

कार्यालय, आयुक्त उच्च शिक्षा मध्यप्रदेश शासन
सतपुड़ा भवन, भोपाल 462004

क्रमांक 2774/063 /आउशि/शा-5'अ'/2025, भोपाल दिनांक 08 /08 /2025
प्रति,

1. कुलसचिव,
समस्त शासकीय/निजी अशासकीय विश्वविद्यालय, मध्यप्रदेश.
2. सचिव,
मध्यप्रदेश निजी विश्वविद्यालय विनियामक आयोग, भोपाल.
3. प्राचार्य,
समस्त शासकीय/अनुदान प्राप्त अशासकीय/अशासकीय महाविद्यालय,
मध्यप्रदेश,

विषय:- हार्टफुलनेस निबंध लेखन कार्यक्रम 2024 में सहभागिता।

संदर्भ:- रीजनल फैसिलिटेटर, हार्टफुलनेस, मध्यप्रदेश का पत्र दिनांक 30 जुलाई, 2025

-00-

कृपया श्री रामचंद्र मिशन-हार्टफुलनेस, मध्यप्रदेश द्वारा आयोजित निबंध लेखन कार्यक्रम इस वर्ष भारत और भूटान के लिए संयुक्त राष्ट्र जन सूचना केन्द्र (यूएनआईसी) और यूनेस्को एमजीआईईपी जैसे विभिन्न प्रतिष्ठित संगठनों के सहयोग एवं राष्ट्रमंडल के साथ साझेदारी में वैश्विक स्तर पर आयोजित किया जा रहा है।

निबंध लेखन कार्यक्रम का उद्देश्य युवा में बुनियादी मानव मूल्यों के प्रति समझ, शोधपरक प्रवृत्ति, संवेदनशीलता, आत्म विकास एवं आत्म चिंतन को विकसित करना तथा एक उत्तरदायी वैश्विक नागरिक बनने की ओर उन्मुख करना है।

कृपया आपकी संस्था से प्रतियोगिता में विद्यार्थियों की अधिकाधिक भागीदारी सुनिश्चित किए जाने हेतु व्यापक प्रचार-प्रसार विभिन्न संचार, सोशल मीडिया इत्यादिक के माध्यम से किया जा कर विद्यार्थियों को प्रोत्साहित एवं पंजीकरण करने के लिए मार्गदर्शन प्रदान करें। पंजीकरण की सुविधा वेबसाइट hfn.link/essayevent पर निःशुल्क उपलब्ध है तथा प्रविष्टियाँ जमा करने की अंतिम तिथि 30 सितम्बर, 2025 निर्धारित है।

कार्यक्रम के सम्बन्ध में विस्तृत दिशा निर्देश संदर्भित पत्र अनुसार संलग्न प्रेषित किए जा रहे हैं। अधिक जानकारी हेतु श्री नवीन मिश्रा, कार्यक्रम समन्वयक (मोबाईल नम्बर 9425094218) एवं ई मेल essayevent@heartfulness.org पर संपर्क किया जा सकता है। उक्त निबंध प्रतियोगिता के संबंध में संबंधित संस्थान के अधिकारी महाविद्यालय को मार्गदर्शन देने के लिए उपस्थित होंगे। कृपया संबंधित अधिकारियों को आवश्यक सहयोग प्रदान करना सुनिश्चित किया जाए।



निरंतर2

कृपया उक्त निबंध प्रतियोगिता में सम्मिलित हुए शैक्षणिक संस्थाओं एवं विद्यार्थियों की एकजाई जानकारी संबंधित क्षेत्रीय अतिरिक्त संचालक एवं कुलसचिव के माध्यम से दिनांक 04 अक्टूबर, 2025 को कार्यालय आयुक्त, उच्च शिक्षा के ई-मेल academy-he@mp.gov.in पर प्रेषित की जाना सुनिश्चित करें।

संलग्न :- उपरोक्तानुसार.

“आयुक्त, उच्च शिक्षा द्वारा अनुमोदित”



(डॉ० धीरेन्द्र शुक्ल)
विशेष कर्तव्यस्थ अधिकारी
उच्च शिक्षा मध्यप्रदेश भोपाल

पृ.क्रमांक 2775/863/आउशि/शा-5'अ'/2025,

भोपाल दिनांक: ०४/०८/२०२५

प्रतिलिपि:-

1. विशेष सहायक, माननीय मंत्री जी, उच्च शिक्षा विभाग, मंत्रालय म.प्र., भोपाल।
2. स्टॉफ आफिसर अपर मुख्य सचिव, मध्यप्रदेश शासन, उच्च शिक्षा विभाग, मंत्रालय, भोपाल।
3. वरिष्ठ निज सहायक, आयुक्त, उच्च शिक्षा, म.प्र., भोपाल।
4. निज सहायक, समस्त कुलगुरु शासकीय/अशासकीय विश्वविद्यालय, मध्यप्रदेश।
5. अध्यक्ष, मध्यप्रदेश निजी विश्वविद्यालय विनियामक आयोग, भोपाल
6. समस्त क्षेत्रीय अतिरिक्त संचालक, उच्च शिक्षा, मध्यप्रदेश।

..... कृपया सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु।



विशेष कर्तव्यस्थ अधिकारी
उच्च शिक्षा, मध्यप्रदेश



heartfulness
advancing in love



हार्टफुलनेस निबंध लेखन कार्यक्रम 2025

आयोजक -
हार्टफुलनेस एजुकेशन ट्रस्ट व श्री रामचंद्र मिशन, सहयोगी संगठन - राष्ट्रमंडल



Brighter
Minds Enriching
Young Minds व EW
EducationWorld
द्वारा समर्थित

विषय

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

व्यक्तिगत विकास दूसरों की सहायता के बिना संभव नहीं है।

Individual evolution is not possible without the support of others.

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

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

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



विस्तृत दिशा-निर्देशों के लिए कृपया यहाँ देखें - hfn.link/essayevent

किसी भी प्रकार के स्पष्टीकरण के लिए कृपया यहाँ लिखें - essayevent@heartfulness.org

HEARTFULNESS ESSAY EVENT 2025

Organized by

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

PARTICIPANT INFORMATION SHEET

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

Name of the participant:	
Father's or Mother's name:	
Date of birth (DD-MM-YYYY):	Age:
Class/Course/Grade:	
Full name of the School / College:	
Address of School:	
City / Town:	
District:	
State:	
Country:	
Contact details of participant:	
City / Town:	
State:	
PIN:	
Email ID:	
<input type="checkbox"/> Category 1 (Age 14-18)	<input type="checkbox"/> Category 2 (Age 19-25) (Tick in the box for applicable category)
LANGUAGE OPTED for writing Essay:	
How did you get to know about the event	

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

Enrolment No: [for office use only]

--

Signature of Participant



हार्टफुलनेस निबंध लेखन कार्यक्रम 2025

आयोजक

हार्टफुलनेस एजुकेशन ट्रस्ट व श्री रामचंद्र मिशन

सहयोगी

राष्ट्रमंडल

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

यह कार्यक्रम राष्ट्रमंडल के सहयोग से लगातार दूसरे वर्ष आयोजित किया जा रहा है। यह इस कार्यक्रम का तैंतीसवाँ क्रमागत वर्ष भी है।

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

www.heartfulness.org/education पर उपलब्ध है।

युवाओं के लिए एक आमंत्रण

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

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

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

प्रतिभागियों के लिए श्रेणियाँ एवं विषय -

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

श्रेणी 1 का विषय -

व्यक्तिगत विकास दूसरों की सहायता के बिना संभव नहीं है।

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

श्रेणी 2 का विषय -

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

निबंध लेखन के लिए अधिकृत भाषाएँ

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

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

भाग लेने के लिए दिशा-निर्देश

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

क) संस्थागत प्रतिभागिता (संस्थाओं द्वारा निबंध जमा करना)

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

संस्थागत प्रतिभागिता के लिए पंजीकरण खुला है।

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

ख) निबंध सीधे जमा करना (डायरेक्ट सबमिशन)

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

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

प्रतिभागियों के लिए सामान्य दिशा-निर्देश -

- क) प्रतिभागी अपनी श्रेणी के लिए निर्दिष्ट निबंध लिखने के लिए 12 वैकल्पिक भाषाओं में से किसी एक का चयन कर सकते हैं।
- ख) सभी प्रविष्टियाँ ए4 साइज शीट पर होनी चाहिए। निबंध काली या नीली स्याही से हस्तलिखित हो सकता है या कंप्यूटर में प्रत्येक भाषा के लिए निर्धारित लिपि में टाइप किया जा सकता है।
- ग) निबंध के प्रत्येक पृष्ठ पर प्रतिभागी का नाम, पिता का नाम, आयु, संस्था का नाम लिखा होना चाहिए।
- घ) श्रेणी 1 (आयु 14-18 वर्ष) के लिए शब्द सीमा 500 है और इसका कड़ाई से पालन किया जाना चाहिए।
- ङ) श्रेणी 2 (आयु 19-25 वर्ष) के लिए शब्द सीमा 750 है और इसका कड़ाई से पालन किया जाना चाहिए।
- च) कृपया अंतिम परिच्छेद के बाद अपने निबंध की कुल शब्द-संख्या का उल्लेख करें।

- छ) जमा की गई प्रविष्टियों में कोई अपील, चित्र या प्रचार-वाक्य नहीं होने चाहिए।
- ज) हमारी वेबसाइट पर निबंध की स्कैन की गई प्रति (अधिकतम साइज़ 3MB) अपलोड की जानी चाहिए लिंक - hfn.link/essayevent.
- झ) निबंध जमा करने की विस्तृत जानकारी हमारी वेबसाइट पर "जमा करने के दिशा-निर्देश" नामक आलेख में डाउनलोड करने के लिए उपलब्ध है।

दोनों श्रेणियों के लिए मूल्यांकन के मानदंड

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

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

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

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

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

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

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

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

निबंध कार्यक्रम के लिए पुरस्कार एवं प्रमाण-पत्र

व्यक्तिगत छात्र प्रतिभागियों के लिए

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

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

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

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

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

प्रतिभागी संस्थानों के लिए प्रशंसा प्रमाणन -

स्वर्ण प्रशंसा प्रमाणपत्र - 300 से अधिक निबंध जमा करने वाली संस्थाओं के लिए

रजत प्रशंसा प्रमाणपत्र - 200 से अधिक निबंध जमा करने वाली संस्थाओं के लिए

कांस्य प्रशंसा प्रमाणपत्र - 100 से अधिक निबंध जमा करने वाली संस्थाओं के लिए

महत्वपूर्ण तिथियाँ

प्रविष्टियाँ जमा करने के लिए लिंक खुलने की तिथि - 1 अगस्त, 2025

प्रविष्टियाँ जमा करने की अंतिम तिथि – 30 सितंबर, 2025

विजेताओं की घोषणा – 31 दिसंबर 2025

निबंध जमा करने के लिए दिशा-निर्देश

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

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

5. शब्द सीमा का कड़ाई से पालन किया जाना चाहिए।

श्रेणी 1 (आयु 14-18): निबंध 500 शब्दों के भीतर होना चाहिए।

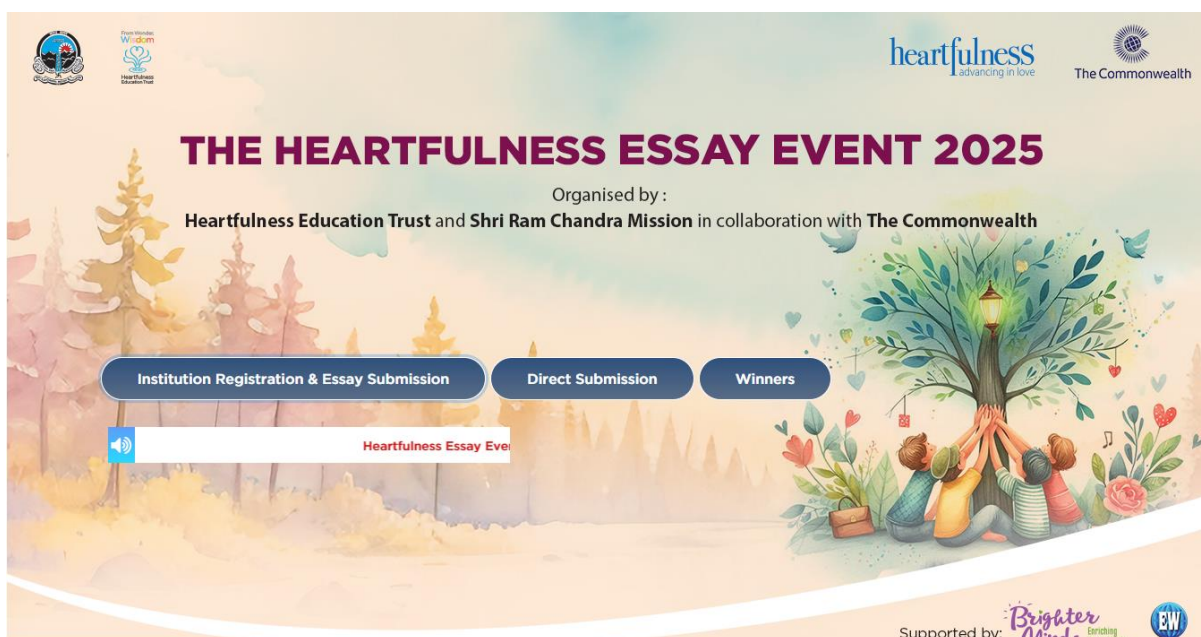
विषय - व्यक्तिगत विकास दूसरों की सहायता के बिना संभव नहीं है।

श्रेणी 2 (आयु 19-25): निबंध 750 शब्दों में होना चाहिए।

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

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

17. सफलतापूर्वक निबंध जमा करने के बाद, स्क्रीन पर प्रदर्शित अपना नामांकन क्रमांक (एनरोलमेंट नंबर) नोट करें।
18. हमारी वेबसाइट पर पंजीकृत संस्थानों की सूची खोजकर जाँच करें कि क्या आपके संस्थान ने निबंध कार्यक्रम में भाग लेने के लिए पंजीकरण कराया है। यदि पंजीकृत हैं, तो अपने संस्थान समन्वयक से जमा करने के तरीके की पुष्टि करें। आप निबंध जमा करने के लिंक का उपयोग करके अथवा अपने संस्थान के समन्वयक को निबंध देकर, अपना निबंध जमा कर सकते हैं।
19. यदि आपका संस्थान इस कार्यक्रम में भाग नहीं ले रहा है, केवल तभी आप अपना निबंध सीधे जमा कर सकते हैं। कार्यक्रम में सीधे भाग लेने वाले प्रतिभागी 'डायरेक्ट सबमिशन' के लिंक के खुलने के बाद अपनी स्कैन की हुई प्रतियों को जमा कर सकते हैं। ऐसे में आयु प्रमाण पत्र अनिवार्य होगा। अपने किसी भी आयु प्रमाण पत्र को स्कैन करके उसकी सॉफ़्ट कॉपी रखें जिसका अधिकतम साइज़ 1 MB होना चाहिए।
20. निबंध जमा करने के लिए हमारी वेबसाइट <https://hfn.link/essayevent> पर संबंधित सबमिशन टैब पर क्लिक करें।



1) पंजीकृत संस्थाओं द्वारा निबंध जमा करना

- क) संस्थान को हमारी वेबसाइट पर उपलब्ध “Institution Registration & Essay Submission” टैब का उपयोग करके पंजीकरण करना होगा।
(संस्था का पंजीकरण केवल संस्था के एडमिन / कोऑर्डिनेटर द्वारा ही किया जाना चाहिए)
- ख) यह जाँचने के लिए कि क्या आपका संस्थान पहले से पंजीकृत है, आंशिक विवरण और "*" से चिह्नित अन्य अनिवार्य फ़िल्ड दर्ज करें और "Search" बटन पर क्लिक करें।

INSTITUTION REGISTRATION FOR PARTICIPATION

Search/Check Participating Registered Institutions

Enter the Institution Name (full/partial) for searching*

Country of Institution

India


State of the institution *

West Bengal

District *

Kolkata

City

 [Search](#) [Clear](#)

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

Search/Check Participating Registered Institutions

Note:

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

Search Institutions

Enter the Institution Name (full/partial) / ID for searching

Country of Institution

India


City/Village/Town

District

Kolkata, West Bengal

State of the institution

State Of The Institution

 [Search](#) [Clear](#)

Showing 1 to 1 of 1 entries (filtered from 4 total entries)

Search: james 

Registration No	Institute Name	City/Village/Town	Institute Email	Institute Address	Coordinator Name
47	ST JAMES Download	Kolkata	vidya.subramaniam@heartfulness.org	24 DIAMON HARBOUR ROAD	GOPICHAND

Show 10 entries

Previous 1 Next

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

REGISTER INSTITUTION FOR PARTICIPATION

Note:

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

Name of your Institution*	Address of Institution line 1*
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Institution Address line 2	Institute Phone No*
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Country of Institution*	City/Village/Town of Institution*
<input type="text" value="India"/>	<input type="text"/>
	<small>If your city is not listed, please email the details to essayevent@heartfulness.org</small>
District*	State of the institution*
<input type="text"/>	<input type="text"/>

Essay Event Coordinator Details :

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

Coordinator Name	Coordinator Email ID
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Coordinator Contact Details	Coordinator Email*
<input type="text"/>	<input type="text"/>

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

- I. संस्था छात्रों को निबंध ऑनलाइन जमा करने के लिए लिंक दे सकती है। यह लिंक पंजीकरण के समय पंजीकृत ईमेल पर हम ही भेजते हैं।
- II. छात्रों द्वारा हस्तलिखित निबंध को प्रतिभागी सूचना पत्र के साथ एकत्रित करके कोऑर्डिनेटर द्वारा संस्था के लॉगिन क्रेडेंशियल का उपयोग करके केंद्रीय रूप से निबंध जमा किए जा सकते हैं।

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

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

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

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

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

2) निबंध को सीधे जमा करना (डॉयरेक्ट सबमिशन)

- हमारी वेबसाइट पर "डॉयरेक्ट सबमिशन" पर क्लिक करें।
- प्रतिभागी सूचना पत्र में प्रस्तुत सभी जानकारीयाँ भरें। जिन जगहों पर * का चिन्ह है, उन्हें भरना अनिवार्य है।
- अपना ईमेल आई.डी. डालें। आपके द्वारा डाले गए ईमेल आई.डी. को प्रमाणित किया जाना आवश्यक है।
- "Send Verification Code (प्रमाणीकरण कोड भेजें)" पर क्लिक करें।
- आपके द्वारा डाले गए ईमेल आई.डी. पर एक प्रमाणीकरण कोड भेजा जाएगा।
- भेजे गए प्रमाणीकरण कोड के लिए प्रतिभागी के ईमेल के इनबॉक्स में चेक करें। यदि वहाँ आपको प्रमाणीकरण कोड नहीं मिलता है तो कृपया ईमेल के स्पैम / जंक फोल्डर में चेक कर लें। जब तक आपको कोड न मिल जाए, निबंध जमा करने का पृष्ठ सक्रिय रखें।
- प्रमाणित करने के लिए दी गई जगह में, आपके ईमेल आई.डी. पर भेजा गया प्रमाणीकरण कोड डालें।
- "Verify (प्रमाणित करें)" पर क्लिक करें।

Language selected for writing essay*

English

Enter the participant email id for verification*

Send Verification Code

Please enter the Verification code sent to the Participant e-mail*

Verify

Upload participants essay*

Browse... No file selected.

Please upload your essay

Supported File Formate [jpg/ pdf]

Upload File Size Maximum 3MB.

Participants age proof

Browse... No file selected.

Supported File Formate [jpg/ pdf]

Upload File Size Maximum 1MB.

How did you know about event*

Select

- "ब्राउज़" विकल्प का उपयोग करके अपने निबंध की पीडीएफ़ अपलोड करें। सुनिश्चित करें कि फ़ाइल का साइज़ 3 Mb से कम है।
- अपना आयु प्रमाण-पत्र अपलोड करें। सुनिश्चित करें कि फ़ाइल का साइज़ 1 Mb से कम है।
- “आपको इस कार्यक्रम के बारे में कैसे पता चला” के लिए दिए गए विकल्पों में उपयुक्त विकल्प चुनें।
- माता-पिता की अनुमति एवं अन्य कथनों को पढ़ने के बाद चिन्हित करें।

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

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

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

☐ I agree to [Terms of Use](#) and [Privacy & Cookie Policy](#) of Shri Ram Chandra Mission *

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

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

SUBMIT

No changes will be entertained after submission

- ड) फ़ाइल देखकर अपलोड किए गए निबंध के डॉक्यूमेंट की पुष्टि करें।
- ढ) जो जानकारी आपने भरी है, उसे एक बार फिर जाँच लें। सुनिश्चित करें कि सभी जानकारियाँ सही हैं। **निबंध जमा करने के बाद किसी भी बदलाव पर विचार नहीं किया जाएगा।**
- ण) "सबमिट" बटन पर क्लिक करें।
- त) आपके स्क्रीन पर सफलतापूर्वक निबंध जमा होने के सन्देश के साथ आपका एनरोलमेंट नंबर दिखाई देगा जिसमें आपका एनरोलमेंट नंबर भी होगा। उसे नोट कर लें।
- थ) जमा होने पर प्रतिभागी के ईमेल आई.डी. पर पुष्टि करने के लिए एनरोलमेंट नंबर सहित ईमेल भेजी जाएगी। भविष्य में संदर्भ हेतु इस एनरोलमेंट नंबर को सेव कर लें।

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



HEARTFULNESS ESSAY EVENT 2025

Organized by
HEARTFULNESS EDUCATION TRUST
AND
SHRI RAM CHANDRA MISSION
In collaboration with
THE COMMONWEALTH

Shri Ram Chandra Mission is a non-profit educational and spiritual service organization. It has been promoting heart-based living through meditation as a means to universal peace and harmony for over 75 years since its inception in 1945. It is one of 1600 NGOs associated with the United Nations Department of Public Information. The All India Essay Writing Event had been the flagship event of The Shri Ram Chandra Mission (SRCM) for over three decades and was organized in partnership with United Nations Information Centre for India and Bhutan (UNIC) for several years since 2005 reaching out to over 25,000 institutions in India. The event was renamed the HEARTFULNESS ESSAY EVENT in 2019 and was launched globally for the first time in 2020 in collaboration with UNESCO MGIEP (Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development).

The Event this year is being organized in collaboration with The COMMONWEALTH for the second consecutive year which also marks the thirty-third successive year of the Event.

The Heartfulness Education Trust (HET) has designed a variety of programs for youth including The Heartfulness Way Curriculum for junior school students aimed at developing in them an understanding and acceptance of core human values (as recommended in the report submitted to UNESCO by the International Commission on Education for the Twenty First Century), Brighter Minds for development of cognitive and intuitive faculties, a life skills program called HELP for senior school students and an initiative called Heartful Campus for University students. A program for capacity building of teachers called INSPIRE has also been running for several years. Details of these programs are available at: www.heartfulness.org/education

An Invitation to the Youth

Youth is a time of great possibilities. It is a period in life filled with opportunities waiting to be realized, provided you are mindful of them and are willing to strive heartfully for your holistic growth. While education helps us to develop our physical and intellectual capabilities to their optimum extent and prepares us to thrive in a competitive world, there is one aspect of our development that does not often receive due attention – the development of our inner Being. Without the synchronous development of body, mind, and heart we cannot grow into balanced individuals capable of taking charge of our own lives. It is therefore balance, in addition to excellence, that you must strive for - the balance between mind and heart, the outer and the inner, and, between thinking and feeling. Through the Heartfulness Essay Event, we invite you to tap into your inner space, tune in to the soft voice of the heart that never fails to guide and inspire, and express in words your understanding of the topic for this year's Event. We encourage you thus to begin the practice of referring to the heart more and more.

There is no charge for participation.

All essays must be uploaded only on our website (hfn.link/essayevent) as per Guidelines given below. Essays received through email or post will not be accepted.

Categories for Participants

Category 1 [Age 14-18 years] Word Limit 500

Topic for Category 1 :

Individual evolution is not possible without the support of others.

Category 2 [Age 19-25 years] Word Limit 750

Topic for Category 2 :

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

LANGUAGE OPTIONS FOR WRITING THE ESSAY

You may write your essay in any ONE of the following languages :

English, Assamese, Bengali, Gujarati, Hindi, Kannada, Malayalam, Marathi, Odia, Punjabi, Tamil, Telugu

GUIDELINES FOR PARTICIPATION

To participate in the Event please follow the guidelines below :

A. Institutional Participation.

All institutions interested in participating in the event must Register the details of their institution on our website. (hfn.link/essayevent)

Registration of institution for participation is open.

Guidelines for submission of essays by students may be downloaded from our website for details for submission.

B. Direct Submission

All youth between the age of 14-25 years not enrolled in any institution are also eligible to participate in the event as Direct Participants.

The steps for uploading the essay are available in the document "Submission Guidelines" which can be downloaded from our website.

General Guidelines for Participants :

- a. Participants may select any **one** of the 12 optional languages to write the essay on the topic specified for their Category.
- b. The essay must be typed or legibly handwritten on A4-size paper. Essays may be handwritten in black or blue ink or computer-typed in a relevant prescribed script/font for each language.
- c. The Participant's name, Father's Name, Age, and Name of Institution must be written on every page of the essay.
- d. The **word limit for Category 1 (Ages -14 -18) is 500** and must be strictly adhered to.
- e. The **word limit for Category 2 (Ages – 19-25) is 750** and must be strictly adhered to.

- f. Please mention the total number of words of the essay after the concluding paragraph.
- g. Submitted entries must not bear any appeals, illustrations, or slogans.
- h. The scanned copy of the essay must be uploaded on our website. Link : **hfn.link/essayevent** .
- i. The steps for uploading of the essay are available in the document "Guidelines for Submission" which can be downloaded from our website.

Evaluation Criterion for essays in both Categories

Participating students have the option to carry out research on the theme as it is not an on-the-spot competition. However, all submitted essays must necessarily be the **original work** of the author, and references or quotations therein must be duly acknowledged.

- a. The evaluation of all submitted entries will be carried out by a jury for each of the languages based on the following criterion :

1. Theme introduction / interpretation	: Weight 10%
2. Structure and flow	: Weight 10%
3. Language	: Weight 10 %
4. Originality	: Weight 20%
5. Relevance of ideas to the theme	: Weight 40%
6. Research/attention to details	: Weight 5 %
7. Conclusion	: Weight 5 %
- b. To fulfill the purpose of this Event, the **essay must reflect the author's personal views on the topic. Originality and relevance of ideas to the topic carry the maximum weightage.**
- c. Essays plagiarized from books or the internet will be rejected.
- d. All awards will be subject to the sole discretion of the jury and their decision will be final.
- e. The intent of the information provided in the English version of the Information Leaflet and flyer shall prevail over all other translated versions.

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

Awards and recognitions for the Essay Event

For Individual Student Participants

A Winner and a Runner- up in each of the 12 authorized languages in each category will receive a trophy and certificate.

Certificates with Rank : Essays ranked from third to the tenth position in each of the 12 languages in each category will be awarded mementos and certificates stating the rank.

Merit Certificates: An E-Merit Certificate will be awarded to the 10% of entries shortlisted by the jury for the final round of selection in each of the 12 languages in both categories.

Certificate of Participation : E-certificates will be awarded to all participants who fulfill the participation criterion as per the guidelines.

Some participants may be required to undertake an interview by the jury by telephone or a video call as a final round of selection for the top awards. The jury will have the discretion to accept or disqualify any of the submitted essays and their decision will be final.

Appreciation Certificates for Participating Institutions.

Gold Appreciation Certificate for Institutions submitting over 300 Essays

Silver Appreciation Certificate for Institutions submitting over 200 Essays

Bronze Appreciation Certificate for Institutions submitting over 100 Essays

Important Dates

Online Submission of essays : **August1,2025**

Last date for submission : **September 30,2025**

Declaration of winners : **December 31, 2025**

Guidelines for Submission

Guidelines for Essay writing

- a. Participants may choose **any one of the 12 optional languages** to write their essay on the topic specified for their category. Only **one essay** may be submitted. Essays submitted in multiple languages would be rejected.
- b. Participants must identify the correct category based on their age group and write on the appropriate topic.
- c. Essays must be typed or legibly handwritten on **A4-size** paper. Handwritten essays should use black or blue ink.
- d. The following details must appear on **every page** of the essay:

- Participant's Name
- Father's Name
- Age
- Name of Institution (if applicable)

- e. **Word limits must be strictly followed.**

Category 1 (Ages 14–18): Essay must be within **500 words**.

Topic : Individual evolution is not possible without the support of others.

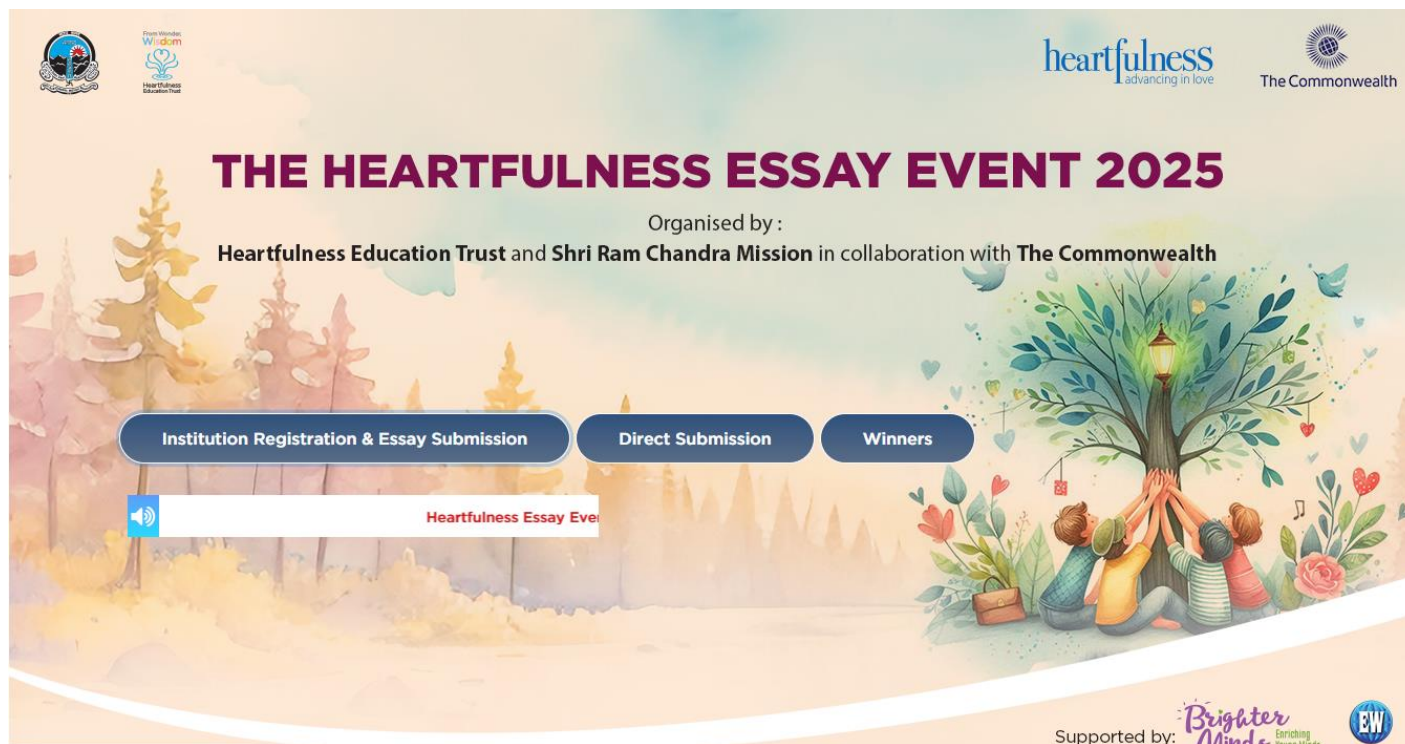
Category 2 (Ages 19–25): Essay must be within **750 words**.

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

- f. Indicate the **total word count** at the end of the essay.
- g. Entries must **not** include any appeals, illustrations, or slogans.
- h. To fulfil the purpose of this Event, the essay must reflect the author's personal experience or views on the topic. **Originality and relevance of ideas to the topic carry the maximum weightage.**
- i. Essays plagiarized from books or the internet will be rejected.
- j. The filled **Participant information sheet must be scanned as the first page**, followed by the essay, and saved as a **single PDF file**.
- k. A single PDF file for a hand-written essay may be created by saving the image/scan as a document. You may download and use any document scanning software like Adobe Scan /Docu Scan on your mobile to create and save the document as a PDF file.
- l. Ensure the file size is **under 3MB**.
- m. Scan the age proof document as a pdf file. Ensure the file size is under 1 MB.
- n. **Please ensure you have a good internet connection before you submit your essay. Use good Wifi/hotspot/Leased Line connection. Recheck all documents and their size before you submit your essay.**
- o. All the scanned pdf file must be submitted using the appropriate submission link on the website.
- p. **Essay by mail or post will not be accepted.**
- q. **After successful submission, note your Enrolment Number** displayed on the screen.
- r. Check if your institution has registered for participating in the Essay Event by searching the list of registered institutions on our website. If registered, confirm the mode of submission with your institution coordinator. You may either submit your essay using the link shared by your coordinator or hand in a physical copy with the filled Participant information.

s. You may submit your essay **Directy** ONLY if your institution is not participating or has not registered. Direct participants may upload their scanned documents after the Direct Submission link is activated. Upload of Age proof is mandatory. The file size of the age proof document must not exceed 1MB.

t. To submit your essay, click on the relevant submission tab on our website <https://hfn.link/essayevent>.



1. SUBMISSION OF ESSAYS THROUGH REGISTERED INSTITUTIONS

- a. The institution must register using the "Institution Registration & essay submission" tab on our website.

(Only the admin/coordinator is allowed to register the institution)

- b. To check if your institution is already registered, enter partial details and other mandatory fields marked with "*" and click the "Search" button.

INSTITUTION REGISTRATION FOR PARTICIPATION

Search/Check Participating Registered Institutions

Note:

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

Search Institutions

Enter the Institution Name (full/partial) / ID for searching

Country of Institution

India

City/Village/Town

District

Kolkata, West Bengal

State of the institution

State Of The Institution

Search **Clear**

- c. Registered institutions matching the search criteria will be displayed. The participant information slip for the students may be downloaded by clicking on the download button provided against the institution.

Search/Check Participating Registered Institutions
Note:

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

Search Institutions
Enter the Institution Name (full/partial) / ID for searching

Country of Institution
India
City/Village/Town

District
Kolkata, West Bengal
State of the institution
State Of The Institution

Showing 1 to 1 of 1 entries (filtered from 4 total entries)
Search: james

Registration No	Institute Name	City/Village/Town	Institute Email	Institute Address	Coordinator Name
47	ST JAMES Download	Kolkata	vidya.subramaniam@heartfulness.org	24 DIAMON HARBOUR ROAD	GOPICHAND

Show 10 entries Previous 1 Next

- d. If the institution is not listed, the admin/coordinator may click on "REGISTER NEW INSTITUTION " and enter the necessary details, to enable the students to participate.

REGISTER INSTITUTION FOR PARTICIPATION
Note:

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

Name of your Institution*

Institution Address line 2

Country of Institution*

India

District *

Address of Institution line 1*

Institute Phone No*

City/Village/Town of Institution*

State of the institution *

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

Essay Event Coordinator Details :
Note: Please enter either Coordinator Email ID or Coordinator Contact Details

Coordinator Name

Coordinator Email ID

Coordinator Contact Details

Coordinator Email

- e. If your institution is registered, its details will be displayed. The participant must check with their institution coordinator to confirm the mode of submission. The institution may choose one of the following options:
- i. Share the online essay submission link with the Institute may share the link for online submission of essays with the students. **The link is sent to the institution's registered email address)**
 - ii. Collect all the physical essays along with the filled participant information slip filled and upload them centrally using institution login credentials.

(For institution login credentials the administrator/ coordinator may write to: essayevent@heartfulness.org)

- f. To submit the essay, the student / institution must click on the essay submission link shared for their institution and enter all mandatory fields:
- Participant Name
 - Father's/Mothers's/Gaurdian's name
 - Age
 - Gender
 - The participation category will be automatically selected based on the participant's age
 - Upload the scanned essay PDF. Ensure that the participation information slip is the first page of the file.
 - Ensure the document is correctly uploaded by viewing the preview and confirm.
 - Re-upload if necessary.
 - Tick on all the declarations
 - Review all entries and click on submit for submitting. **Changes will not be entertained after submission.**

A message confirming successful submission along with your enrolment number will be displayed. Please note it carefully for future reference.

2. SUBMISSION OF ESSAYS AS DIRECT PARTICIPANT

- a. Click on "Direct Submission" on our website.
- b. Fill in the Participation information details. All fields marked with * are mandatory.
- c. Enter participants E-mail address. The email addressed will be used for verification and future communication.
- d. Click on "Send Verification Code"
- e. A verification code will be sent to the entered email address.
- f. Check the inbox of the given Email address for the code. If you don't receive it, check your spam/junk folder. Do not close the submission while waiting for the code. Keep your submission page active till you receive the code.
- g. Enter the verification code received in the designated field.
- h. Click Verify.

Language selected for writing essay*

English

Enter the participant email id for verification*

Send Verification Code

Please enter the Verification code sent to the Participant e-mail*

Verify

Upload participants essay*

Browse... No file selected.

Please upload your essay

Supported File Formate [jpg/ pdf]

Upload File Size Maximum 3MB.

Participants age proof

Browse... No file selected.

Supported File Formate [jpg/ pdf]

Upload File Size Maximum 1MB.

How did you know about event*

Select

- i. Upload your Essay PDF using the "Browse" option. Ensure the file size is under 3 Mb.
- j. Upload your age-proof document. (PDF under 1 Mb).
- k. From the dropdown, select how you heard about the event.
- l. Tick on the parental consent and declarations after reading them.

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

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

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

☐ I agree to [Terms of Use](#) and [Privacy & Cookie Policy](#) of Shri Ram Chandra Mission *

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

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

SUBMIT

No changes will be entertained after submission

- m. Preview and confirm the essay document.
- n. Double check all entered data. **changes will not be entertained after submission.**
- o. Click on the Submit button
- p. A message confirming successful submission along with your enrolment no will appear on the screen. Note it down.
- q. An email confirmation with your the Enrolment Number will also be sent to your verified email. Save it for future reference.

For any clarification, you may write to **essayevent@heartfulness.org**