻറെ മനസ്സിൽ കൃഷ്ണൻ പിള്ളയെ കൊണ്ടുതന്നെ ഒരു ആലോചന വരുത്തി ഉറപ്പിക്കുകയായിരുന്നു. മകളോടുള്ള പിടിവാശിപ്പുറത്തായിരുന്നു ആലോചനകൾ മുഴുവനും നടന്നത്. മീനയ്ക്ക് കല്യാണത്തോട് അങ്ങേയറ്റം എതിർപ്പായിരുന്നു. തന്റെ അച്ഛൻ അവളോട് ഒരു ശത്രുവിനോടെന്ന പോലെ പെരുമാറുന്നതായി അവൾക്ക് തോന്നി. വീടിനടുത്ത നാട്ടിൽ നിന്നും തന്നെയാണ് ആലോചന, ഗവണ്മെന്റ് ഉദ്യോഗസ്തനായതിനാലും അച്ഛൻ സമ്മതിച്ചത്, കക്ഷി വില്ലേജ് ഓഫീസറാണ്.

മീനയുടെ സമ്മതത്തിനോ താൽപര്യങ്ങൾക്കോ അച്ഛൻ നിന്നില്ല, പെട്ടെന്നായിരുന്നു കല്യാണത്തിന്റെ ഒരുക്കങ്ങൾ തുടങ്ങിയത്. അമ്മയും അനുജത്തി മീനാക്ഷിയും ആയിരുന്നു അവളുടെ ആശാസം. അവരുടെ അഭിപ്രായങ്ങളൊന്നും കല്യാണക്കാര്യത്തിൽ രാമചന്ദ്രൻ വിലക്ക് എടുത്തില്ല. ഒട്ടും സന്തോഷത്തോടെ ആയിരുന്നില്ല അവൾ അശോകിനേ കല്യാണം കഴിച്ചത്, കല്യാണത്തിന്റെ ആരവാഘോഷങ്ങൾ മീനയുടെ ചെവിയിൽ ഒരു കൊലവിളിയായി ഉയർന്നു. പെട്ടെന്ന് കൂക്കർ വിസിൽ അടിച്ചു! മീന പെട്ടെന്ന് സുബോധത്തിലേക്ക് എന്നതുപോലെ ചാടിയെന്നീറ്റു താൻ കഴുമരത്തിലേറിയ ആ സംഭവം അവൾക്കെന്നും ഒരു പേടി സ്വപ്നമായിരുന്നു. ദാമ്പത്യ ജീവിതത്തിൽ അവൾ പ്രതീക്ഷിച്ചതെല്ലാം ഒരു ചീട്ട് കൊട്ടാരം പോലെ അവൾക്ക് മുന്നിൽ തകർന്ന് വീണു. അശോക് തന്നെ മനസ്സിലാക്കുന്ന ഒരു പങ്കാളിയല്ലെന്ന് വിവാഹം കഴിഞ്ഞ ആദ്യ നാളുകളിൽ തന്നെ അവൾക്ക് ബോധ്യമായി. തന്റെ ജീവിതം എല്ലാം കൊണ്ടും ഒരു ഊരാകുടുകായി മാറികഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നുവെന്ന് അവൾ വേദനയോടെ മനസ്സിലാക്കി. കല്യാണം കഴിഞ്ഞ് മൂന്നുവർഷം ആയിട്ടും താനും വീട്ടിലെ ജോലിക്കാരിയും തമ്മിൽ വലിയ വ്യത്യാസമില്ലെന്ന് മീനക്ക് മനസ്സിലായി.



Jomol Jose
II G.N.M



ഏതൊരു സ്ത്രീയുടെയും ജീവിതത്തിൽ അവളാഗ്രഹിക്കുന്ന ഒന്ന് നല്ലൊരു വിവാഹജീവിതമാണ് അത് തനിക്ക് എന്നന്നേക്കുമായി നഷ്ടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നുവെന്ന് അവൾക്ക് ബോധ്യമായിരുന്നു. അടുക്കളയിലെ തിരക്കുകൾ തീർത്ത് അവൾ തന്റെ മുറിയിലേക്ക് വന്നു. മുറിയുടെ ഭിത്തികൾ അവളോട് ഭർത്താവിന്റെ ക്രൂരവാക്കുകൾ മുറിവേല്പിക്കും വിധം എന്തോ മന്ത്രിക്കുന്നപോലെ അവൾക്ക് തോന്നി, അവളുടെ കഴുത്തിലെ താലിഭാരം അവൾക്ക് താങ്ങാവുന്നതിലും അധികമായിരുന്നു ആ ഭാരം കൊണ്ടാവാം അവളുടെ കഴുത്ത് പലപ്പോഴും താണുപോകാറുള്ളത്. പുരുഷാധിപത്യത്തിന്റെ പീഡനമുറിയിൽ ഒതുങ്ങി പോവുന്നത് അസ്സഹനീയമായി അവൾക്ക് തോന്നി. അച്ഛൻ കണ്ടുപിടിച്ച താലിക്കുരുക്ക് അശോക് തന്റെ കഴുത്തിൽ അണിഞ്ഞപ്പോഴാണ് അവളുടെ ശരീരവും ജീവിതവും അതിൽ പെട്ട് വരിഞ്ഞ് മുറുകിയത്. ഇനിയും ആ കുരുക്ക് കൊണ്ട് തന്റെ ജീവിതം മുറുകിപ്പോകരുതെന്ന് അവളാഗ്രഹിച്ചതു കൊണ്ടാവാം യാതനകളനുഭവിക്കുന്ന വരുടെ സമാധാനക്കുരുക്ക് സ്വയം അണിയാൻ അവൾ തീരുമാനിച്ചത്. മരണത്തിലും പോലും താലി തനിക്കൊരു ഭാരമാവാതിരിക്കണമെന്ന് അവൾ തീരുമാനിച്ചതു കൊണ്ടാവാം കാൽചുവട്ടിലെ മേശയിൽ താലി ഭദ്രമായിരുന്നു.

Art Work

Sushanth Acharya
I B.Sc. I.D&D



Dhanushri
III B.Sc. F.D

Advith K
I B.Sc. I.D&D



Rashmi M
III B.Sc. M.L.T

Sagar Shrishal Hadapad
III B.Sc. H.S



Neetha
II B.Sc. F.D

Vaishnavi
III B.Sc. Nursing



Nishad
II B.B.A

Rehan Sajid Abdul
Khadar I B.B.A



Uttam Hegde
I B.Sc. H.S

Rahul M.P
II B.Sc. M.I.T



Jnanesh Rao
III B.Sc. F.T

Art Work

Sushanth Acharya
I B.Sc. I.D&D



Rashmi Poojary
III B.Sc. Nursing



Abi K. Joy
II B.Sc. M.I.T



Harshitha
III B.Com

Afreen
II B.Com



Sanvi S.N
II B.Com



Lisha Prakash Moolya
III B.C.A

Pranitha Noronha
I G.N.M



Himani
III B.C.A



Ann Mariya Jojo
II G.N.M



Safa
III B.Sc. Nursing



Athmika Shetty
II B.Sc. M.L.T

