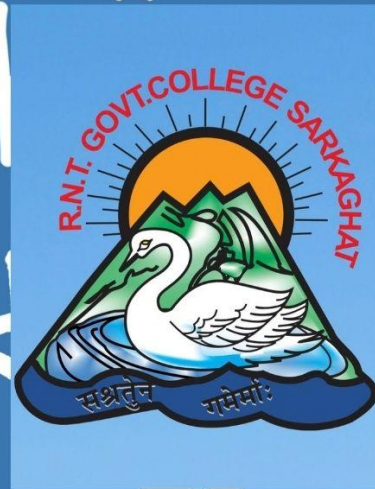


सरसी

2025-26





Estd. 1985

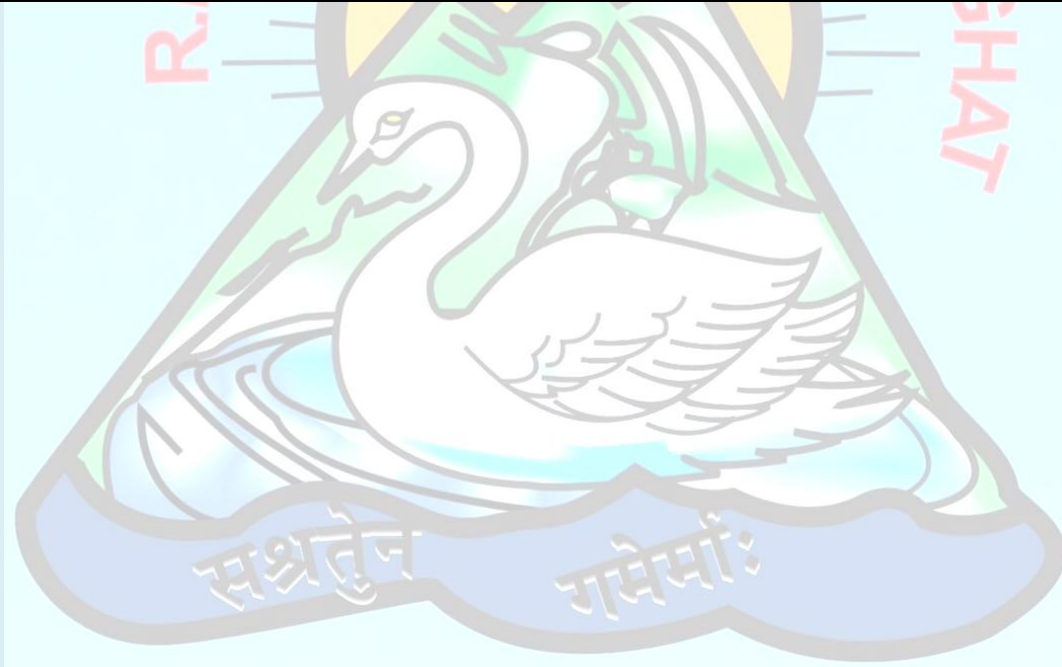
Rabindra Nath Tagore Govt. College Sarkaghat Distt. Mandi (H.P)

Place of Publication	Sarkaghat
Periodicity of Publication	Annual
Publisher's Name	Dr. R.R. Kondal
Nationality	Indian
Address	Principal RNT Govt. College Sarkaghat Distt Mandi HP
Chief Editor	Dr. Ashok Kumar Pathania
Nationality	Indian
Address	Dr. Ashok Kumar Pathania RNT Govt. College Sarkaghat Distt Mandi HP
Name and address of the individual	Dr. R.R. Kondal
Who Owns the Magazine	RNT Govt. College Sarkaghat

I Dr. R.R. kondal hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Dr. R.R. Kondal
Principal
RNT Govt. College Sarkaghat

Editorial Board		
Principal Chief Editor Section	Dr. R.R. Kondal	
	Dr. Ashok Kumar Pathania	
	Staff Editor	Student Editor
Hindi Sanskrit Pahari English	Dr. Reeta Devi	Pooja Thakur
	Dr. Naveen Kumar	Riya
	Dr. Banita	Kalpna Kumari
	Dr. Ashok Kumar Pathania	Riya Thakur
Science Planning	Prof. Rekha Kumari	Savita Bhatia
	Prof. Anju Kumari	Kanchna



Principal's Message



Dear Readers,

It gives me immense pleasure to present the latest edition of our college magazine, SARASI, for the academic session 2025–26. The magazine is a vibrant reflection of the creativity, curiosity, achievements and diverse talents of our students and faculty members. It provides a meaningful platform for expressing ideas, sharing experiences and celebrating the academic and co-curricular life of our college.

The academic session 2025–26 has been a period of learning, participation and new opportunities. Along with classroom education, our students have actively engaged in seminars, workshops, cultural programmes, sports, literary activities, awareness campaigns, community outreach and other extension activities. These experiences have helped them develop communication, teamwork, leadership, creativity and problem-solving skills—qualities that are essential for personal growth and professional success.

As an institution committed to holistic education, we believe that learning extends beyond textbooks and examinations. Our endeavour is to create an inclusive and supportive environment in which every student gets an opportunity to discover strengths, nurture interests and develop confidence. I encourage our students to remain curious, use technology responsibly, think critically, respect diverse perspectives and contribute positively to society.

SARASI is more than a collection of articles and photographs; it is a record of the spirit and journey of our college community. I sincerely appreciate the students, faculty members and members of the editorial team whose enthusiasm, imagination and hard work have made this edition possible. I also acknowledge the contributions of everyone who participated in the academic, cultural, sports and social activities documented in these pages.

I hope that this edition of SARASI will inspire our students to read, write, create and participate with greater confidence. May you continue to pursue your goals with dedication, integrity and compassion, and make meaningful contributions to your family, community and nation. I wish you all a fulfilling, successful and bright future.

Dr. R.R. Kondal

Principal

RNT Govt. College Sarkaghat

Chief Editor



It is with immense pleasure and a deep sense of responsibility that I present this edition of SARSI, the annual college magazine of RNT Government College, Sarkaghat, for the academic session 2025–26.

A college is not merely a place where knowledge is acquired; it is a space where ideas are nurtured, personalities are shaped and dreams take form. SARSI is a vibrant reflection of this journey. It brings together the diverse voices of our students and provides them with an opportunity to express their thoughts, experiences, creativity and aspirations.

This edition showcases a rich blend of poems, articles, essays, short stories, reflections and other creative expressions. Each contribution is unique, yet together they represent the intellectual curiosity and creative energy of our college community. These pages capture not only the literary talent of our students but also their sensitivity towards society, nature, culture, education and the changing world around us.

We live in an era of rapid transformation. Technology and artificial intelligence are redefining the ways in which we learn, communicate and create. In such a world, the ability to think critically, communicate effectively and remain grounded in human values has become more important than ever. Literature and creative expression provide us with a meaningful way to pause, reflect and understand ourselves and the world we inhabit.

The preparation of a college magazine is itself a learning experience. It teaches us that every idea deserves attention, every voice has value and every creative effort contributes to something larger than itself. I am particularly proud of the enthusiasm with which students have participated and shared their work. Their contributions have transformed this magazine from a publication into a living record of our collective college experience.

I take this opportunity to express my sincere gratitude to the respected Principal for providing constant encouragement and support. I am equally thankful to the faculty members, editorial committee and everyone who guided us at every stage of the preparation of SARSI. Their valuable suggestions and encouragement have been instrumental in bringing this edition to fruition.

My heartfelt appreciation goes to all the student contributors. I congratulate them for their creativity, confidence and willingness to share their ideas. I also extend my best wishes to every student of the college to continue exploring, questioning, learning and expressing themselves.

I hope that SARSI will not merely be read but also remembered—as a reflection of our time at RNT Government College, Sarkaghat, and as a testament to the dreams, voices and creative spirit of its students.

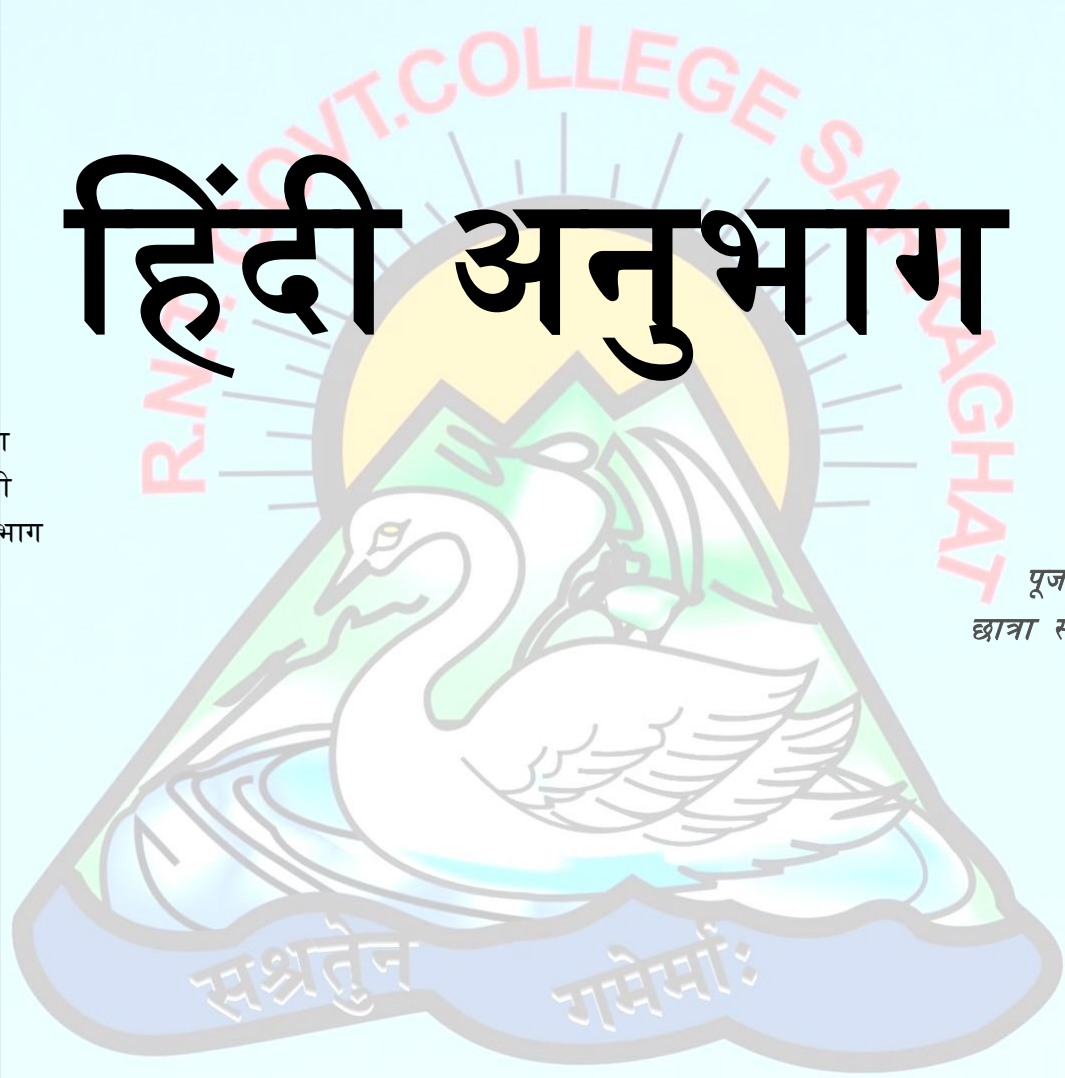
May these pages inspire us to think freely, create fearlessly and move forward with confidence and compassion?

Dr. A. K. Pathania
Chief Editor

हिंदी अनुभाग

संपादिका
रीता देवी
हिंदी विभाग

पूजा ठाकुर
छात्रा संपादिका



विषयानुक्रमणिका

क्र. स.	विषय	लेखक /लेखिका
1.	संपादिका (प्राध्यापक)	रीता देवी
2.	छात्रा संपादिका	पूजा ठाकुर
3.	भारत-दर्शन	साहिल चंदेल
4.	विद्यार्थी जीवन	दीक्षा
5.	हिमाचल : देवभूमि की धड़कन	पल्लवी शर्मा
6.	आधुनिक नारी : जो थकती नहीं	मानसी
7.	प्रकृति का आँगन	दीक्षा
8.	हमारा भारत देश	कविता
9.	ऐसा क्यों होता है?	अंशिता
10.	आँखें	सोनिया देवी
11.	विश्वास करो कर्म में	शालिनी
12.	हाय! परीक्षा आई	रिया
13.	शिक्षक	शिल्पा भगोटिया
14.	युवा मांगे जवाब अब	शिवानी
15.	कलम की क्रांति	योगेश आनंद
16.	अंतर्मन की आवाज़	योगेश आनंद
17.	माँ की हथेलियाँ	रीता ठाकुर
18.	तकनीक और भविष्य	मानसी
19.	संकल्प शक्ति से सफलता	पल्लवी
20.	युवा शक्ति और सपनों की आग	पूजा ठाकुर
21.	प्रतिस्पर्धा का दौर और आत्मविश्वास	शिवानी
22.	प्रकृति : ब्रह्मांड की सृजनात्मक शक्ति	पल्लवी ठाकुर
23.	छोटी-छोटी खुशियाँ – जीवन का असली जादू	मोनिका
24.	पर्यावरण संरक्षण : आज की सबसे बड़ी आवश्यकता	प्रीति
25.	बदलती जीवनशैली और डिजिटल इंडिया	आँचल कुमारी

26.	आत्मविश्वास और मेहनत से सफलता की ओर	शुभम भारती
27.	सफलता का मंत्र : समय का सही प्रबंधन	ऑचल कुमारी
28.	समय का महत्व	शैली देवी
29.	कीट: प्रकृति के नन्हे सिपाही	प्रियंका कुमारी
30.	मैं कौन हूँ?	मुस्कान
31.	बचपन	कनक लता
32.	हिमाचल प्रदेश में 'चिट्टा' : युवाओं के भविष्य पर गहराता संकट	सुजाता



संपादिका की ओर से

किसी भी शिक्षण-संस्थान की वास्तविक पहचान वहाँ पल्लवित होने वाली विचारशीलता और सृजनशीलता से होती है। हमारी वार्षिक पत्रिका 'सरसी' केवल रचनाओं का संकलन नहीं, बल्कि विद्यार्थियों की कल्पनाओं, अनुभवों और सपनों का एक सजीव दस्तावेज है।

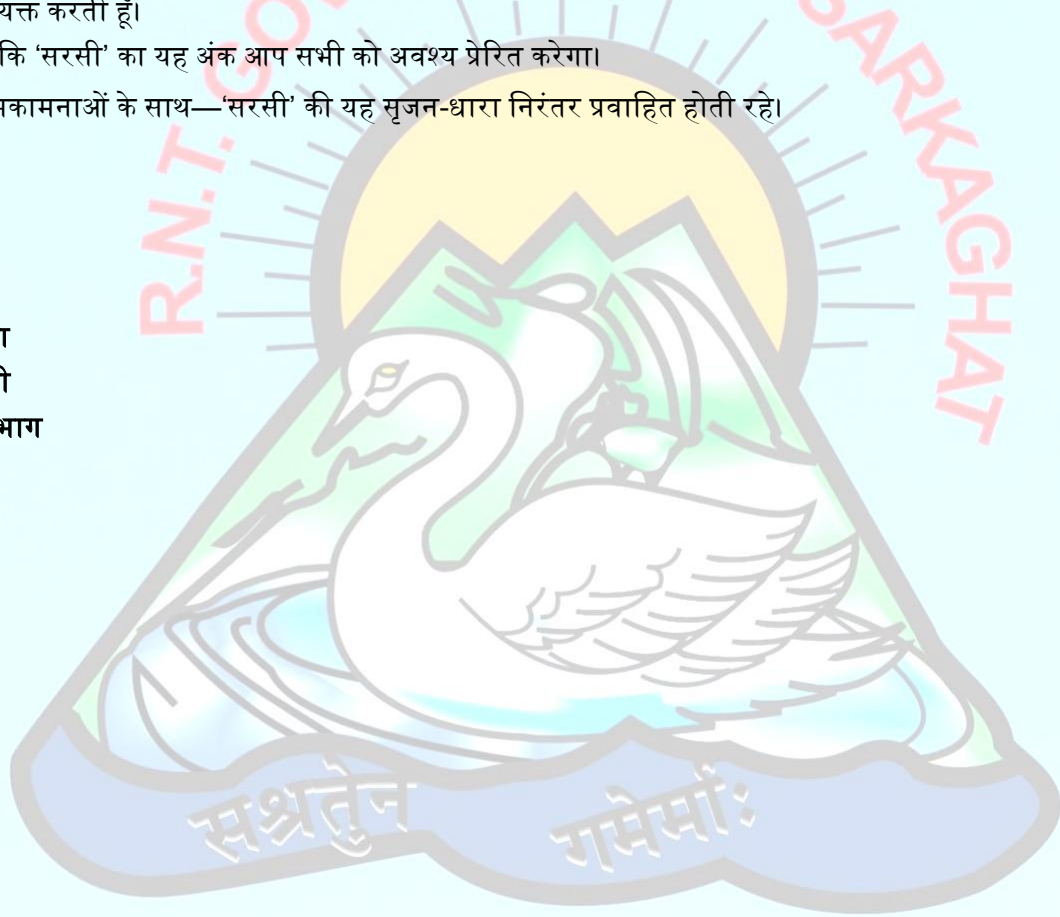
आदरणीय प्राचार्य श्री रिखी राम कौंडल जी के कुशल मार्गदर्शन में महाविद्यालय निरंतर प्रगति के पथ पर अग्रसर है। यह पत्रिका विद्यार्थियों की अंतर्निहित प्रतिभा को निखारने और उन्हें आत्म-अभिव्यक्ति का खुला मंच देने की इसी कड़ी का एक सशक्त माध्यम है। शब्दों के माध्यम से स्वयं को अभिव्यक्त करना आत्म-खोज की एक सुंदर यात्रा है, और 'सरसी' इसी ऊर्जा को साझा करती है।

इस अंक के संपादन का दायित्व मेरे लिए गर्व और संतोष का विषय रहा। पत्रिका को साकार रूप देने वाले सभी प्राध्यापकों, सहयोगियों और विशेष रूप से अपनी रचनाओं से इसे समृद्ध बनाने वाले प्रिय विद्यार्थियों का मैं हृदय से आभार व्यक्त करती हूँ।

आशा है कि 'सरसी' का यह अंक आप सभी को अवश्य प्रेरित करेगा।

इन्हीं शुभकामनाओं के साथ—'सरसी' की यह सृजन-धारा निरंतर प्रवाहित होती रहे।

संपादिका
रीता देवी
हिंदी विभाग



छात्रा संपादिका की ओर से



यह पत्रिका हमारे मन के उन अनकहे भावों का संग्रह है, जिन्हें शब्दों का सहारा मिला है। हर पन्ने में किसी का सपना है, किसी की मेहनत है और किसी की मासूम कल्पनाएं बसी हैं। राजकीय महाविद्यालय सरकाघाट की प्रतिष्ठित वार्षिक पत्रिका 'सरसी' में इस वर्ष 'हिन्दी विभाग' की ओर से चुना जाना मेरे लिए अपार हर्ष और गर्व का विषय है। मुझे यह अवसर देने के लिए मैं सर्वप्रथम हिन्दी विभाग की प्रमुख प्राध्यापिका श्रीमती रीता देवी मैम का हृदय से आभार व्यक्त करती हूँ। उन्होंने मुझ पर विश्वास जताया और मुझे इस पद का दायित्व सौंपा। उनकी प्रेरणा और सहयोग ने मुझे इस योग्य बनाया कि मुझे साहित्य की गहराइयों को समझने और अपनी अभिव्यक्ति को निखारने का अवसर मिला। मैंने अपने कई वरिष्ठ विद्यार्थियों, सहपाठियों के विचारों का अवलोकन किया और पाया कि लेखन केवल शब्दों का खेल नहीं, बल्कि हमारी सोच, भावनाओं, और समाज के प्रति हमारी जिम्मेदारियों का प्रतिबिम्ब होता है।

इस पत्रिका के प्रत्येक अंक को तैयार करने की हमारी यात्रा कोई साधारण कार्य नहीं बल्कि एक विशेष भावनात्मक अनुभव रही है। कभी शब्दों को आकार देने में देर लगी तो कभी भावनाएं इतनी प्रबुद्ध थीं कि कलम स्वयं चल पड़ी। कई साथियों ने अपने संकोच को पीछे छोड़कर पहली बार अपनी रचनाएं साझा कीं। यह साहस ही हमारी और इस पत्रिका की सबसे बड़ी उपलब्धि है। इस मंच ने हमें सिखाया कि विचारों को दबाया नहीं, व्यक्त किया जाना चाहिए। इस प्रक्रिया ने हमें एक-दूसरे के और निकट ला दिया। हमने सीखा कि सहयोग, धैर्य और विश्वास से ही कोई रचना पूर्णता पाती है। यह पत्रिका हमारी सामूहिक मेहनत का परिणाम है, जिसमें प्रत्येक विद्यार्थी का योगदान अमूल्य है। इस मंच के माध्यम से मैं पाठकों तक उन सभी मुद्दों को पहुंचाने का प्रयास करूंगी जो हमारी सांस्कृतिक, साहित्यिक व बौद्धिक चेतना को समृद्ध करेंगे। इस पत्रिका का हर अंक महज एक संकलन नहीं बल्कि हमारे महाविद्यालय की रचनात्मकता और बौद्धिक स्तर का परिचायक है।

हिन्दी साहित्य में अपनी भागीदारी सुनिश्चित करने का यह स्वर्णिम अवसर पाकर मैं स्वयं को सौभाग्यशाली मानती हूँ और विशेष रूप से हमारी प्राध्यापिका, रीता मैडम का हृदय से धन्यवाद करती हूँ, जिनकी प्रेरणा, विश्वास और आशीर्वाद से मुझे यह अवसर प्राप्त हुआ।

पूजा ठाकुर

[बी.ए. तृतीय वर्ष]

(छात्रा संपादिका)

सश्रुतेन गमेमाः

3. भारत-दर्शन

हम भारत दर्शन करके समझ सकते हैं कि...

कैसा है भारत का मौजूदा स्वरूप,
कि घूमे केसर की घाटी तक,
चले हिमाचल की वादी तक,
अमृतसर की स्वर्ण कुटी तक,
पंजाबी गिद्दा लोहड़ी तक,

उत्तरांचल के देवालय तक,
मेघों के गढ़ मेघालय तक,
वृंदावन से चले अवध तक,
गुप्त वंश के राज मगध तक,
भगवा कजरी से मल्हार तक,
घूमे यूपी से बिहार तक,

चले असम के बागानों तक,
झारखंड के खदानों तक,
आओ घूमें सुंदरबन तक,
चले बांग्ला शांति मिशन तक,

अरुणाचल के घने जंगल तक,
त्रिपुरा के उज्जयंत महल तक,
चले खनिज के भंडारों तक,
छत्तीसगढ़ के बंजारों तक,

खजुराहो की वास्तुकला तक,
भीमबेटका चित्रकला तक,
राजस्थानी परिपाटी तक,
युद्धभूमि हल्दीघाटी तक,

चले मराठी तेग ढाल तक,
वीर शिवा के दिव्य भाल तक,
कर्नाटक, मैसूर हदों तक,

ओड़िया से केरल तक,
सियाचिन से हिंद महासागर तक,
सावरकर की कुर्बानी तक,
अंडमान काला पानी तक,

तमिलनाडु के पुण्य धाम तक,
रामेश्वर अब्दुल कलाम तक,

आओ हम सब भारत घूमें,
इसकी पावन रज को चूमें,
आओ हम सब भारत घूमें।

नाम - साहिल चंदेल
एम० ए० [राजनीतिक विज्ञान]
रोल नं० - 25MAPOL003

4. विद्यार्थी जीवन

पहला कदम जो बढ़ाता है,
वही मंजिल तक जाता है।
मेहनत करने वाला ही,
जीवन में सफल कहलाता है।
ज्ञान की ज्योति जलाकर,
अंधियारा दूर भगाता है।
विद्या से बढ़कर जग में,
कोई धन नहीं होता।
पढ़ने वाला विद्यार्थी ही,
जीवन में आगे होता।
कठिन राह से डरना क्या,
साहस से सब कुछ होता।
आलस को जो त्याग दे,
वह ऊँचाई को पाता है।
दिन-रात लगन से पढ़कर,
अपना नाम कमाता है।
छोटे-छोटे कदम बढ़ाकर,
सपनों को सच बनाता है।
मेहनत, धैर्य और विश्वास,
विद्यार्थी की सच्ची शान।
ज्ञान से रोशन हो जीवन,
बड़े देश का भी मान।
पढ़-लिखकर आगे बढ़ो,
यही है जीवन की पहचान।

नाम - दीक्षा , एम० ए० [राजनीतिक विज्ञान] रोल नं० - 25MAPOL001

5. हिमाचल : देवभूमि की धड़कन

जहाँ बादलों से बातें करती हैं चोटियाँ,
जहाँ नदियाँ गाती हैं प्राचीन कथाएँ,
जहाँ हर सुबह ओस की बूंदों में
सूरज नई आशा जगाए –
वह मेरा हिमाचल है।

धौलाधार पर्वतमाला की श्वेत चादर ओढ़े,
रोहतांग दर्रे की राहों से गुजरते सपने,
सतलुज नदी की कल-कल में बसती जीवन की लय,
और देवदार की खुशबू से रची
शांति की अनकही व्याख्या –
वह मेरा हिमाचल है।

यहाँ की मिट्टी में श्रम में गरिमा है,
यहाँ की वादियों में लोकगीतों की आत्मा है,
यहाँ हर घर में 'अतिथि देवो भवः' संस्कार
और हर मेले में संस्कृति का उजास है।

हे देवभूमि !
तेरी गोद में पलकर सीखा हमने –
सरलता में ही शक्ति है, संस्कृति में ही समृद्धि है,
और प्रकृति के साथ चलना ही सच्ची प्रगति है।

तू केवल एक प्रदेश नहीं,
तू आत्मा है, तू स्पंदन है –
भारत के मस्तक का उज्ज्वल मुकुट,
मेरा गर्व, मेरा हिमाचल है।

नाम - पल्लवी शर्मा
एम० ए० [राजनीतिक विज्ञान]
रोल नं० - 25MAPOL003

6. आधुनिक नारी : जो थकती नहीं

भीड़ भरे इस आधुनिक शहर में
एक चेहरा रोज निकलता है,
आँखों में अधूरे सपनों का समन्दर
पर सीने में अदम्य साहस पलता है।

सुबह से पहले जागती है,
सबकी जरूरत बन जाती है,
अपनी इच्छाओं को टालकर,
दूसरों की दुनिया सजाती है।

कभी दफ़्तर की फाइलों में उलझी,
कभी रसोई की आँच में जलती,
कभी बच्चों के भविष्य में खोई,
कभी अपने ही सपनों से लड़ती।

उससे पूछा किसी ने कभी –
'तुम थकती नहीं क्या?'
वो मुस्कुराकर बस इतना बोली –
'रुक जाऊँ तो चलती नहीं दुनिया।'

आधुनिकता ने दिए हैं अवसर,
पर संघर्ष अब भी बाकी है,
हर कदम पर खुद को साबित करना
जैसे उसकी ही जिम्मेदारी है।

कभी उसके कपड़ों पर चर्चा,
कभी उसके निर्णय पर सवाल,
पर उसकी मेहनत, उसकी क्षमता
क्यों नहीं बनती मिसाल?

वो दर्द छुपाकर हँस देती है,
कमजोरी को ताकत बना लेती है,
टूटी हुई उम्मीदों को भी,
फिर से जोड़कर आगे बढ़ती है।

रात के सन्नाटे में अक्सर, जब सब चैन से सो जाते हैं,

वो अपने मन की थकान को तकिए में चुपचाप दबा जाती है।

वो अबला नहीं, प्रश्न नहीं,
वो उत्तर है हर जंग का।
वो चुप्पी नहीं, क्रांति है,
वो आरंभ है नए ढंग का।

वो केवल कंधों का सहारा नहीं,
वो खुद एक मजबूत कंधा है,
जो टूटकर भी जुड़ जाए,
उसी हौंसले का असली धागा है।

थकती है.... पर रुकती नहीं,
रोती है वो, पर झुकती नहीं।
टूटती है कभी, पर हारती नहीं।

वो अपने अस्तित्व की ज्योति है,
जो आँधियों में भी जलती है,
वो इतिहास नहीं दोहराती,
नया इतिहास गढ़ती है।

आओ मिलकर ऐसा समय बनाएं,
जहाँ उसे प्रमाण न देना पड़े,
वो जो है, जैसी है, वैसी ही रहे,
उसे वैसा ही सम्मान मिले।

क्योंकि जब नारी मुस्काती है,
तो समाज संवर जाता है,
उसके अदम्य हौंसले से ही
नया सवेरा उग आता है।

नाम - मानसी

बी.ए. तृतीय वर्ष

रोल नं० - 23HIN005

7. प्रकृति का आँगन

- 1.) हरे-भरे मैदानों में हवा गीत सुनाती है,
फूलों पर ओस की बूंद बन बिखर जाती है।
- 2.) पक्षियों का मधुर गान, गगन में गूँजता जाता है,
झरने की धारा कल-कल करती, बस्ती का आँगन महकाती है।
- 3.) सूरज की पहली किरण, रात्रि की छाया आलोकित करती है,
मधुर स्वप्न देती साँझ को, जन-जन में संगीत भरती है।
- 4.) हर प्रश्न का उत्तर है प्रकृति, हर हृदय का मीठा गीत,
पेड़, पौधे, नदियाँ सिखाते, निस्वार्थ प्रेम की रीत।
- 5.) जैसे कोई अमर कहानी, हर पेड़, हर शाखा, हर तिनका सुनाता,
प्रकृति का पावन संदेश, हर मानव तक पहुँचाता।
- 6.) शाम ढले जब सूरज गगन की गोद में विलीन हो जाता है,
आकाश का नीला सागर, अनंत तारों के दीप जलाता है।
- 7.) चाँदनी रात में पंछियों की चहचहाहट, सुबह का संदेश लाती है,
हर दिशा में खिली प्रकृति, अपनी अनुपम छटा बिखराती है।
- 8.) वनों की गहराई में शांति का पावन निवास,
जहाँ हर वृक्ष कराता है अपनेपन का सुखद अहसास।
फूलों की खुशबू, मंद हवाओं का आलिंगन,
प्रकृति हमें सिखाती है जीवन का संतुलन।
- 9.) बिजली की कड़क, बारिश की फुहार, इंद्रधनुष का रूप निराला,
उसके पावन प्रेम में न कोई स्वार्थ, न कोई छल का जाल।
हर जीव के लिए उसका आँचल है सुखकारी,
धन्य है यह प्रकृति, जो सबको जीवन देने वाली।

नाम - दीक्षा
बी.ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23POL046

8. हमारा भारत देश

फिर ललकार उठा पौरुष, फिर आह्वान कर रहा है,
शत-शत आघातों को सहकर जीवित हिन्दुस्तान हमारा।
जग-मस्तक पर रोली-सा शोभित हिन्दुस्तान हमारा।

सदियों का इतिहास पूछता – मिस्र कहाँ, यूनान कहाँ है?
घर-घर में शुभ ज्योति जलाता, वह उन्नत ईरान कहाँ है?
दीप बुझे पश्चिमी गगन के, छाया घोर अंधकार वहाँ,
किंतु चीरकर तम का सीना, चमका हिन्दुस्तान हमारा!

हमने जग में स्नेह लुटाकर, पीड़ित उर भी पाले हैं,
मानवता की ज्योति जलाकर, विश्व के दीपक बाले हैं।
जग को अमृत का घट देकर, हमने विष का पान किया था,
मानवता के सुख के खातिर, हँसकर सर्वस्व दान दिया था।

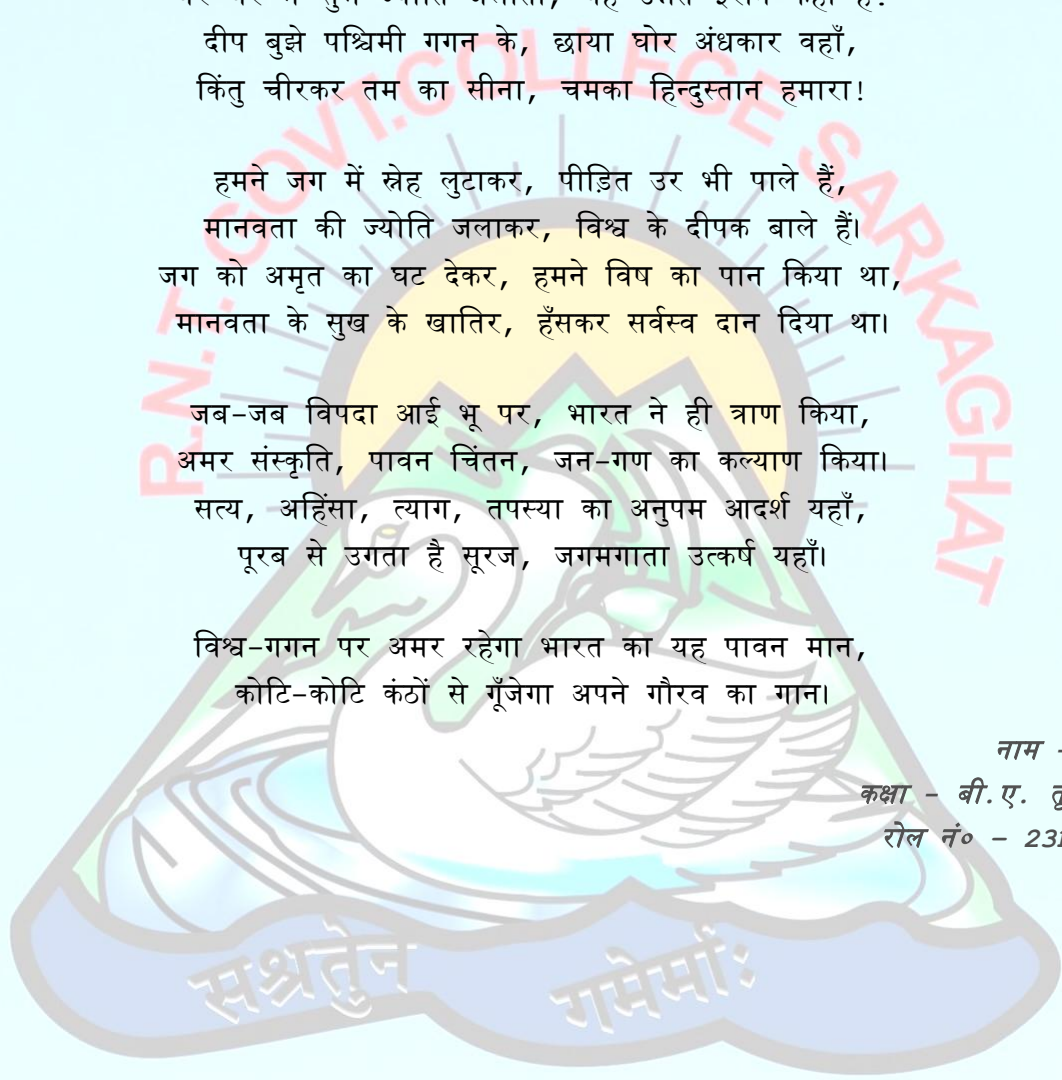
जब-जब विपदा आई भू पर, भारत ने ही त्राण किया,
अमर संस्कृति, पावन चिंतन, जन-गण का कल्याण किया।
सत्य, अहिंसा, त्याग, तपस्या का अनुपम आदर्श यहाँ,
पूरब से उगता है सूरज, जगमगाता उत्कर्ष यहाँ।

विश्व-गगन पर अमर रहेगा भारत का यह पावन मान,
कोटि-कोटि कंठों से गूँजेगा अपने गौरव का गान।

नाम - कविता

कक्षा - बी.ए. तृतीय वर्ष

रोल नं० - 23POL036



9. ऐसा क्यों होता है?

ऐसा क्यों होता है?
आम आदमी गरीबी में जीता है
और गरीबी में ही मरता है।
कोसता है खुद को बदनसीब समझकर,
घुटता है अपनी सारी मजबूरियों से,
मुँह मोड़ता है जिम्मेदारियों से,
अंत में इससे छुटकारा पाने के लिए
खुदकुशी को गले लगाता है...
ऐसा क्यों होता है?

वह कड़ी मेहनत करता है
अपने मुकाम तक पहुँचने के लिए,
पाई-पाई जमाता और गँवाता है,
पर लाख कोशिश करने के बावजूद भी
वह असफल होने के कारण बेरोजगारी में जीता
और पल-पल मरता है...
ऐसा क्यों होता है?

बढ़ती महंगाई का असर अमीरों पर कम,
पर गरीबों पर सबसे अधिक होता है।
पैसों की कमी के कारण कभी
उसे भूखे पेट भी सोना पड़ता है,
तो कभी चोरी, डकैती जैसे अपराधों को स्वीकार कर
जिंदगी की बलि चढ़ाना पड़ता है...
ऐसा क्यों होता है? ऐसा क्यों होता है?

नाम - अंशिता

कक्षा - बी.ए. तृतीय वर्ष (B.A. 3rd Year)

रोल नं० - 23HIN021

10. आँखें

आँखें, अक्सर ही धोखा दे जाती हैं,
कभी मेरे झूठ पर झुक के, कभी सच पर तनिक नम हो के,
कभी मेरी बात से मुकर के, मुझे एक नया मौका दे जाती हैं।

वो साथ देंगी भले शर्म लिये, एक अदा लिये,
फिर नम होकर भी दृढ़ता लिये,
उठकर, गिराकर, ये आँखें
एक भाव अनोखा दे जाती हैं।

कुछ आँखें ऐसी होती हैं,
जिनमें अटूट विश्वास झलकता है।
मेरे हर सही-गलत को मानो
कोई है, जो भीतर तक परखता है।

इस अनजान, अजब दुनिया में
रोज नया कोई मिल जाता है,
पर उन कुछ आँखों को देख कर
मेरा हर दोष बिलख उठता है।

क्रोध, घृणा और द्वेष से लेकर,
चिंता, पागलपन और प्यार तक,
सब कुछ 'कह' जाती हैं ये दोनों,
संजो के रुबाव रह जाती हैं।

फिर भी कभी ये मुझसे छल करके,
अंदर तक झकझोर देती हैं –
ये आँखें, अक्सर ही धोखा दे जाती हैं।

नाम - सोनिया देवी
कक्षा - बी.ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN030

11. विश्वास करो कर्म में

मैं निर्धनता हूँ –
तुम मुझे मिटाना चाहते हो,
कुछ करके दिखाना चाहते हो,
पर तुम मुझे प्रिय हो,
मैं तुम्हें प्रेम करती हूँ।

इसीलिए तुम फटे-पुराने कपड़े पहनते हो,
फैलाकर हाथ 'बाबूजी-बाबूजी' करते हो।
मैं तुम्हारा नसीब हूँ,
इसीलिए तुम्हारे करीब हूँ।

लेकिन तुम चाहो तो कीचड़ में कमल खिला सकते हो,
धरती और आकाश मिला सकते हो।
मुझको समझो, श्रम को अपनाओ,
मैं तुम्हारी पाठशाला हूँ।

पढ़कर विश्वास करो कर्म में,
जागो, उठो, जमाने को हिला दो!
इस दुनिया से अज्ञान के साथ
मुझे भी मिटा दो।

देखो, विश्वास तुम्हें बुला रहा है,
उगता सूरज तुम्हें नई राह दिखा रहा है।

नाम - शालिनी
बी.ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23POL003

सश्रुतेन गमेमाः

12. हाय! परीक्षा आई

खेल-कूद में दिन बीता, सोने में रात गंवाई।
हाय परीक्षा आई, अब क्या होगा रे भाई!

आ जाती है हर वर्ष, लाज तक इसे नहीं आती।
जब से आती है, आँखों से नींद चली जाती है।

कोई ऐसा वीर नहीं, जो टोक सके इसको,
स्कूल, कॉलेजों में आने से रोक सके इसको।

सब मरते हैं इस पर, इसकी अब तक मौत नहीं आई,
हाय परीक्षा आई, अब क्या होगा रे भाई!

डरते नहीं कभी हम बन्दूकों, तलवारों से,
डरते नहीं कभी हम शोलों से, अंगारों से।

क्या कारण है किन्तु समझ में बात नहीं आई,
नाम परीक्षा का सुनते ही नानी याद आई!

हार मानकर भागे कितने शूरवीर बलदाई,
हाय परीक्षा आई, अब क्या होगा रे भाई!

बिन बादल बरसात, रात भर बिजली-सी कड़के,
ज्यों-ज्यों आए पास परीक्षा, त्यों-त्यों दिल धड़के।

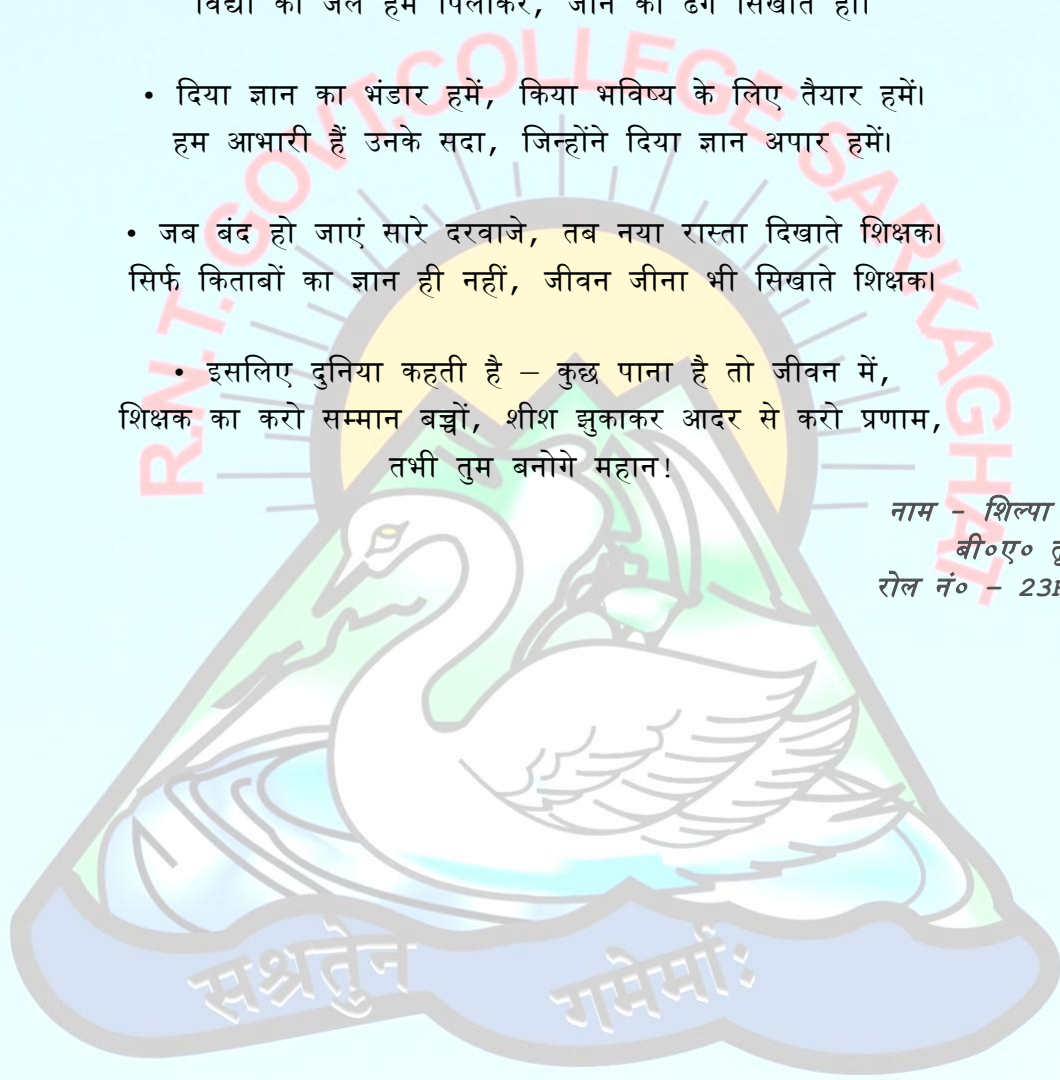
बाथरूम में अब न फिल्म के गाने हम गाते,
जो कुछ पढ़ा रात को, उसको ही हैं दुहराते!

नाम - रिया
बी.ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23POL041

13. शिक्षक

- आप देते हो हमको शिक्षा, फिर लेते हो हमारी परीक्षा।
गलती करें हम तो समझाते, गलती पर भी हमें हँसाते।
- माता ने दिया है जीवन दान, आप बनाते हो इसे महान।
ज्ञान का दीप आप जलाकर, हमारी चमक बढ़ाते हो।
विद्या का जल हमें पिलाकर, जीने का ढंग सिखाते हो।
- दिया ज्ञान का भंडार हमें, किया भविष्य के लिए तैयार हमें।
हम आभारी हैं उनके सदा, जिन्होंने दिया ज्ञान अपार हमें।
- जब बंद हो जाएं सारे दरवाजे, तब नया रास्ता दिखाते शिक्षक।
सिर्फ किताबों का ज्ञान ही नहीं, जीवन जीना भी सिखाते शिक्षक।
- इसलिए दुनिया कहती है – कुछ पाना है तो जीवन में,
शिक्षक का करो सम्मान बच्चों, शीश झुकाकर आदर से करो प्रणाम,
तभी तुम बनोगे महान!

नाम - शिल्पा भगोटिया
बी०ए० तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN009



14. युवा मांगे जवाब अब

भर्ती निकले तो इम्तहान नहीं,
परीक्षा हो तो परिणाम नहीं,
परिणाम निकले तो जॉइनिंग का नाम नहीं,
आखिर क्यों युवाओं का सम्मान नहीं?

बस करो मजाक अब,
युवा मांगे हिसाब अब!
बात करो, संवाद करो,
हमारे प्रश्नों का जवाब दो अब!

क्यों हर भर्ती पंचवर्षीय योजना है?
किस नाम पर चल रही यह परियोजना है?
कैसी ये लचर परीक्षा प्रणाली है?
आपने युवाओं की छीन ली जवानी है!
क्यों पेपर में गलत सवाल डालते?
फिर 100-100 रुपयों का व्यापार करते!
रैंक लिस्ट का नहीं प्रावधान करते,
वेटिंग लिस्ट का नहीं समाधान करते!

साहब! दो-चार हों तो बोलें,
अरे आप तो जुल्म हज़ार करते!
जागो सरकार जागो, बस यही कहना है,
हमारी समस्याओं पर ध्यान दो –
एक वर्ष के भीतर पूरी प्रक्रिया हो,
कोर्ट-कचहरी नहीं, बस नौकरियाँ दो!

युवाओं से भी कुछ कहना है,
अब और अन्याय नहीं सहना है!
बुलंद अपनी आवाज़ करो,
आज कुछ ऐसी हुंकार भरो –
आ जाए चाहे सैलाब अब,
रुकना नहीं, झुकना नहीं,
अपने हकों का करना है हिसाब अब!

नाम - शिवानी
बी०ए० तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN015

15. कलम की क्रांति

सोने की चिड़िया जो कभी थी,
आज उसकी बात निराली है।
कल तक जहाँ वैभव बिखरा था,
आज जेबें सबकी खाली हैं।

नारी की आबरू पर रोज आँच आती है,
एक रुपये का सिक्का हर रोज क्यों घटता जाता है?
शिवाजी की तलवार का वास्ता देकर,
तुम खुद की बुजदिली छुपाते हो।
असली विद्रोही तो वो थे,
तुम बस नफरत और भेदभाव फैलाते हो।

धर्म पर लड़ने वालों! जरा इतिहास पर नजर डालो –
उस्मान की शहादत और कलाम की इबादत को जानो।
दुश्मन की तोप से नहीं, अपनों के भेदभाव से देश हारा है,
क्योंकि जातिवाद का जहर आज भी रंगों में उतारा है।

अम्बेडकर की बुद्धि को तुमने सिर्फ किताबों में कैद किया,
विदेशियों ने जिसको सम्मान दिया, तुमने बस उनका अपमान किया।
'मेरा भारत महान' का नारा लगाते हो,
पर जनकल्याण न अब यहाँ होता है।
प्रधान सेवक का सारा ध्यान,
बस गद्दी पर क्यों होता है?

सलाम मेरे उन किसानों को,
जिन्होंने सबका पेट पाला है।
आज पढ़े-लिखे गँवार बने बैठे हैं,
मुझे कलम से बदलाव लाना है।
मैं भारत का नया युवा हूँ,
मुझे देश आगे बढ़ाना है।

जाग जा युवा देश के,
हमें साथ मिलकर नया विकास लाना है!

नाम - योगेश आनंद
बी.ए. द्वितीय वर्ष
रोल नं० - 24POL006

16. अंतर्मन की आवाज़

मैं शांत अंधेरे में बैठा, पर अंदर विचारों का सैलाब है,
यहाँ माया का जाल फैला, पर दिल मेरा आज भी साफ है।
प्रकाश की खोज में हम निकले थे,
पर अँधेरा कहता – 'हम हर पल आपके साथ हैं।'

संसार में कई प्रकार के हैं लोग,
हर चेहरे पर कई नकाब हैं।
दिल कहता है कि भूल जा दुनिया के फरेब को,
यहाँ सब मतलब के यार हैं।
तू चाहता था पूरी दुनिया बचाना,
अब देख ले, पीठ पर अनगिनत वार हैं!

मुझे माँ को दिलाने हैं कंगन,
बाप का वो पुराना बटुआ बदलना है।
हर तरफ फैली है जो उदासी और खामोशी,
उस लाचार बच्चे को मजबूत इंसान बनाना है।
एक माँ ने खो दिया चिराग अपना,
बाप जो सबसे मजबूत था, वो भी लाचार है।
मेरी बनती नहीं अपनी ही उम्र के बच्चों से,
क्योंकि उनके दिमाग में बस कूड़ा-कबाड़ है।
जहाँ धर्म खाली व्यापार बन चुका है,
कोई सच की आवाज उठाता है तो गलत इंसान कहलाता है,
मिलता सीधा उसे आतंकवादी का नाम है।

वो देश क्या बढ़ेगा आगे,
जहाँ यूथ को आता बस जात और पात है!
आरक्षण पर लड़ते हैं सब,
लाना न किसी को मन में समानता का भाव है।

खैर, अब चुप हो जाता हूँ मैं,
कहीं कह न दें – 'ये बच्चा आतंकवादी इंसान है!'
यहाँ किसी का होने नहीं वाला विकास,
इन्हें आगे नहीं बढ़ना,
पहले जैसे ही बने रहना गुलाम है।

नाम - योगेश आनंद
बी.ए. द्वितीय वर्ष
रोल नं० - 24POL006

17.माँ की हथेलियाँ

कभी छूकर देखो माँ की हथेलियाँ,
ऊपर से सख्त, भीतर कोमल कलियाँ।
सारे घर का बोझ उठाती हैं ये,
श्रम की आँच में खुद को जलाती हैं ये।

छुपाती हैं दर्द, पर कभी रोती नहीं हैं,
ममता की ओस कभी खोती नहीं हैं।
इनमें दफन हैं न जाने कितने अरमान,
कभी बना दुलार, कभी अनुशासन का मान।

रसोई की कालिख में जो तपती रहीं,
बच्चों की सेवा में जो खपती रहीं।
झुकी प्रार्थना में, सदा आशीष दिया...
हर रिश्ते को बड़े चाव से सींच लिया।

सख्त हुई, ताकि हम गिरकर संभल सकें,
कोमल बनीं, ताकि हम उनके आँचल में पल सकें।
पर खुद के आँसू वो सदा
चुपचाप अपने भीतर ही पीती रहीं।

नाम - रीता ठाकुर

एम० ए० [राजनीतिक विज्ञान]

रोल नं० - 25MAPOL019



18. एजेंटिक एआई (Agentic AI) :

अब तक हम एआई से सवाल पूछते थे और वह जवाब देता था। लेकिन 2026 'एजेंटिक एआई' का साल है। ये ऐसे एआई 'एजेंट्स' हैं जो सिर्फ सलाह नहीं देते बल्कि काम को अंजाम भी देते हैं। कल्पना कीजिए कि आपने अपने एआई असिस्टेंट से कहा – 'मुझे अगले हफ्ते मुंबई जाना है, मीटिंग्स फिक्स करो और टिकट्स बुक कर दो।' एजेंटिक एआई आपके कैलेंडर को देखेगा, संबंधित लोगों को ईमेल भेजकर समय तय करेगा, सबसे सस्ती और सुविधाजनक फ्लाइट ढूँढेगा और आपके क्रेडिट कार्ड से बुकिंग भी कर देगा।

मुख्य प्रभाव : यह तकनीक 'पर्सनल प्रोडक्टिविटी' को एक नए स्तर पर ले गई है, जहाँ इंसान का काम केवल 'निर्णय लेना' रह गया है, छोटे-छोटे कार्यों को मैनेज और व्यवस्थित करना एआई खुद संभाल लेता है।

2. फिजिकल एआई और रोबोटिक्स : स्क्रीन से बाहर निकलती बुद्धि

एआई अब केवल आपके स्मार्टफोन या लैपटॉप के अंदर बंद नहीं है। 2026 में 'एम्बोडीड एआई' (Embodied AI) का बोलबाला है। इसका अर्थ है कि एआई अब रोबोट्स और स्मार्ट मशीनों के रूप में हमारे भौतिक संसार में मौजूद है।

- लॉजिस्टिक्स : वेयरहाउस में रोबोट्स अब इंसानी दखल के बिना सामान पैक और शिप कर रहे हैं।
- हेल्थकेयर : सर्जरी में मदद करने वाले रोबोट्स एआई की मदद से रीयल टाइम में जटिल पैटर्न पहचानकर डॉक्टरों को गाइड कर रहे हैं।
- घर : स्मार्ट होम डिवाइसेस अब आपके मूड और सेहत के हिसाब से लाइट, तापमान और यहाँ तक कि खाने के सुझावों को भी ऑटोमेट कर रहे हैं।

3. स्पेशियल कंप्यूटिंग (Spatial Computing) :

मेटावर्स का शोर भले ही कम हो गया हो, लेकिन 'स्पेशियल कंप्यूटिंग' ने दुनिया को देखने का नजरिया पूरी तरह बदल दिया है। अब आपके पास काम करने के लिए सिर्फ एक स्क्रीन नहीं है, बल्कि पूरी हवा ही आपका डेस्कटॉप बन चुकी है।

- एजुकेशन : अब छात्र किताबों में दिल की तस्वीर देखने के बजाय वर्चुअल रियलिटी (VR) के जरिए दिल के अंदर 'सफर' कर सकते हैं।
- रिमोट वर्क : वीडियो कॉल अब पुराने हो गए हैं। अब लोग होलोग्राम और होलोग्राफिक मीटिंग्स में एक-दूसरे के साथ एक ही कमरे में होने का वास्तविक अनुभव करते हैं।

4. द ह्यूमन पैराडॉक्स : मशीनों के दौर में इंसान की अहमियत

जैसे-जैसे मशीनें स्मार्ट हो रही हैं, एक दिलचस्प विरोधाभास सामने आ रहा है। जितना ज्यादा काम मशीनें कर रही हैं, उतनी ही ज्यादा कीमत 'इंसानी गुणों' की बढ़ रही है।

1. समानुभूति (Empathy) : एआई कोड लिख सकता है, लेकिन वह किसी के अंतर्मन की भावनाओं को गहराई से नहीं समझ सकता।

2. नैतिकता (Ethics) : एआई द्वारा लिए गए बड़े फैसलों की नैतिक जाँच करना अब इंसान का मुख्य काम है।

3. रचनात्मकता (Creativity) : मशीनें पुराने डेटा से नया कॉम्बिनेशन बना सकती हैं, लेकिन मौलिक और नया 'विचार' अभी भी इंसान की ही देन है।

निष्कर्ष : भविष्य के लिए तैयार रहें

भविष्य का अर्थ अब यह नहीं है कि हम तकनीक से डरें या उससे मुकाबला करें। भविष्य का सही अर्थ है 'को-पायलटिंग' – मशीन और इंसान का एक साथ कदमताल करना। 2026 हमें यह सिखाता है कि जो लोग तकनीक को अपना हथियार बनाएंगे और अपनी 'मानवता' को अक्षुण्ण रखेंगे, वही इस नए युग के असली विजेता होंगे। तैयार हो जाइए, क्योंकि कल की तकनीक आज हमारे दरवाजे पर दस्तक दे चुकी है!

नाम - मानसी
बी०ए० तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN005

19. संकल्प शक्ति से सफलता की ओर

संकल्प शक्ति और मानव जीवन का एक अटूट और गहरा संबंध है। संकल्प शक्ति वह आंतरिक बल है जो मनुष्य को आगे बढ़ने की निरंतर प्रेरणा देता है। जीवन में हर व्यक्ति सफल होना चाहता है, लेकिन केवल चाहने या सोचने से सफलता नहीं मिलती। सफलता प्राप्त करने के लिए दृढ़ निश्चय, निरंतर परिश्रम और अटूट विश्वास की आवश्यकता होती है। जब व्यक्ति किसी कार्य को करने का संकल्प लेता है और उसे हर परिस्थिति में निभाने का प्रयास करता है, तभी वह अपने निर्धारित लक्ष्य तक पहुँच पाता है। संकल्प शक्ति आत्मा की वह दृढ़ता है जो मनुष्य को कठिनाइयों, बाधाओं और असफलताओं के सामने भी डगमगाने नहीं देती। जिसका संकल्प मजबूत होता है और लक्ष्य स्पष्ट होता है, वही व्यक्ति जीवन में सर्वोच्च ऊँचाइयों को छूता है।

मानव जीवन में अनेक प्रकार की समस्याएँ और चुनौतियाँ आती रहती हैं। कभी आर्थिक कठिनाइयाँ, कभी सामाजिक बाधाएँ और कभी मानसिक तनाव व्यक्ति के मार्ग में रुकावट बनते हैं। ऐसे समय में यदि व्यक्ति का संकल्प कमजोर हो तो वह जल्दी हार मान लेता है और अपने लक्ष्य से भटक जाता है। परंतु यदि उसका संकल्प अडिग हो तो वह हर कठिनाई को पार कर लेता है। इतिहास इस बात का साक्ष्य है कि जिन महान विभूतियों ने जीवन में बड़ी उपलब्धियाँ प्राप्त की हैं, उनके पास अटूट संकल्प शक्ति थी। महात्मा गांधी ने सत्य और अहिंसा का दृढ़ संकल्प लेकर पूरे देश का नेतृत्व किया और देश को आजादी दिलाई। डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम ने अपने अटूट संकल्प और परिश्रम के बल पर साधारण परिवार में जन्म लेकर भी महान वैज्ञानिक व भारत के राष्ट्रपति बनने का गौरव प्राप्त किया। इन उदाहरणों से स्पष्ट है कि संकल्प शक्ति ही सफलता की वास्तविक कुंजी है।

संकल्प शक्ति व्यक्ति के आत्मविश्वास को कई गुना बढ़ाती है। जब व्यक्ति अपने लक्ष्य को स्पष्ट रूप से देखता है, तो उसका आत्मबल उसे निरंतर प्रयास करने के लिए प्रेरित करता है। सफलता कभी एक दिन में प्राप्त नहीं होती, बल्कि इसके लिए निरंतर अभ्यास, धैर्य और पूर्ण समर्पण की आवश्यकता होती है। संकल्प शक्ति व्यक्ति को आलस्य और भटकाव से दूर रखती है और यही गुण उसे दूसरों से अलग और श्रेष्ठ बनाते हैं।

विद्यार्थी जीवन में संकल्प शक्ति का विशेष महत्व है। यदि विद्यार्थी यह निश्चय कर ले कि वह नियमित अध्ययन करेगा, समय का सदुपयोग करेगा और अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत करेगा, तो कोई भी परीक्षा उसके लिए कठिन नहीं रह जाती। प्रतियोगी परीक्षाओं में भी वही छात्र आगे बढ़ते हैं जो असफलताओं से घबराते नहीं, बल्कि उससे सीख लेकर दुगुने उत्साह से आगे बढ़ते हैं। असफलता जीवन का अंत नहीं, बल्कि सफलता की पहली सीढ़ी होती है।

संकल्प शक्ति केवल व्यक्तिगत सफलता तक सीमित नहीं है, बल्कि यह समाज और राष्ट्र के विकास का भी आधार है। जब समाज का प्रत्येक नागरिक यह संकल्प ले कि वह ईमानदारी से कार्य करेगा, समाज में सद्भाव बनाए रखेगा और अपने कर्तव्यों को पूरी निष्ठा से निभाएगा, तो देश अवश्य उन्नति के शिखर पर पहुँचेगा।

संकल्प शक्ति को विकसित करने के लिए एक स्पष्ट लक्ष्य का होना अत्यंत आवश्यक है। बिना लक्ष्य के संकल्प अधूरा रहता है। सकारात्मक सोच, समय का उचित प्रबंधन, आत्मविश्वास और नियमित अभ्यास से संकल्प और अधिक दृढ़ हो जाता है। अतः यह निर्विवाद रूप से कहा जा सकता है कि संकल्प शक्ति सफलता की आधारशिला है। जीवन में कितनी भी बाधाएँ आएँ, यदि मनुष्य का संकल्प अडिग रहता है, तो सफलता निश्चित है।

नाम - पल्लवी
बी०ए० तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN020

20. युवा शक्ति और सपनों की आग

सुबह की पहली किरण खिड़की से अंदर आती है। अलार्म बजता है। नींद मीठी है, बिस्तर छोड़ने का मन नहीं करता। लेकिन मन के भीतर से एक आवाज़ कहती है – 'उठो! तुम्हारे सपने तुम्हारा इंतज़ार कर रहे हैं।' यही वो आवाज़ है जो एक साधारण युवा को असाधारण बनाती है।

युवावस्था केवल पढ़ाई, नौकरी या कैरियर की दौड़ नहीं है। यह जीवन का वह सुनहरा दौर है जहाँ हम अपने जीवन और समाज की दिशा तय करते हैं। यह वह मोड़ है जहाँ हम या तो बहानों के पीछे छुप सकते हैं, या फिर अदम्य हौसलों के साथ आगे बढ़ सकते हैं।

सपनों की असली परिभाषा :

सपना क्या है? क्या सपना वो है जो हम रात में बंद आँखों से देखते हैं? नहीं! सपना तो वो है जो हमें दिन में भी चैन से बैठने न दे। भारत के पूर्व राष्ट्रपति और महान वैज्ञानिक डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम का जीवन इसका सबसे सजीव उदाहरण है। एक बेहद साधारण परिवार से निकलकर उन्होंने अपने अथक परिश्रम और बड़े सपनों के बल पर पूरे देश को प्रेरित किया। उन्होंने कभी यह नहीं सोचा कि 'मेरे पास क्या नहीं है', बल्कि हमेशा यह सोचा कि 'मैं देश के लिए क्या कर सकता हूँ'।

असफलता से घबराना नहीं, बल्कि सीखना है :

कभी-कभी पूरी मेहनत करने के बाद भी परिणाम हमारे पक्ष में नहीं होता। लेकिन याद रखिए – असफलता हमें गिराने नहीं, बल्कि हमारे कदम मजबूत करने आती है। इसलिए हर असफलता के बाद खुद से कहिए – 'मैं हारा नहीं हूँ, मैं सीख रहा हूँ।'

तुलना नहीं, तरक्की जरूरी है :

आज के दौर में सोशल मीडिया की चमक-दमक के बीच तुलना की बीमारी बहुत आम हो गई है। किसी के अंक ज्यादा हैं, किसी की नौकरी बेहतर है, तो किसी के फॉलोअर्स अधिक हैं। लेकिन सच यह है कि हर व्यक्ति की यात्रा अलग होती है। अगर आप खुद का बीता हुआ कल देखकर आज थोड़ा बेहतर बन रहे हैं, तो वही आपकी असली जीत है।

समय का सदुपयोग ही सफलता की चाबी है :

समय संसार की सबसे कीमती संपत्ति है। जो युवा समय के मूल्य को समझ लेते हैं, वे अपने भविष्य को स्वर्णिम बना लेते हैं। रोज का छोटा अनुशासन अपनाओ – थोड़ा पढ़ना, थोड़ा नया सीखना और अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना। यही छोटी-छोटी आदतें आगे चलकर जीवन की विशाल उपलब्धियों में बदल जाती हैं।

सफलता से पहले चरित्र :

आज की अंधी दौड़ में लोग आगे तो निकलना चाहते हैं, पर यह भूल जाते हैं कि रास्ता भी सही होना चाहिए। ईमानदारी, विनम्रता और सहानुभूति – ये कुछ ऐसे शाश्वत मानवीय गुण हैं जो व्यक्ति को केवल सफल ही नहीं, बल्कि एक महान इंसान भी बनाते हैं। गलत तरीके से मिली जीत क्षणिक होती है, परंतु सच्चाई और सदाचार से मिली पहचान जीवन भर सम्मान दिलाती है।

आत्मविश्वास : भीतर की असली ताकत

कई बार हम खुद ही अपनी क्षमताओं पर संदेह करने लगते हैं। लेकिन याद रखिए – आपके अंदर वह असीम शक्ति छिपी है जो किसी किताब में नहीं लिखी, बल्कि वह आपके निरंतर प्रयासों में प्रकट होती है। जब आप खुद पर अटूट विश्वास करते हैं, तो विषम परिस्थितियाँ भी आपके अनुकूल होने लगती हैं।

निष्कर्ष :

आपकी कहानी अभी पूरी लिखी जानी बाकी है। युवा जीवन कोई साधारण अध्याय नहीं, बल्कि पूरी किताब की जीवंत प्रस्तावना है। अभी आप जो सोचते हैं, जिन आदतों को अपनाते हैं और जिनके साथ समय बिताते हैं, वही आपकी आने वाली तकदीर का स्वरूप तय करते हैं। अपने सपनों को केवल सोच तक सीमित मत रखिए – उन्हें कर्म से जोड़िए। अपनी पहचान भीड़ में खोकर नहीं, बल्कि अपने अनूठे प्रयासों से बनाइए। याद रखिए, उड़ान अभी बाकी है! मंजिल उन्हीं को मिलती है, जिनके सपनों में जान होती है, पंखों से कुछ नहीं होता, हौसलों से ही सच्ची उड़ान होती है!

पूजा ठाकुर
बी. ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN042

21. प्रतिस्पर्धा का दौर और आत्मविश्वास

वर्तमान युग को यदि प्रतिस्पर्धा का युग कहा जाए तो यह पूर्णतः सत्य होगा। आज जीवन का कोई भी क्षेत्र ऐसा नहीं है जहाँ तीव्र प्रतिस्पर्धा न हो – चाहे वह शिक्षा हो, रोजगार, खेल, कला, विज्ञान, तकनीक या व्यवसाय। हर क्षेत्र में उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए निरंतर और अथक प्रयास आवश्यक हैं। बढ़ती जनसंख्या, सीमित संसाधन और समाज की ऊँची अपेक्षाएँ युवाओं के सामने अनेक गंभीर चुनौतियाँ प्रस्तुत करती हैं। ऐसे कठिन समय में 'आत्मविश्वास' ही वह सुदृढ़ आधार है, जो व्यक्ति को इन विषम चुनौतियों का डटकर सामना करने की शक्ति प्रदान करता है। प्रतिस्पर्धा का मूल उद्देश्य व्यक्ति को पहले से बेहतर और सक्षम बनाना है। यह हमें अपनी सुसक्षमताओं को पहचानने, उन्हें विकसित करने और स्वयं में निरंतर सुधार करने की प्रेरणा देती है। जब कोई विद्यार्थी किसी प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी करता है, तो वह अनुशासन, समय प्रबंधन और कठिन परिश्रम का वास्तविक महत्व समझता है। सफलता सहजता से नहीं मिलती, इसके लिए धैर्य, लगन और निरंतर अभ्यास अनिवार्य है।

किंतु प्रतिस्पर्धा का एक दूसरा चिंताजनक पहलू भी है। यदि इसे स्वस्थ भावना से न अपनाया जाए, तो यह मानसिक तनाव, भय, ईर्ष्या और हीन भावना का कारण बन सकती है। आज कई युवा केवल दूसरों से आगे निकलने की अंधी होड़ में स्वयं को भारी मानसिक दबाव में डाल लेते हैं। असफलता मिलने पर वे पूरी तरह निराश हो जाते हैं और अपना आत्मविश्वास खो बैठते हैं। यही वह नाजुक क्षण होता है, जहाँ मनुष्य के आत्मविश्वास की वास्तविक परीक्षा होती है। आत्मविश्वास का सच्चा अर्थ अहंकार नहीं, बल्कि अपनी क्षमताओं पर अटूट भरोसा और आत्मबल है। एक सच्चा आत्मविश्वासी व्यक्ति असफलता को जीवन का अंत नहीं, बल्कि सीखने का एक नया अवसर समझता है। वह अपनी गलतियों का निष्पक्ष विश्लेषण करता है और उन्हें सुधारने का दृढ़ प्रयास करता है। यही विशिष्ट गुण उसे भीड़ से अलग और अद्वितीय बनाता है।

इतिहास साक्षी है कि जिन्होंने विपरीत परिस्थितियों में भी आत्मविश्वास को अपना साथी बनाया, उन्होंने कठिन से कठिन मोर्चों पर भी विजय हासिल की। संघर्षों से घबराने के बजाय उनका सीना तानकर सामना करना ही आत्मविश्वास की पहचान है। उनकी वाणी में दृढ़ता, निर्णयों में स्पष्टता और व्यवहार में सकारात्मकता स्पष्ट दिखाई देती है।

विद्यार्थी जीवन विशेष रूप से प्रतिस्पर्धा की तैयारी का कालखंड होता है। यदि विद्यार्थी इस समय आत्मविश्वास, अनुशासन और सकारात्मक सोच को अपनाएँ, तो वे भविष्य की हर कठिनाई का सामना सरलता से कर सकते हैं। अंततः, प्रतिस्पर्धा जीवन का एक स्वाभाविक अंग है, परंतु आत्मविश्वास उसकी आत्मा है। यदि आत्मविश्वास दृढ़ हो तो असफलता भी सफलता की सीढ़ी बन जाती है। हमें चाहिए कि हम स्वस्थ प्रतिस्पर्धा को अपनाएँ, निराशा को त्यागें और स्वयं पर अटूट विश्वास रखें।

'प्रतिस्पर्धा हमें परखती है, पर आत्मविश्वास हमें निखारता है।'

नाम - शिवानी
बी. ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN043

22. प्रकृति: ब्रह्मांड की सृजनात्मक शक्ति

भारतीय दर्शन और सामान्य भाषा में 'प्रकृति' शब्द का अर्थ अत्यंत गहरा और व्यापक है। यह केवल बाह्य हरियाली या पेड़-पौधों तक सीमित नहीं है, बल्कि यह उस मूल तत्व को दर्शाता है जिससे इस संपूर्ण जगत का निर्माण और संचालन हुआ है।

1. सांख्य दर्शन में प्रकृति:

प्राचीन सांख्य दर्शन के अनुसार यह संपूर्ण ब्रह्मांड दो मुख्य तत्वों के संयोग से बना है – 'पुरुष' (चेतना) और 'प्रकृति' (पदार्थ/सृजन)। प्रकृति तीन मूल गुणों से निर्मित है :

- सत्व (Sattva) : ज्ञान, प्रकाश, निर्मलता और शांति।
- रजस (Rajas) : क्रिया, गतिशीलता, सक्रियता और जुनून।
- तमस (Tamas) : अंधकार, आलस्य, अज्ञान और जड़ता।

2. पंचमहाभूत:

प्रकृति का भौतिक स्वरूप पाँच स्थूल तत्वों से मिलकर बना है, जिन्हें भारतीय परंपरा में 'पंचमहाभूत' कहा जाता है। हमारा नश्वर शरीर और यह संपूर्ण दृश्य जगत इन्हीं से निर्मित है :

- पृथ्वी : स्थिरता, भार और संरचना प्रदान करती है।
- जल : तरलता, जीवन और पोषण का आधार है।
- अग्नि : ताप, ऊर्जा, तेज और रूपांतरण की शक्ति है।
- वायु : गति, प्राणवायु और स्पंदन का कारक है।
- आकाश : विस्तार, अवकाश और ध्वनि का माध्यम है।

3. मानव और प्रकृति का गहरा संबंध :

प्रकृति केवल हमारे बाहर ही नहीं, बल्कि हमारे भीतर भी निरंतर विद्यमान है। आयुर्वेद में इसे व्यक्ति का 'स्वभाव' या प्रकृति कहा जाता है :

- शारीरिक प्रकृति : त्रिदोषों (वात, पित्त और कफ) का संतुलन।
- मानसिक प्रकृति : हमारे विचार, भावनाएँ और आचरण सात्विक, राजसिक व तामसिक गुणों से संचालित होते हैं।

4. पर्यावरण संतुलन और संरक्षण का महत्व :

आज के आधुनिक समय में प्रकृति का सबसे व्यावहारिक अर्थ हमारा पर्यावरण है। पेड़-पौधे, नदियाँ, पर्वत और वन्यजीव इस प्रकृति के अभिन्न अंग हैं। इनके बिना मानव जीवन का अस्तित्व ही संभव नहीं है। प्रकृति के पावन सानिध्य में रहने से मानसिक तनाव दूर होता है और मानसिक व शारीरिक स्वास्थ्य में अद्भुत सुधार आता है। यदि हम अपनी आंतरिक प्रकृति को बाह्य प्रकृति के नियमों के साथ तालमेल में रखें, तो हम सदैव स्वस्थ और शांत रह सकते हैं।

निष्कर्ष :

प्रकृति वह दिव्य शक्ति है जो हमें जन्म देती है, हमारा पालन-पोषण करती है और अंत में हमें स्वयं में ही विलीन कर लेती है। अतः प्रकृति को समझना वास्तव में स्वयं को समझने के समान है। इसका सम्मान, संवर्धन और संरक्षण करना ही मानव जीवन का परम कर्तव्य है।

नाम - पल्लवी ठाकुर
बी. ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN014

23. छोटी-छोटी खुशियाँ – जीवन का असली जादू

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में हर कोई आगे बढ़ने की अंधी होड़ में लगा हुआ है। कोई परीक्षा में अच्छे अंक पाना चाहता है, कोई अच्छी और प्रतिष्ठित नौकरी की तलाश में है, तो कोई अपने बड़े-बड़े भौतिक सपनों को पूरा करने के लिए दिन-रात एक कर रहा है। बेशक ये सब चीजें जीवन में जरूरी हैं, लेकिन इस निरंतर दौड़ में हम अक्सर उन छोटी-छोटी खुशियों को नजरअंदाज कर देते हैं जो वास्तव में हमारे जीवन को सुंदर बनाती हैं। जबकि सच तो यह है कि जीवन का असली जादू और सच्चा आनंद इन्हीं छोटे-छोटे पलों में छिपा होता है।

सुबह की हल्की गुनगुनी धूप जब चेहरे को छूती है, तो मन में एक अलग ही सुकून भर जाता है। दोस्तों के साथ बिना किसी खास वजह के दिल खोलकर हँसना, कॉलेज की कैटीन में चाय की चुस्कियों के साथ लंबी बातें करना, या अचानक किसी से मिली एक सच्ची तारीफ से चेहरे पर खिली मुस्कान – ये सब छोटी-छोटी बातें हमारे पूरे दिन को बेहद खास बना देती हैं। इन पलों में शायद कोई बहुत बड़ी सांसारिक उपलब्धि नहीं होती, लेकिन दिल को मिलने वाली खुशी बेहद सच्ची, पवित्र और गहरी होती है।

कॉलेज का जीवन खासतौर पर ऐसे ही अनगिनत यादगार पलों का सुंदर गुलदस्ता होता है। क्लासरूम की पीछे की बेंच पर की गई मासूम शरारतें, ग्रुप प्रोजेक्ट्स के लिए की गई भागदौड़ और रिजल्ट आने के बाद दोस्तों के साथ ली गई एक गहरी राहत की साँस – ये सब मिलकर हमारे जीवन की सबसे प्यारी यादें बन जाती हैं। कई बार हम सोचते हैं कि ये संघर्ष के दिन जल्दी खत्म हों, लेकिन कुछ सालों बाद जिंदगी के यही दिन हमें सबसे ज्यादा याद आते हैं।

यह छोटी-छोटी खुशियाँ हमें सिखाती हैं कि जीवन को बहुत जटिल बनाने की आवश्यकता नहीं है। अगर हम हर दिन को थोड़ा ध्यान से देखने की कोशिश करें, तो हमें मुस्कुराने के सैकड़ों बहाने मिल सकते हैं – किसी जरूरतमंद की निःस्वार्थ मदद करना, परिवार के साथ बैठकर सुकून का समय बिताना, अपनी पसंद का संगीत सुनना, या किसी पुराने बिछड़े दोस्त से अचानक बात कर लेना। ये सब साधारण अनुभव हमें अंदर से मजबूत, सकारात्मक और खुशमिजाज बनाते हैं।

अंत में बस इतना ही कहना है कि जिंदगी कोई अंतहीन दौड़ या बोझ नहीं, बल्कि ईश्वर का दिया एक बेहद खूबसूरत उपहार है। इसे हर दिन मुस्कुराकर जीना सीखिए और हर छोटे पल का दिल से स्वागत कीजिए।

नाम - मोनिका
बी. ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIS023

24. पर्यावरण संरक्षण: आज की सबसे बड़ी आवश्यकता

प्रस्तावना : आज का युग विज्ञान और अत्याधुनिक तकनीक का युग है। मनुष्य ने विकास की अंधी दौड़ में भौतिक रूप से अभूतपूर्व प्रगति की है। बड़े-बड़े औद्योगिक शहर, विशाल कारखाने, गगनचुंबी इमारतें और आधुनिक सुख-सुविधाओं के साधन हमारे जीवन को सुविधाजनक और विलासी बना रहे हैं। परंतु इस विकास की अंधी दौड़ में हम एक बहुत ही संवेदनशील और महत्वपूर्ण सच्चाई को भूलते जा रहे हैं – प्रकृति ही हमारे जीवन का मूल आधार है। शुद्ध प्राणवायु, स्वच्छ पेयजल, उपजाऊ धरा, हरे-भरे वन और जीव-जंतु, ये सभी हमारे अस्तित्व की अनिवार्य शर्तें हैं। यदि पर्यावरण सुरक्षित नहीं रहेगा, तो मानव जीवन भी सुरक्षित नहीं रह सकता। अतः पर्यावरण संरक्षण आज के समय की सबसे बड़ी और अनिवार्य वैश्विक आवश्यकता बन चुका है।

पर्यावरण का अर्थ :

'पर्यावरण' शब्द दो शब्दों के मेल से बना है – 'परि' (अर्थात् चारों ओर) और 'आवरण' (अर्थात् घेरा)। यानी जो प्राकृतिक परिवेश हमें चारों ओर से घेरे हुए है, वही पर्यावरण है। इसमें वायु, जल, भूमि, आकाश, वनस्पति, पशु-पक्षी और मनुष्य सभी परस्पर जुड़े हुए हैं। प्रकृति और मनुष्य का संबंध अन्योन्याश्रित है; यदि पर्यावरण का संतुलन बिगड़ता है, तो उसका सीधा और घातक प्रभाव मानव जाति पर पड़ता है।

पर्यावरण प्रदूषण के मुख्य कारण :

1. औद्योगीकरण : अनियंत्रित कारखानों से निकलने वाला जहरीला धुआँ और रासायनिक अपशिष्ट वायु, जल और भूमि को निरंतर विषैला बना रहे हैं।
2. वाहनों की बढ़ती संख्या : पेट्रोल और डीजल से चलने वाले वाहनों से निकलने वाली कार्बन मोनोऑक्साइड जैसी हानिकारक गैसों वायुमंडल को प्रदूषित कर रही हैं।
3. वनों की अंधाधुंध कटाई : विकास के नाम पर पेड़ों की व्यापक कटाई से वातावरण में ऑक्सीजन का स्तर घट रहा है और कार्बन डाइऑक्साइड की मात्रा खतरनाक स्तर तक बढ़ रही है।
4. प्लास्टिक का अत्यधिक उपयोग : प्लास्टिक एक ऐसा नॉन-बायोडिग्रेडेबल पदार्थ है जो सैकड़ों वर्षों तक नष्ट नहीं होता और मिट्टी व जल स्रोतों को पूरी तरह दूषित कर देता है।
5. जल स्रोतों का प्रदूषण : नदियों, झीलों और तालाबों में औद्योगिक कचरा, सीवेज और प्लास्टिक फेंकने से पीने योग्य स्वच्छ जल का भयंकर संकट पैदा हो रहा है।

पर्यावरण प्रदूषण के गंभीर दुष्परिणाम :

पर्यावरण प्रदूषण का विनाशकारी प्रभाव आज पूरे विश्व पर स्पष्ट दिखाई दे रहा है। ग्लोबल वार्मिंग के कारण पृथ्वी का तापमान तेजी से बढ़ रहा है, ध्रुवीय ग्लेशियर पिघल रहे हैं और समुद्र का जलस्तर बढ़ रहा है। मौसम चक्र में अनपेक्षित बदलाव आ रहे हैं – कहीं भीषण सूखा तो कहीं प्रलयकारी बाढ़। हजारों वन्यजीव और औषधीय वनस्पतियाँ विलुप्त होने की कगार पर हैं। मनुष्यों में दमा, कैंसर और श्वसन संबंधी असाध्य बीमारियाँ तेजी से फैल रही हैं।

पर्यावरण संरक्षण के महत्वपूर्ण उपाय :

- अधिक से अधिक वृक्षारोपण : व्यापक स्तर पर पेड़ लगाना और उनकी देखभाल करना सबसे प्रभावी उपाय है।
- प्लास्टिक पर प्रतिबंध और जूट/कपड़े के थैलों का उपयोग।
- नवीकरणीय ऊर्जा स्रोतों को बढ़ावा : सौर ऊर्जा और पवन ऊर्जा का अधिकाधिक उपयोग किया जाए।
- कचरा प्रबंधन : गीले और सूखे कचरे को अलग-अलग रखकर वैज्ञानिक तरीके से निस्तारित किया जाए।
- जन-जागरूकता : समाज के प्रत्येक वर्ग को पर्यावरण संरक्षण के महत्व के प्रति जागरूक और सक्रिय किया जाए।

विद्यार्थियों की भूमिका और निष्कर्ष :

विद्यार्थी देश का उज्ज्वल भविष्य हैं। विद्यालयों और महाविद्यालयों में स्वच्छता अभियान, पौधारोपण और जागरूकता रैलियों का निरंतर आयोजन होना चाहिए। हम सभी को अपनी जीवनशैली में सादगी और पर्यावरण-अनुकूल आदतें अपनानी होंगी। 'पेड़ लगाओ, पर्यावरण बचाओ' केवल एक औपचारिक नारा नहीं, बल्कि हम सभी के जीवन का परम ध्येय होना चाहिए। यदि हमें इस वसुंधरा को भावी पीढ़ियों के लिए स्वर्ग जैसा सुंदर और सुरक्षित बनाए रखना है, तो पर्यावरण संरक्षण को आज और अभी से अपने आचरण में उतारना ही होगा।

नाम - प्रीति

बी०ए० तृतीय वर्ष

रोल नं० - 23HIN018

25. बदलती जीवनशैली और डिजिटल इंडिया

आज का भारत बड़ी तेजी से बदल रहा है। पुराने जमाने की संकरी पगड़ियों और धीमी व्यवस्था से निकलकर हम आधुनिक बुलेट ट्रेन, सेमी-हाईस्पीड और सुपरफास्ट इंटरनेट के युग में प्रवेश कर चुके हैं। 'सरसी' जैसी प्रतिष्ठित महाविद्यालयी पत्रिकाओं में अक्सर समाज के हर वर्ग, विशेषकर महिलाओं और युवाओं की बदलती सोच और प्रगतिशील भूमिकाओं पर सार्थक चर्चाएँ होती रही हैं। इसी कड़ी में 'डिजिटल इंडिया' का प्रभाव वर्तमान समय का सबसे युगांतरकारी और सकारात्मक बदलाव बनकर उभरा है।

तकनीक के साथ कदमताल :

गाँव हो या महानगर, स्मार्टफोन आज हर नागरिक के हाथ में एक शक्तिशाली औजार बनकर पहुँच चुका है। घर की रसोई से लेकर बड़े-बड़े सरकारी व निजी दफ्तरों तक हर काम अभूतपूर्व रूप से आसान हो गया है। डिजिटल भुगतान (UPI) क्रांति ने देश के आर्थिक लेन-देन को इतना सरल, पारदर्शी और त्वरित बना दिया है कि आज गाँव का छोटा किसान और शहर का रेहड़ी-पटरी वाला

भी इसका गर्व से इस्तेमाल कर रहा है। यह वास्तव में आत्मनिर्भर और सशक्त भारत की ओर उठाया गया एक ऐतिहासिक कदम है।

युवाओं के सामने चुनौतियाँ और नए अवसर :

आज की युवा पीढ़ी के सामने अवसरों की कोई कमी नहीं है। ऑनलाइन शिक्षा, फ्रीलांसिंग, ई-कॉमर्स और अभिनव स्टार्टअप्स ने स्वरोजगार व कैरियर के अनगिनत नए द्वार खोल दिए हैं। लेकिन इस तकनीकी क्रांति के बीच हमें बेहद सतर्क और विवेकशील रहने की भी आवश्यकता है। सोशल मीडिया की आभासी (virtual) दुनिया में अंधाधुंध खोकर हमें अपने वास्तविक और आत्मीय रिश्तों को कभी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। हमें तकनीक को अपने विवेक और जीवन पर हावी नहीं होने देना चाहिए, बल्कि खुद एक स्वामी की भाँति तकनीक का सदुपयोग करना चाहिए।

सशक्तिकरण, सरोकार और निष्कर्ष :

डिजिटल साक्षरता का अर्थ केवल सोशल मीडिया पर रील्स या पोस्ट देखना नहीं है, बल्कि डिजिटल माध्यमों से अपने संवैधानिक अधिकारों, शासकीय योजनाओं और साइबर सुरक्षा के प्रति पूरी तरह जागरूक होना है। ऑनलाइन वित्तीय धोखाधड़ी (Cyber Fraud) से बचने के लिए सतर्कता और ज्ञान अत्यंत आवश्यक है। बदलाव ही प्रकृति और जीवन का शाश्वत नियम है। तकनीक एक अत्यंत शक्तिशाली औजार है, जिसका सही उपयोग हमारे जीवन और समाज को नई ऊँचाइयों पर ले जा सकता है। जब हम अपने पारंपरिक मानवीय मूल्यों और सांस्कृतिक जड़ों के साथ आधुनिक वैज्ञानिक सोच का सुंदर समन्वय करेंगे, तभी सही मायनों में एक सशक्त, समृद्ध और प्रगतिशील समाज का निर्माण संभव होगा।

नाम - आंचल कुमारी

कक्षा - बी०ए० द्वितीय वर्ष

रोल नं० - 24POL011

26. आत्मविश्वास और मेहनत से सफलता

हर मनुष्य के जीवन में सफलता प्राप्त करना उसका सबसे बड़ा सपना होता है। कोई भी व्यक्ति असफल होना पसंद नहीं करता, लेकिन सफलता केवल खयाली पुलाव पकाने या मात्र चाहने से नहीं मिलती। इसके पीछे आत्मविश्वास और अथक परिश्रम (मेहनत) का सबसे बड़ा और निर्णायक योगदान होता है। आत्मविश्वास वह आंतरिक शक्ति है जो हमें आगे बढ़ने का साहस देती है, और मेहनत वह साधन है जो हमें वास्तविक रूप से हमारे तय लक्ष्य तक पहुँचाती है। जब इन दोनों शक्तियों का सुंदर संगम होता है, तब सफलता निश्चित हो जाती है।

आत्मविश्वास का महत्व :

आत्मविश्वास का सीधा और स्पष्ट अर्थ है – अपने आप पर, अपनी क्षमताओं पर और अपने निर्णयों पर अटूट भरोसा रखना। जब हमें अपने ज्ञान और पुरुषार्थ पर विश्वास होता है, तब हम जीवन की सबसे विषम और विकट परिस्थितियों में भी विचलित नहीं होते। आत्मविश्वास हमें हर परिस्थिति में आगे बढ़ने की अटूट प्रेरणा देता है। इसके विपरीत, यदि किसी व्यक्ति में आत्मविश्वास की कमी हो, तो वह अत्यंत छोटी सी समस्या आने पर भी घबरा जाता है और हार मान लेता है।

मेहनत का महत्व :

सिर्फ आत्मविश्वास होना ही पर्याप्त नहीं है; यदि आत्मविश्वास के साथ कठोर परिश्रम न जोड़ा जाए, तो बड़ी से बड़ी योजनाएँ भी धरी की धरी रह जाती हैं। मेहनत वह वास्तविक सीढ़ी है जिसके बिना सफलता के सर्वोच्च शिखर तक पहुँचना असंभव है। लगातार किया गया अभ्यास और लगन ही मनुष्य को उसकी मंजिल तक पहुँचाते हैं।

आत्मविश्वास और मेहनत का गहरा संबंध :

आत्मविश्वास और मेहनत एक-दूसरे के पूरक हैं। आत्मविश्वास हमें यह दृढ़ भरोसा दिलाता है कि 'हम यह कार्य सफलतापूर्वक कर सकते हैं', और मेहनत हमें उस कार्य को वास्तव में पूर्ण करने की शक्ति देती है। यदि केवल आत्मविश्वास हो और कर्म न हो, तो वह कोरा अहंकार और आलस्य बन जाता है। यदि केवल मेहनत हो लेकिन आत्मविश्वास न हो, तो व्यक्ति मंजिल के बिल्कुल करीब पहुँचकर भी निराशा में हार मान सकता है। अतः जीवन में बड़े लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए दोनों का संतुलन अत्यंत अनिवार्य है।

लक्ष्य निर्धारण, सकारात्मक सोच और अनुशासन :

सफलता पाने के लिए सर्वप्रथम एक स्पष्ट और निश्चित लक्ष्य तय करना आवश्यक है। बिना लक्ष्य के जीवन दिशाहीन नौका की तरह भटक जाता है। लक्ष्य निर्धारित करने के बाद दृढ़ निश्चय और सकारात्मक दृष्टिकोण के साथ आगे बढ़ना चाहिए। सकारात्मक सोच हमें आंतरिक मानसिक बल देती है। इसके साथ ही समय प्रबंधन और कड़ा अनुशासन भी आवश्यक है। यदि हम समय का सम्मान नहीं करेंगे, तो मेहनत का पूर्ण फल कभी नहीं मिल पाएगा। निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि आत्मविश्वास, कठोर मेहनत और दृढ़ निश्चय ही जीवन में सफलता के तीन आधारस्तंभ हैं। यही मनुष्य के उत्कर्ष का सच्चा महामंत्र है।

नाम - शुभम भारती
कक्षा - बी०ए० तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23POL059

27. सफलता का मंत्र : समय का सही प्रबंधन

भूमिका :

कहा जाता है कि 'समय ही धन है' (Time is Money), लेकिन वास्तविक सत्य यह है कि समय सांसारिक धन से भी कहीं अधिक अमूल्य है। खोया हुआ धन अथक प्रयास से दोबारा कमाया जा सकता है, परंतु जीवन से बीता हुआ एक भी पल कभी किसी कीमत पर वापस नहीं आता। संसार के जितने भी महान और सफल महापुरुष हुए हैं, उन सभी में एक अद्भुत समानता रही है — वे अपने समय के प्रत्येक क्षण का पूरा सम्मान करना जानते थे। आपकी सफलता का सीधा और गहरा संबंध इस बात से है कि आप अपने दिन के 24 घंटों का उपयोग किस प्रकार करते हैं।

प्राथमिकता तय करें (Prioritization) :

समय प्रबंधन का सबसे पहला और अनिवार्य नियम है – 'अति आवश्यक' और 'गैर-जरूरी' कार्यों के बीच स्पष्ट अंतर करना। अक्सर हम दिनभर उन निरर्थक कार्यों में उलझे रहते हैं जो दिखने में तो जरूरी लगते हैं, लेकिन हमारे मुख्य लक्ष्य को हासिल करने में कोई योगदान नहीं देते। प्रतिदिन एक व्यावहारिक 'टू-डू लिस्ट' (To-Do List) बनाएँ और सबसे महत्वपूर्ण कार्यों को सबसे पहले प्राथमिकता के आधार पर पूरा करें।

प्रोक्रैस्टिनेशन (टालमटोल) से बचें :

'कल करेंगे' की घातक आदत सफलता की सबसे बड़ी शत्रु है। जब हम किसी कार्य को टालते हैं, तो वह धीरे-धीरे हमारे सिर पर भारी बोझ बन जाता है और भयंकर मानसिक तनाव पैदा करता है। समय प्रबंधन का मूल मंत्र है – सही कार्य को सही समय पर तुरंत प्रारंभ करना और उसे निष्ठापूर्वक पूरा करना।

एकाग्रता और ध्यान भटकाव (Distraction) से मुक्ति :

आज के इस डिजिटल युग में सोशल मीडिया का अत्यधिक उपयोग, मोबाइल फोन के लगातार आते नोटिफिकेशन्स और निरर्थक गपशप हमारे बहुमूल्य समय के सबसे बड़े चोर हैं। अध्ययन या किसी महत्वपूर्ण कार्य के दौरान मोबाइल को दूर रखना या इंटरनेट बंद करना आपकी कार्यक्षमता और उत्पादकता को दोगुना कर सकता है। गहरे ध्यान और एकाग्रता के साथ किया गया 2 घंटे का गुणवत्तापूर्ण कार्य, बिना मन के किए गए 8 घंटे के दिखावटी काम से कहीं अधिक परिणामकारी होता है।

विनम्रता से 'ना' कहना सीखें :

हर किसी को खुश करने की अव्यावहारिक कोशिश में हम अक्सर उन फालतू कामों के लिए भी 'हाँ' कह देते हैं जिनके लिए हमारे पास समय नहीं होता। अपनी सीमाओं को पहचानिए और अपनी प्राथमिकताओं को ध्यान में रखते हुए आदरपूर्वक 'ना' कहना सीखिए।

स्वयं के लिए समय और निष्कर्ष :

समय प्रबंधन का अर्थ किसी मशीन या रोबोट की तरह चौबीसों घंटे काम करना बिल्कुल नहीं है। इसमें पर्याप्त नींद, स्वास्थ्यप्रद व्यायाम, आत्मचिंतन और परिवार के साथ बिताया गया आनंदमय समय भी अनिवार्य रूप से शामिल होना चाहिए। एक तरोताजा और तनावमुक्त दिमाग थके हुए दिमाग की तुलना में कहीं अधिक तेजी और रचनात्मकता से कार्य करता है। समय का प्रबंधन वास्तव में आपके पूरे जीवन का प्रबंधन है। जो व्यक्ति समय की कद्र करता है, समय उसे सफलता के सर्वोच्च शिखर पर पहुँचा देता है। याद रखिए, दीवार पर टंगी घड़ी की सुइयाँ निरंतर टिक-टिक कर आगे बढ़ रही हैं – अब चुनाव पूरी तरह आपका है कि आप इस अनमोल समय को 'खर्च' करना चाहते हैं या अपने स्वर्णिम भविष्य के लिए 'निवेश' करना चाहते हैं!

नाम - आंचल कुमारी

कक्षा - बी०ए० द्वितीय वर्ष

रोल नं० - 24POL011

प्रस्तावना :

'समय का महत्व' हमारे जीवन में अमूल्य और अद्वितीय है। समय को ही वस्तुतः मानव जीवन का वास्तविक आधार कहा जा सकता है, क्योंकि इसका सही दिशा में किया गया उपयोग व्यक्ति को महान सफलता की ओर ले जाता है, जबकि इसका दुरुपयोग व्यक्ति को जीवनभर के असहनीय पछतावे में धकेल देता है। समय इस सृष्टि का सबसे मूल्यवान और सीमित संसाधन है, जो एक बार बीत जाने के बाद संसार की किसी भी संपत्ति से वापस नहीं खरीदा जा सकता।

समय का महत्व और महापुरुषों के उदाहरण :

समय के मूल्य को समझने और उसका सदुपयोग करने से व्यक्ति अपने दैनिक जीवन में अनुशासन, व्यवस्था और संतुलन स्थापित कर सकता है। समय का उचित प्रबंधन करने वाले लोग जीवन के हर मोर्चे पर सदैव आगे रहते हैं। विश्व इतिहास साक्षी है कि महात्मा गांधी, नेल्सन मंडेला और डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम जैसी महान विभूतियों ने समय के एक-एक पल का सदुपयोग करके ही मानवता के लिए ऐतिहासिक उपलब्धियाँ हासिल कीं।

समय के सदुपयोग के मुख्य पहलू :

- योजना और स्पष्ट लक्ष्य : अपने दीर्घकालिक और अल्पकालिक लक्ष्य स्पष्ट निर्धारित करें और दिन की शुरुआत से पूर्व कार्ययोजना बनाएँ।
- प्राथमिकताओं का निर्धारण : सबसे जरूरी और महत्वपूर्ण कार्यों को सर्वोपरि रखें।
- आधुनिक तकनीकें : कार्यकुशलता बढ़ाने के लिए 'पोमोडोरो तकनीक' (25 मिनट पूर्ण एकाग्रता से अध्ययन/कार्य + 5 मिनट का लघु विराम) जैसी वैज्ञानिक पद्धतियों का प्रयोग करें।
- भटकावों से बचाव : सोशल मीडिया की लत, आलस्य और टालमटोल की प्रवृत्ति से कठोरता से बचें।
- दीर्घकालिक लाभ : समय के सुनियोजित उपयोग से मानसिक तनाव में भारी कमी आती है, आत्मनियंत्रण बढ़ता है और जीवन में स्थाई सुख, शांति और समृद्धि प्राप्त होती है।

निष्कर्ष :

अतः हम सभी का यह परम कर्तव्य है कि हम समय का सर्वोच्च सम्मान करें। समय का सदुपयोग न केवल हमें सफलता की ऊँचाइयों तक पहुँचाता है, बल्कि हमारे भीतर गहरा आत्मसंतोष और दृढ़ आत्मविश्वास भी जाग्रत करता है।

नाम - शैली देवी

कक्षा - बी.ए. तृतीय वर्ष

रोल नं० - 23HIS060

कीट जीव जगत के 'आर्थ्रोपोडा' (Arthropoda) संघ का अत्यंत महत्वपूर्ण हिस्सा हैं। हमारी इस विशाल पृथ्वी पर पाए जाने वाले सभी ज्ञात जीवित जीवों में से लगभग 75% से 80% आबादी केवल कीटों की ही है। नन्हीं चींटियों से लेकर रंग-बिरंगी तितलियों तक, कीटों की यह अद्भुत दुनिया जैव-विविधता से पूरी तरह भरी हुई है।

1. कीटों की शारीरिक संरचना :

कीटों के शरीर को मुख्य रूप से तीन स्पष्ट भागों में विभाजित किया गया है :

- ① सिर (Head) : जहाँ उनकी आँखें, मुखांग और संवेदनशील 'एंटीना' (Antennae) स्थित होते हैं।
- ② वक्ष (Thorax) : यह शरीर का मध्य भाग है, जिससे छह पैर और (अक्सर) पंख जुड़े होते हैं।
- ③ उदर (Abdomen) : इस पिछले भाग में कीट के महत्वपूर्ण पाचन और जनन अंग स्थित होते हैं।
 - मुख्य वैज्ञानिक पहचान : सभी कीटों के अनिवार्य रूप से छह पैर (तीन जोड़े) होते हैं। यदि किसी सूक्ष्म जीव के आठ पैर हैं (जैसे मकड़ी), तो वह तकनीकी रूप से कीट नहीं, बल्कि 'अरेकनिड' (Arachnid) वर्ग का जीव है।

2. कीटों के प्रमुख प्रकार व पारिस्थितिकीय भूमिका :

संसार में कीटों की लाखों प्रजातियाँ विद्यमान हैं, जिन्हें उनके कार्यों के आधार पर प्रमुख वर्गों में बाँटा जा सकता है :

- परागण करने वाले (Pollinators) : मधुमक्खियाँ और तितलियाँ, जो पेड़-पौधों और फसलों के परागण (Pollination) में अपरिहार्य भूमिका निभाती हैं। हमारी वैश्विक खाद्य सुरक्षा इनके बिना असंभव है।
- अपघटक (Decomposers) : चींटियाँ, भृंग (Beetles) और दीमक, जो मृत कार्बनिक पदार्थों को नष्ट कर भूमि को उपजाऊ बनाते हैं।
- परभक्षी कीट (Predators) : ड्रैगनफ्लाई (Dragonfly) और लेडीबग, जो फसलों को नुकसान पहुँचाने वाले हानिकारक कीटों को खाकर प्राकृतिक पारिस्थितिक संतुलन बनाए रखते हैं।

3. कीटों का जीवन चक्र (Metamorphosis) :

अधिकांश कीट अपने जीवन में एक अत्यंत विस्मयकारी शारीरिक रूपांतरण से गुजरते हैं, जिसे 'कायांतरण' (Metamorphosis) कहा जाता है। इसके मुख्य चार चरण होते हैं :

1. अंडा (Egg) → 2. लार्वा (Larva / इल्ली - जैसे तितली का कैटरपिलर) → 3. प्यूपा (Pupa - सुप्त अवस्था) → 4. वयस्क (Adult - पूर्ण विकसित कीट)।

4. वर्तमान संकट और रोचक तथ्य :

आज आधुनिक युग में अत्यधिक रसायनों और कीटनाशकों के प्रयोग तथा तेजी से होते जलवायु परिवर्तन के कारण मित्र कीटों की संख्या में चिंताजनक गिरावट आ रही है, जो संपूर्ण मानव सभ्यता के खाद्य तंत्र के लिए एक भारी संकट है।

• रोचक तथ्य :

1. चींटियाँ कभी नहीं सोतीं और उनके शरीर में फेफड़े नहीं होते।
2. मधुमक्खी एकमात्र ऐसा कीट है जिसके द्वारा निर्मित भोजन (शहद) मनुष्य प्राचीन काल से खाते आ रहे हैं।
3. एक साधारण टिड्डा अपने शरीर की कुल लंबाई से 20 गुना लंबी छलांग लगाने में सक्षम होता है।

निष्कर्ष :

कीट आकार में भले ही अत्यंत नन्हे दिखते हों, लेकिन उनके बिना पृथ्वी पर जीवन का चक्र पूरी तरह थम जाएगा। हमें रासायनिक कीटनाशकों का प्रयोग न्यूनतम कर जैव-विविधता का संरक्षण करना चाहिए।

नाम - प्रियंका कुमारी
कक्षा - बी.ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN017

30. मैं कौन हूँ?

'मैं कौन हूँ?' - यह प्रश्न जितना सीधा और सरल दिखता है, वास्तव में उतना ही अंतर्मुखी और गहरा है। हर इंसान जिंदगी में कभी न कभी अपने आप से यह सवाल जरूर करता है। जब हम नितांत अकेले होते हैं, जब जिंदगी किसी अनचाहे मोड़ पर खड़ी होती है, या जब दिल में कुछ अनकही और अनसुलझी बातें हलचल मचा रही होती हैं, तब यह प्रश्न अंतर्मन के दरवाजे पर दस्तक देता है।

क्या मैं सिर्फ एक नाम हूँ? क्या मैं केवल एक परिचित चेहरा हूँ? या फिर मैं उन असीम सपनों का संसार हूँ जो मेरी आँखों में दिन-रात पलते हैं?

पहचान की तलाश :

जन्म लेते ही हमें समाज से एक नाम मिल जाता है, एक परिवार मिल जाता है, एक बनी-बनाई पहचान मिल जाती है। लेकिन हमारी वास्तविक और आत्मिक पहचान हमें खुद अपने पुरुषार्थ से बनानी पड़ती है। समाज हमें कई सांसारिक रिश्तों से पुकारता है - किसी की बेटी, किसी की बहन, दोस्त, या कॉलेज की छात्रा... पर इन तमाम रिश्तों के पीछे जो मूल 'मैं' है, वह कौन है?

मैं वही हूँ जो घने अंधेरे में भी अपने लिए एक अलग और स्वतंत्र राह तलाशती है। मैं वही हूँ जो बार-बार गिरकर भी उठना और संभलना जानती है। मैं वही हूँ जो अपनी आँखों में आँसू लेकर भी अपने चेहरे की मुस्कुराहट और संस्कारों को कभी नहीं भूलती। मेरी असली पहचान केवल मेरा चेहरा या मेरी बाहरी वेशभूषा नहीं, बल्कि मेरे विचार, मेरे मानवीय संस्कार और मेरे सत्कर्म हैं।

सपनों की उड़ान और संघर्षों से तराशी पहचान :

हर इंसान के सीने में कुछ बड़ा और सार्थक करने का एक सपना होता है – कभी डॉक्टर बनकर सेवा करने का, कभी शिक्षक बनकर ज्ञान बाँटने का, तो कभी समाज में एक सकारात्मक क्रांति लाने का। मेरे भीतर भी एक पावन सपना पलता है – अपने माता-पिता की उम्मीदों पर खरा उतरने का, अपने पूज्य शिक्षकों के विश्वास को सार्थक करने का और अपने सच्चे मित्रों की दुआओं का मान रखने का। जब मैं खुद से गहराई से पूछती हूँ कि 'मैं कौन हूँ?', तो अंतरात्मा से यही जवाब मिलता है – 'मैं एक निरंतर प्रयास हूँ, जो हर नए दिन पहले से बेहतर बनने की चाह रखती है। मैं वह अटूट उम्मीद हूँ, जो कभी हार मानना नहीं जानती।' जिंदगी हमेशा आसान नहीं होती। कभी असफलता मिलती है, तो कभी समाज की कटु आलोचना। पर यही संघर्ष हमें अंदर से मजबूत बनाते हैं। यदि रास्ते में ठोकर न लगे, तो इंसान संभलकर चलना कैसे सीखेगा? यदि जिंदगी में अंधकार का सामना न हो, तो उजाले की सच्ची कीमत कौन समझेगा?

कॉलेज जीवन और मेरा 'मैं' :

कॉलेज जीवन केवल किताबों और परीक्षाओं तक सीमित नहीं है। यह वह स्वर्णिम कालखंड है जब हम वास्तव में अपनी सुप्त प्रतिभा और अस्मिता को पहचानते हैं। सच्ची दोस्ती, स्वस्थ प्रतिस्पर्धा, मंच पर निर्भीक होकर बोलना और विभिन्न कार्यक्रमों में उत्साह से भाग लेना – यह हर अनुभव हमें थोड़ा-थोड़ा गढ़ता है। हर बीतते दिन के साथ मेरा 'मैं' और अधिक परिपक्व और सजग होता जा रहा है।

निष्कर्ष :

हर इंसान के भीतर अच्छाइयाँ और कुछ कमियाँ दोनों साथ चलती हैं। मैं सर्वगुण संपन्न नहीं हूँ, लेकिन हर रोज एक बेहतर इंसान बनने का सच्चा प्रयास जरूर करती हूँ। मैं किसी की नकल या किसी और की तरह बनने की कोशिश नहीं करती; मैं अपनी एक स्वतंत्र और गौरवशाली पहचान बनाना चाहती हूँ। 'मैं कौन हूँ?' – इसका उत्तर किसी एक दिन में नहीं मिल सकता, यह तो पूरी जिंदगी की एक निरंतर और सुंदर साधना है। मैं सिर्फ एक नाम नहीं, एक जीती-जागती कहानी हूँ; मैं केवल एक चेहरा नहीं, एक स्वाभिमानی पहचान हूँ; मैं कोई अनुत्तरित सवाल नहीं, बल्कि एक समाधान बनने की निरंतर कोशिश हूँ! और अंत में, मैं वही हूँ जो अपने दिल की पुकार सुनती है, जो हमेशा सच्चाई और ईमानदारी के रास्ते पर चलना चाहती है, और जो हर सुबह मुस्कुराकर खुद से कहती है – 'हाँ, मैं बेहद खास हूँ, क्योंकि मैं सचमुच 'मैं' हूँ!'

सश्रुतेन गमेमाः

नाम - मुस्कान
कक्षा - बी०ए० तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23POL007

31. बचपन

बचपन मानव जीवन का सबसे खूबसूरत, महत्वपूर्ण और अविस्मरणीय कालखंड होता है। बचपन के उन सुनहरे दिनों में इतनी निश्छल चंचलता, मासूमियत और मिठास भरी होती है कि संसार का हर व्यक्ति एक बार फिर से उन दिनों में लौट जाना चाहता है। वह घुटनों के बल चलना, चलते-चलते गिर पड़ना और फिर तुरंत उठकर हँसते हुए दौड़ लगाना – आज भी जब याद आता है, तो मन भावुक हो उठता है।

बचपन की वह निश्चितता भी कितनी निराली थी! जब कोई दुख या चोट लगती, तो दौड़कर सीधे माँ के आँचल में छुप जाते थे। माँ की मधुर लोरियाँ सुनकर जो मीठी और बेफिक्र नींद आती थी, आज जीवन की तमाम सुख-सुविधाओं के बावजूद वह सुकून नसीब नहीं होता। बचपन के वो सुनहरे दिन जब हम दोस्तों के साथ गली-मोहल्लों में धूल-मिट्टी में खेलते रहते थे, तो पता ही नहीं चलता था कि कब सुबह से शाम और कब शाम से रात हो गई। किसी के बगीचे में जाकर चुपके से कच्चे बेर और फल तोड़ना, और जब वहाँ का रखवाला पीछे दौड़ता तो जोर-जोर से हँसते हुए भागना – बचपन के वे नटखट दिन भला किसे याद नहीं आते!

पिताजी के मजबूत कंधों पर बैठकर मेले घूमने का जो आनंद और गर्व होता था, वह आज की महँगी से महँगी गाड़ियों में भी नहीं मिलता। मिट्टी में घरोँदे बनाना और कागज़ की कश्तियाँ तैराना बचपन के उन छोटे-छोटे पलों को हमेशा के लिए अनमोल यादों में तब्दील कर देता है। दादा-दादी और नाना-नानी की परियों और राजाओं वाली कहानियाँ, माता-पिता का अगाध प्यार और हमउम्र साथियों के साथ निस्वार्थ खेलकूद ही जीवन की सबसे मूल्यवान और सच्ची पूँजी बन जाती हैं।

बचपन पूरी तरह से मासूमियत, खेल-कूद, निश्छल हँसी और असीम पारिवारिक स्नेह से सराबोर होता है। विद्यालय का प्रारंभिक जीवन भी बचपन का एक अत्यंत महत्वपूर्ण भाग होता है, जहाँ पूज्य गुरुजन बच्चों को सही मार्ग दिखाते हैं और उनके उज्ज्वल भविष्य की मजबूत नींव रखते हैं। परिवार से मिलने वाला संस्कार और दुलार ही बच्चे के चरित्र का निर्माण करता है। सचमुच, बचपन जीवन का वह स्वर्णिम वसंत है जो कभी लौटकर नहीं आता, पर उसकी सुगंध जीवन भर हमारे साथ महकती रहती है।

सश्रुतेन

गमेमाः

नाम - कनक लता
कक्षा - बी.ए. तृतीय वर्ष
रोल नं० - 23HIN010

32. हिमाचल प्रदेश में 'चिट्टा': युवाओं के भविष्य पर गहराता संकट

हिमाचल प्रदेश अपनी अनुपम प्राकृतिक सुंदरता, शांत जीवनशैली, देव संस्कृति और उच्च नैतिक मूल्यों के लिए पूरे विश्व में 'देवभूमि' के नाम से प्रसिद्ध रहा है। यहाँ के ऊँचे बर्फानी पहाड़, कल-कल बहती पवित्र नदियाँ और शांत वातावरण सदैव शुद्ध, स्वस्थ और संस्कारवान जीवन का प्रतीक रहे हैं। परंतु पिछले कुछ वर्षों में इस शांत पहाड़ी प्रदेश के सामने एक बेहद भयावह सामाजिक और स्वास्थ्य संबंधी चुनौती उभरकर आई है – वह है 'चिट्टा' नामक घातक सिंथेटिक नशे का तेजी से फैलता हुआ खतरनाक जाल। यह समस्या अब केवल कुछ भटके हुए व्यक्तियों तक सीमित नहीं रही, बल्कि इसने पूरे समाज, विशेषकर हमारे होनहार और युवा वर्ग को अपनी चपेट में लेकर अंदर से खोखला करना शुरू कर दिया है।

चिट्टा क्या है और इसकी घातक प्रकृति :

'चिट्टा' वस्तुतः हेरोइन (डायएसिटाइलमॉर्फिन) का एक अत्यंत दूषित और परिष्कृत सिंथेटिक रूप है, जो प्रायः सफेद या मटमैले पाउडर के रूप में अवैध बाजार में बेचा जाता है। यह एक अत्यंत घातक और तीव्र लत (Addiction) उत्पन्न करने वाला मादक पदार्थ है। इसका सेवन करते ही यह सीधे केंद्रीय तंत्रिका तंत्र और मस्तिष्क के रिसेप्टर्स पर प्रचंड रासायनिक प्रहार करता है। आरंभ में व्यक्ति को एक कृत्रिम उत्तेजना, हल्कापन और तनाव से मुक्ति का झूठा भ्रम होता है, परंतु यह क्षणिक सुख बेहद घातक जाल होता है। कुछ ही दिनों में शरीर इसका पूरी तरह आदी हो जाता है और उस नशे के स्तर को पाने के लिए खुराक की मात्रा लगातार बढ़ानी पड़ती है। यह प्रक्रिया व्यक्ति को बहुत कम समय में शारीरिक और मानसिक रूप से इस जानलेवा नशे का गुलाम बना देती है।

हिमाचल प्रदेश में बढ़ती चिंताजनक घटनाएँ :

हिमाचल प्रदेश के विभिन्न प्रमुख जिलों – जैसे काँगड़ा, शिमला, मंडी, सोलन, कुल्लू और ऊना आदि – में चिट्टा तस्करी और इसके सेवन से जुड़े अनगिनत मामले निरंतर सामने आ रहे हैं। पुलिस और सुरक्षा बलों द्वारा समय-समय पर की जाने वाली छापेमारी और नशा तस्करों व युवाओं की गिरफ्तारियों की खबरें पूरे प्रबुद्ध समाज को झकझोर कर रख देती हैं। कई चिंताजनक मामलों में स्कूल और कॉलेज के प्रतिभाशाली छात्र-छात्राएँ भी इस दलदल में फँसते देखे गए हैं। इसके अतिरिक्त, नशीले इंजेक्शनों के अत्यधिक प्रयोग (Overdose) के कारण अनेक होनहार युवाओं की असामयिक मृत्यु ने पूरे प्रदेश को स्तब्ध कर दिया है। इन हृदयविदारक घटनाओं ने यह पूरी तरह स्पष्ट कर दिया है कि यह केवल किसी व्यक्ति की व्यक्तिगत कमजोरी नहीं, बल्कि एक सुनियोजित और संगठित सामाजिक संकट है।

सामाजिक, पारिवारिक और आर्थिक दुष्प्रभाव :

हिमाचल प्रदेश के पारस्परिक रूप से जुड़े छोटे और घनिष्ठ ग्रामीण व अर्ध-शहरी समुदायों में जब कोई युवा इस नशे का शिकार होता है, तो उसका विध्वंसकारी प्रभाव पूरे परिवार और समाज पर पड़ता है। पीड़ित के माता-पिता असहनीय मानसिक यातना, आर्थिक बर्बादी और सामाजिक बदनामी का सामना करते हैं। नशे की महुँगी लत को पूरा करने के लिए युवा चोरी, लूटपाट और गंभीर

अपराधों के दलदल में धकेल दिए जाते हैं। राज्य स्तर पर देखा जाए तो युवा शक्ति ही किसी भी राज्य की सबसे बड़ी पूँजी और भविष्य होती है; यदि यही उत्पादक वर्ग नशे के अंधकार में डूब गया, तो समाज और प्रदेश का समग्र विकास अवरुद्ध हो जाएगा।

कारणों का गहन विश्लेषण :

1. बेरोजगारी और भविष्य को लेकर अत्यधिक अनिश्चितता व निराशा।
2. आधुनिक जीवनशैली में बढ़ता मानसिक तनाव, अकेलापन और तीव्र अंधी प्रतिस्पर्धा।
3. गलत संगति और साथियों का अनुचित दबाव (Peer Pressure)।
4. सीमावर्ती क्षेत्रों और पर्यटन मार्गों से नशीले पदार्थों की अवैध और सुनियोजित तस्करी।
5. अभिभावकों और समाज में इस घातक सिंथेटिक ड्रग के लक्षणों व खतरों के प्रति पर्याप्त जागरूकता की कमी।

समाधान और प्रभावी रोकथाम के उपाय :

चिट्ठा जैसी सर्वनाशी समस्या को जड़ से समाप्त करने के लिए सरकार, पुलिस, शिक्षण संस्थानों और संपूर्ण समाज को मिलकर बहुआयामी और कठोर कदम उठाने होंगे :

1. सभी स्कूलों, कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में निरंतर व प्रभावी नशा-विरोधी जागरूकता अभियान चलाना।
2. नशा तस्करों और अंतरराज्यीय माफियाओं पर कठोरतम गैर-जमानती कानूनी कार्रवाई और सीमावर्ती क्षेत्रों में कड़ी तकनीकी निगरानी।
3. सरकारी व गैर-सरकारी नशा मुक्ति और मानसिक पुनर्वास केंद्रों (Rehabilitation Centers) का आधुनिकीकरण एवं सुदृढीकरण, जहाँ पीड़ितों का सहानुभूतिपूर्वक उपचार हो सके।
4. युवाओं के लिए खेलकूद, रचनात्मक गतिविधियों, रोजगार और कौशल विकास (Skill Development) के व्यापक अवसर उपलब्ध कराना।
5. परिवारों में माता-पिता और बच्चों के बीच खुला और आत्मीय संवाद, समझदारी और भावनात्मक संबल सुनिश्चित करना।
6. मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन के लिए विशेषज्ञ मनोवैज्ञानिक परामर्श सेवाओं का हर स्तर पर विस्तार करना।

निष्कर्ष :

हिमाचल प्रदेश के शांत, पावन और सुरम्य वातावरण में चिट्ठा रूपी जहर एक अत्यंत गंभीर और अलार्मिंग चेतावनी बनकर उभर चुका है। यदि समय रहते समाज, सरकार और युवाओं ने सामूहिक संकल्प के साथ इसके विरुद्ध निर्णायक युद्ध नहीं छेड़ा, तो यह सामाजिक नासूर हमारी आने वाली पीढ़ियों के सुनहरे भविष्य को अंधकारमय बना देगा। हमें आज ही एकजुट होकर यह दृढ़ संकल्प लेना होगा – 'नशे को ना, और स्वस्थ व सशक्त जीवन को हाँ!'

नाम - सुजाता

कक्षा - बी०ए० द्वितीय वर्ष

रोल नं० - 23POL035

संस्कृत विभाग

डॉ नवीन कुमार

प्राध्यापक संपादक

रिया

छात्र-संपादिका



प्राध्यापक -संपादक-वक्तव्य

प्रिया: छात्राः

अहं परम हर्ष अनुभवामि यत् अस्माकं महाविद्यालयस्य वार्षिक-पत्रिकायाः “सरसि” इत्यस्य अमूल्यः अंकः पुनरपि प्रकाशनाय सज्जः भवति। एषा पत्रिका न केवलं छात्राणां लेखनकौशलस्य प्रदर्शनमात्रं भवति, अपितु संस्कृतभाषायाः जीवनधारायाः, चिन्तनप्रवाहस्य च सशक्त माध्यमं भवति।

संस्कृतविभागे अस्माकं विद्यालये चेतना जागरूकता अस्ति। यदा भाषा न केवलं संवादस्य साधनं, अपि तु संस्कृतेः, आचारस्य, ज्ञानपरम्परायाश्च धारकत्वं वहति। अतः अस्याः पत्रिकायाः द्वौ प्रमुखौ उद्देश्यौ स्तः –

(१) छात्राणां सृजनशीलतायाः संवर्धनम्।

(२) संस्कृतभाषायाः आधुनिकजीवने प्रयोगमूलकस्य प्रतिपादनम्।

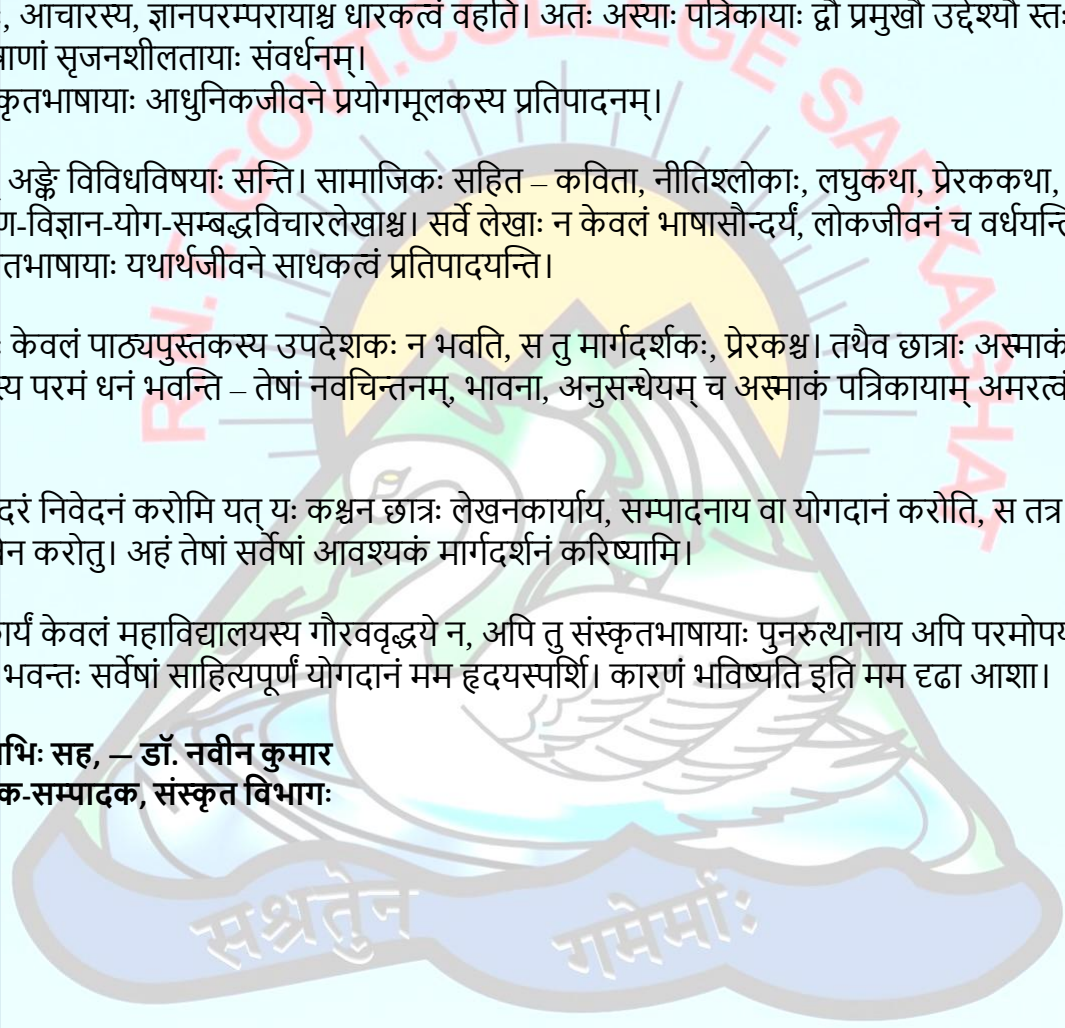
अस्मिन् अङ्के विविधविषयाः सन्ति। सामाजिकः सहित – कविता, नीतिश्लोकाः, लघुकथा, प्रेरककथा, पर्यावरण-विज्ञान-योग-सम्बद्धविचारलेखाश्च। सर्वे लेखाः न केवलं भाषासौन्दर्यं, लोकजीवनं च वर्धयन्ति, अपि तु संस्कृतभाषायाः यथार्थजीवने साधकत्वं प्रतिपादयन्ति।

शिक्षकः केवलं पाठ्यपुस्तकस्य उपदेशकः न भवति, स तु मार्गदर्शकः, प्रेरकश्च। तथैव छात्राः अस्माकं विभागस्य परमं धनं भवन्ति – तेषां नवचिन्तनम्, भावना, अनुसन्धेयम् च अस्माकं पत्रिकायाम् अमरत्वं ददाति।

अहं सादरं निवेदनं करोमि यत् यः कश्चन छात्रः लेखनकार्याय, सम्पादनाय वा योगदानं करोति, स तत्र समभावेन करोतु। अहं तेषां सर्वेषां आवश्यकं मार्गदर्शनं करिष्यामि।

एतत् कार्यं केवलं महाविद्यालयस्य गौरववृद्धये न, अपि तु संस्कृतभाषायाः पुनरुत्थानाय अपि परमोपयोगी भवति। भवन्तः सर्वेषां साहित्यपूर्णं योगदानं मम हृदयस्पर्शि। कारणं भविष्यति इति मम दृढा आशा।

शुभेच्छाभिः सह, — डॉ. नवीन कुमार
अध्यापक-सम्पादक, संस्कृत विभागः



छात्र-सम्पादक-वक्तव्यः



सर्वेभ्यः नमस्काराः।

मम हृदयः परमसन्तोषेण पूरितः यदा अस्माकं सहयोगिभिः सहकार्येण सहितम् अयं वार्षिक-विशेषाङ्कः “सरसि” इत्यस्य प्रकाशनं सम्पन्नं भवति। “सरसि” इत्यस्य नाम्नः यथा जलाशयस्य सौन्दर्यं, शान्तिः, चित्रविविधता दृश्यते, तथैव अस्माकं पत्रिका अपि सौहार्दस्य, सृजनशीलतायाः, भाषाभक्तेः च प्रतीकं भवति।

मम अनुभवः अयं यत् – संस्कृताध्ययनं केवलं पाठ्यपुस्तकस्य अध्ययनपर्यन्तं न भवति। यदा वयं अस्य भाषायाः प्रयोगं दैनन्दिनजीवने, लेखने, वाचनप्रयोगेषु च कुर्मः, तदा अस्माकं चिन्तनं विस्तरं प्राप्नोति, रचनाशक्तिं वर्धते, आत्मविश्वासश्च दृढो भवति।

अस्मिन् विशेषाङ्के छात्रैः लिखितानि निबन्धाः, कविताः, लघुकथाः, प्रेरकलेखाः च बहुविषयकानि सन्ति – देशभक्तिः, पर्यावरणरक्षणम्, विज्ञानविकासः, नारीशक्तिः, गौरवम्, योगविद्यायाः महत्त्वम्, आदर्शजीवनम् इत्यादयः विषयाः अस्मिन् समाहिताः सन्ति।

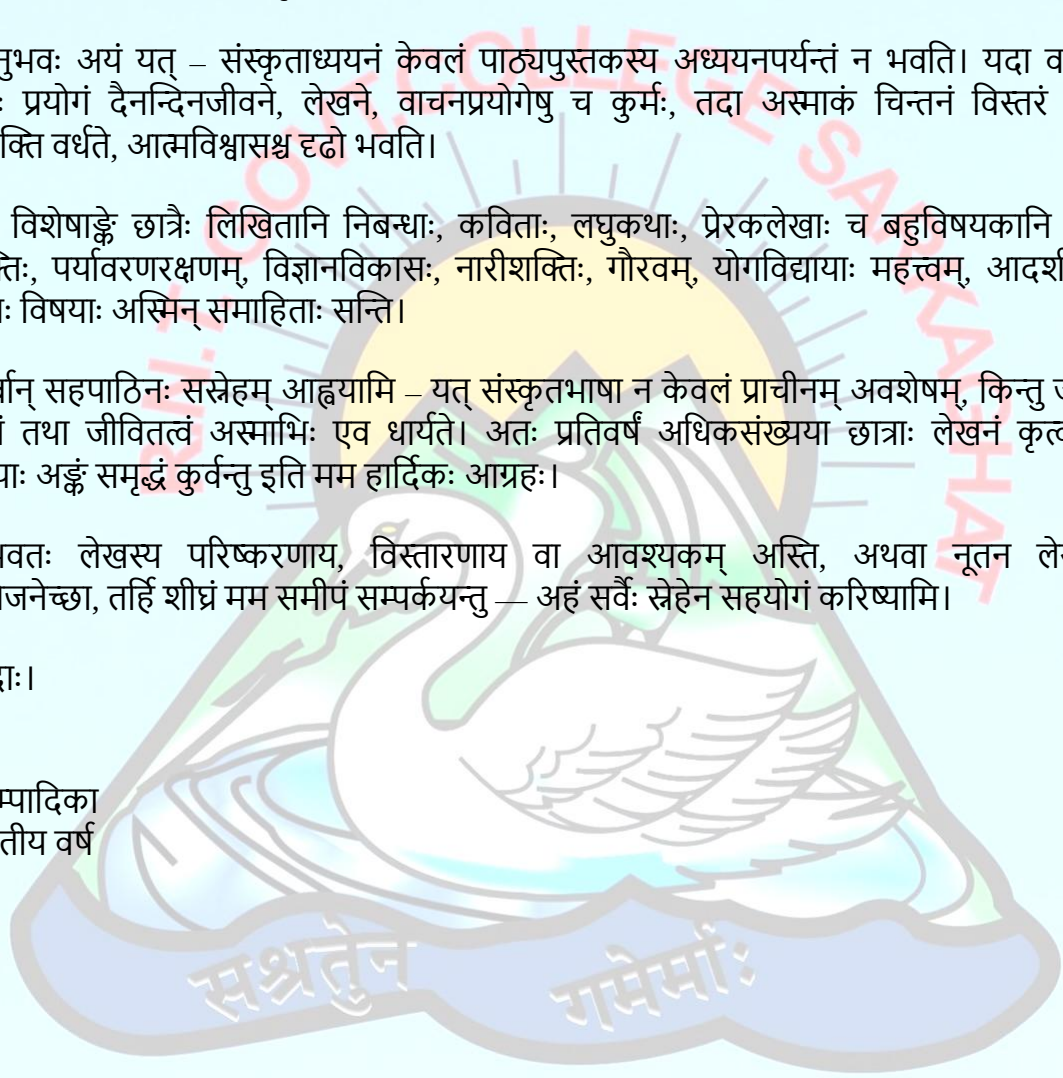
अहं सर्वान् सहपाठिनः सस्नेहम् आह्वयामि – यत् संस्कृतभाषा न केवलं प्राचीनम् अवशेषम्, किन्तु जीवनस्य अस्तित्वं तथा जीवितत्वं अस्माभिः एव धार्यते। अतः प्रतिवर्षं अधिकसंख्यया छात्राः लेखनं कृत्वा अस्य पत्रिकायाः अङ्कं समृद्धं कुर्वन्तु इति मम हार्दिकः आग्रहः।

यदि भवतः लेखस्य परिष्करणाय, विस्तारणाय वा आवश्यकम् अस्ति, अथवा नूतन लेखप्रयासे प्रेरणीयोजनेच्छा, तर्हि शीघ्रं मम समीपं सम्पर्कयन्तु — अहं सर्वैः स्नेहेन सहयोगं करिष्यामि।

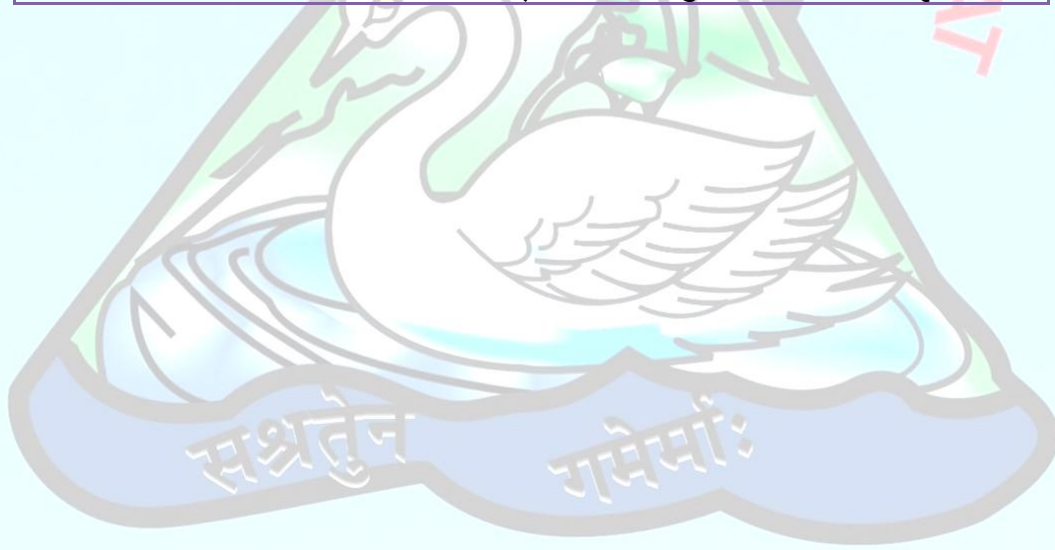
धन्यवादाः।

रिया

छात्र-सम्पादिका
बी.ए. तृतीय वर्ष



क्र.	शीर्षक	लेखक/लेखिका	वर्ग
1	भारतवर्षस्य महिमा	कविता शर्मा	बी.ए. द्वितीय वर्ष
2	संस्कृतभाषायाः महत्वम्	शालिनी ठाकुर	बी.कॉम प्रथम वर्ष
3	हिमाचलप्रदेशः – देवभूमिः	नरेश कुमार	बी.एससी द्वितीय वर्ष
4	गुरोः महत्वम्	किरण देवी	बी.ए. प्रथम वर्ष
5	पर्यावरणसंरक्षणम्	अमित शर्मा	बी.एससी तृतीय वर्ष
6	मातृभाषायाः गौरवम्	कविता ठाकुर	बी.कॉम द्वितीय वर्ष
7	नीतिश्लोकाः (१०)	काव्या चौहान	बी.ए. प्रथम वर्ष
8	लघुकथा – “सत्यमेव जयते”	शिवानी वर्मा	बी.ए. तृतीय वर्ष
9	छात्रजीवनम्	अजय कुमार	बी.कॉम तृतीय वर्ष
10	विज्ञानस्य योगदानम्	नेहा शर्मा	बी.एससी प्रथम वर्ष
11	नारीशक्तिः	सोनिया ठाकुर	बी.ए. द्वितीय वर्ष
12	योगः – जीवनमार्गः	राहुल वर्मा	बी.कॉम प्रथम वर्ष
13	बाल्यस्मरणम् (कविता)	पायल देवी	बी.ए. तृतीय वर्ष
14	संस्कृत-पहेल्यः (५)	ममता शर्मा	बी.ए. प्रथम वर्ष
15	एक प्रेरक कथा – “अभ्यासस्य फलम्”	रोहित ठाकुर	बी.एससी तृतीय वर्ष



1. भारतवर्षस्य महिमा

भारतं वैदिकयुगात् आरभ्य इदानीं यावत् निरन्तरं जीवति इति अतुल्यं राष्ट्रम्। एषा भूमिः न केवलं भौगोलिकविस्तारेण विशिष्टा, अपि तु विविधसंस्कृतेः सुसम्पन्नता च अस्ति। अत्र वेदाः, उपनिषदः, धर्मशास्त्राणि, नीतिग्रन्थाः च स्थापिताः। अत्र एव आर्य-संस्कृतिः, तत्त्व-तत्त्वानि, दर्शनशास्त्राणि एव उद्भाविताः सन्ति। भारतस्य इतिहासे अनेकानां शासकानां, चक्रवर्तिनां, तथा वैज्ञानिकानां योगदानं अस्ति। आरम्भतः सिन्धु-घाटी-संस्कृतिः, ततः वैदिककालः, मध्यकालः, आधुनिककालः — सर्वे वैश्विक-सांस्कृतिकतायाः स्रोतः दृश्यन्ते।

भारतः बहुभाषायुक्तः, बहुधर्मयुक्तः च संयुक्तः अस्ति। अत्र “**वसुधैव कुटुम्बकम्**” इति वैदिक-आदर्शः अद्य अपि वैश्विकसांस्कृतिक-संवादस्य प्रेरणास्रोतः क्रियते। वैज्ञानिक-उपलब्धिषु — आयुर्वेदः, गणितस्य सिद्धान्ताः (यथा शून्यस्य अवधारणा), खगोलशास्त्रस्य योगदानम् — इदानीम् अस्माकं वैश्विक-प्रतिष्ठां दृढयन्ति। कला-साहित्ये, नाट्ये, संगीत-परम्परायां च भारतस्य विशिष्टता मनोहरा।

युवा-पीढिः अस्माकं राष्ट्रस्य भविष्यं निर्मातुं आवश्यकाः। छात्राणां उचितं — स्वदेशस्य इतिहासम् अवगन्तुम्, सांस्कृतिक-परम्परा आदरितुं, तथा आधुनिक-वैज्ञानिक-प्रगतिषु अपि निष्ठाः भवितव्याः। भारतवर्षस्य महिमा केवलं विगतगौरवेण न ज्ञायते, सा वर्तमानप्रयत्नेन च भविष्यस्य उज्ज्वलता प्रदर्शयति। अतः वयं सर्वे मिलित्वा जागरूकाः, सहयोगिनः च भूत्वा राष्ट्रस्य उत्थयनं कुर्मः।

— कविता शर्मा, बी.ए. द्वितीय वर्ष

2. संस्कृतभाषायाः महत्त्वम्

संस्कृतम् एषा केवलं एकः प्राचीनभाषापद्धतिः नास्ति; सा विज्ञानसमृद्ध्या, शब्दरचनायाः सूक्ष्मतया परिपूर्णा च अस्ति। पाणिनिः इत्यस्य व्याकरणरचना भाषाशास्त्रे अद्वितीया विदुषां गवेषणायां गम्यता। संस्कृतस्य शब्दरचना नियमबद्धा एवं अर्थसमृद्धा भवति। अतः तस्य संशोधने कम्प्यूटरीय-भाषाविज्ञान, कृत्रिमबुद्धि-प्रयोगाः अपि सुगमाः स्युः।

आधुनिकेषु संस्कृतस्य उपयोगः केवलं शास्त्रपठनात् न परे—अनेके संस्थाः संस्कृतम् आरम्भिक-भाषा-प्रशिक्षणार्थम्, आयुर्वेदिक-चिकित्सास्थानां अध्ययनाय, तथा योग-प्रशिक्षणे च प्रयुज्जते। कम्प्यूटर-प्रोग्रामिंग क्षेत्रेषु मध्ये अपि संस्कृतस्य संरचना उपयोगी इति मन्यते, यतः तस्य नियमबद्धता सूचना-संग्रहण-सङ्गठनं साहाय्यकारिणी भवति।

युवानां दायित्वं यत् अस्माकं संस्कृतं केवलं स्मृतिविषयः उद्धारितं न तु — तस्यां संवादात्मकः, रचनात्मकः च प्रयोगः कर्तुं।

विद्यालये पाठ्यक्रमे संस्कृतस्य आधुनिक-आधारित पाठ्यपद्धतिः समाविष्टा भव्यात् — रोचकपठनम्, नाट्यम्, गीतं च। संस्कृतम् अन्तर्जाल-आधारित-शिक्षणाय उपयुक्तता क्रियते चेत् अस्य पुनरुज्जीवनं शीघ्रं भविष्यति।

— शालिनी ठाकुर, बी.कॉम प्रथम वर्ष

3. हिमाचल प्रदेश: – देवभूमि:

हिमाचलप्रदेशः उत्तरी-भारतस्य पर्वतीयप्रदेशः, यत्र हिमालय-श्रृङ्खला, नद्यः, वनानि च आकर्षन्ति। एतत् प्रदेशः न केवलं प्राकृतिकसौन्दर्येण, अपि तु धार्मिक-सांस्कृतिक-परम्पराभिः अपि विशिष्टम् अस्ति। मनाली, शिमला, धर्मशाला-इत्यादिषु स्थानेषु पर्यटनसंस्कृतिः समुन्नता; किन्तु स्थानीयजीवनस्य सन्तुलनम् अतिशय महत्त्वं वहति।

वनसम्पत्तिः, जैवविविधता च हिमाचले प्रशंसनीया। परन्तु वयं अवगन्तव्यं यत् पर्यटनस्य वृद्धिः सह पर्यावरणरक्षणस्य विवेकः आवश्यकः। हिमपातस्य, नदीनां विशुद्धस्य संरक्षणाय वृक्षारोपणं, अपशिष्ट-नियन्त्रणं, तथा स्थायी-पर्यटन-नीतयः अनिवार्याः।

स्थानीयसंस्कृतिः उत्सवाणि, लोकनृत्याणि, तथा भोजनपरम्परा वः हृदयस्पर्शिणी। बाल्यस्मरण-कार्यशालाः, पारम्परिकशिल्प-प्रदर्शनी च युवानां रोजगारस्य साधनानि भवन्ति।

राज्ये शिक्षायाः, स्वास्थ्यसेवायाः च निवेशः वर्धनीयः। यदि युवानाम् उत्साहः देशसेवा-चेतसा संयोज्यते तर्हि हिमाचलस्य सम्यक् विकासः सुगमः भविष्यति।

— नरेश कुमार, बी.एससी द्वितीय वर्ष

4. गुरोः महत्वम्

गुरुः केवलं विषयस्य शिक्षकः न भवति; सः जीवन-दर्शी, चरित्र-निर्माता च। भारतीय-संस्कृतेः गुरुभावः अतिशयः पूज्यः। “गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः” इति श्लोकः गुरोः स्थानं स्पष्टतया प्रकाशयति। गुरुः केवलं ज्ञानं अलङ्करोति न, सः धर्म-नीतिमत्ता, सद्भावता, आत्मसंयमश्च विद्यार्थिषु प्रतिपादयति।

अधुना शिक्षा-प्रणाली त्वरितगत्या परिवर्तते; तस्मात् गुरवः पाठ्यपुस्तकज्ञानात् सीमिततरं क्षेत्रसम् न भूत्वा नवोन्मेष-शिक्षणपद्धतिः अङ्गीकुर्वन्तु। मार्गदर्शकः सः यः छात्राणां व्यक्तिगता प्रतिभां उद्दीपयति, आत्मविश्वासं च सृजति।

गुरुकुलपरम्परायाः सिद्धान्ताः अद्यापि प्रासङ्गिकाः – शिक्षा केवलं कौशल-प्रदाने न, चरित्र-निर्माणे च केन्द्रिता भवेत्। गुरु-छात्रयोः सम्बन्धः विश्वासाधारितः अस्तु; तस्मात् सत्कार्यमध्ये गुरवः दृढमार्गदर्शकाः आदर्शं ददाति।

— किरण देवी, बी.ए. प्रथम वर्ष

5. पर्यावरणसंरक्षणम्

अस्माकं पृथिवी इव प्रकृतिः – वायुः, जलम्, भूमिः च नित्यं आवश्यकाः। यदि एते संसाधनाः दूषिताः स्युः तर्हि मानवजीवनस्य गुणवत्ता हानि प्राप्नोति। अतः पर्यावरणरक्षणं केवलं सरकारी-नीतीनां न, प्रत्येकस्य दैनिककर्मणा अनिवार्यम् अस्ति।

किं कर्तव्यतासु –

(१) वृक्षारोपणम् : वृक्षाः न केवलं छायां ददति, एकैकः वृक्षः कार्बन-अवशोषणाय सहायकः।

(२) जलसंरक्षणम् : वर्षाजल-संचयनम्, जलाशय-नवीनीकरणम् तथा जलव्यय-नियन्त्रणम्।

(३) प्लास्टिक-परिहारः : पुनर्व्यवहारण-पदार्थानाम् अन्वेषणम्।

(४) ऊर्जा-संरक्षणम् : सौर-ऊर्जायाः प्रयोगः, ऊर्जा-दक्ष उपकरणानाम् प्रोत्साहनम्।

विद्यालयेषु एवं महाविद्यालयेषु पर्यावरण-शिक्षायाः कार्यक्रमाः आयोजिताः स्युः – उदाहरणतया वृक्षारोपणदिवसः, स्वच्छता-अभियानम् तथा चिन्तन-परिचर्चाः। यदा छात्राः स्वस्य पर्यावरणप्रति अग्रसरन्ति तदा दीर्घकालिकपरिणामाः स्पष्टाः भवन्ति।

— अमित शर्मा, बी.एससी तृतीय वर्ष

6. मातृभाषायाः गौरवम्

मातृभाषा न केवलं संवादस्य माध्यमम्, परन्तु आत्मस्वरूपस्य केन्द्रम् अपि अस्ति। बालकाले यया भाषा सर्वप्रथमं श्रूयते, तया शब्दैः मनसि संस्काराः प्रतिष्ठन्ते। मातृभाषा एव प्रत्येकस्य प्रथमशिक्षिका, प्रथममित्रं च भवति। अतः अस्याः संरक्षणं वर्धनं च सर्वथा आवश्यकम्।

यदा बालः स्वपितृभिः मातृभाषायाम् साधु संवादं पिबति, तदा तस्य मानसिकविकासः सम्यक् भवति। भाषायाः शब्दसमूहः केवलं वैचारिकम् न, सांस्कृतिक स्मरणं च वहति — गीताः, लोककथाः, रीति-रिवाजाः, पारिवारिककथाः च। यदि मातृभाषा परित्यज्य परदेशीभाषया एव सम्पूर्णं जीवनं व्याप्यते, तर्हि बालस्य आत्मचिन्तनस्य अवदीप्तिः पथा क्षीणा भवति।

आधुनिकस्य युगस्य आवश्यकता अस्ति यत् छात्राः बहुभाषाविदः भवन्तु — किन्तु स्थिरता मातृभाषायाः अवश्यं संरक्षिता भवेत्। विद्यालयेषु मातृभाषायाः पाठ्यक्रमे लेखनं, पद्यपाठः, नाट्यशाला, गीतगायनम्, एवम् पारिवारिकभाषायाः आयोजनं क्रियते चेत् छात्रेषु भाषा-प्रेमः संवर्धितः भविष्यति। गृहेषु अपि मातृभाषायाः सम्मानः प्रदर्शनीयः; माता-पितरौ स्वकीयभाषया बालानां समक्षं वार्तालापं कुर्वन्तु। एतत् लघु-परिवर्तनं भवति, समाजे दीर्घकालपर्यन्तं समृद्धिं दास्यति।

साहित्ये, लोकभाषा, तथा चिन्तन-पद्धतिः मातृभाषया जीवति भवति; तेषां संरक्षणं केवलं सांस्कृतिक-अस्तित्वविषयः न, अपितु राष्ट्रस्य बौद्धिक-आधाराय अपि आवश्यकम्। अतः वयं सर्वे मिलित्वा मातृभाषां पोषयेम तथा स्वाभिमानं निर्मायाम।

— कविता ठाकुर, बी.कॉम द्वितीय वर्ष

7. नीतिश्लोकाः

नीतिश्लोकानाम् उद्देश्यः केवलं वाक्यरचना न भवति, अपि तु आचारविचारं प्रदत्तुं जीवनस्य मार्गदर्शकत्वं च वहति। एते श्लोकाः गुणगौरवं समाजे स्थापयन्ति, अज्ञानम् एते पालयन्ति, चिन्तनायाः च। अधोलिखितानि दश श्लोकानि प्रत्येकस्य सन्तुलितजीवनस्य स्थापकानि —

१. सत्यं वद। — सत्यं वाच्यं एव न, कर्मणि अपि आचर्यते चेत् व्यक्तित्वे दृढता रक्ष्यते। विद्यालये परीक्षा-प्रसङ्गेऽपि सत्यनिष्ठा परमो सिद्धान्तः।

२. धर्मं चर। — धर्मः न केवलं धार्मिककर्माणि, परन्तु दैनन्दिनजीवनकर्तव्ये अपि विधिः। मित्रत्वे, स्वकीयकर्तव्ये धृत्वा जीवनं सुव्यवस्थितं भवति।

३. मातृदेवो भव। — मातुः स्थानं वेदेषु उच्चम्; तस्याः सेवा व आदरः मानवजीवनस्य मूलाधारः।

४. पितृदेवो भव। — पिता मार्गदर्शकः; तेषां आदरात् पारिवारिकसौख्यं वर्धते।

५. अहिंसा परमो धर्मः। — हिंसा त्याज्या; समाजे शान्ति-स्थापनाय आवश्यकः। विरोधे अपशब्दाः संवादः श्रेष्ठः।

६. समयपालनं महत् गुणः। — समयस्य पालनम् आचरणे अनुशासनस्य लक्षणम्। पाठकाले समयपालनं सफलतायाः घटकः।

७. परोपकारः पुण्यम्। — परोपकारे हानिः लघु न, पुण्यलाभः दीर्घकालिकः। सहाय्यता द्वारा समाजः समृद्धिः साधयति।

८. लोभः सर्वदोषमूलम्। — लोभः विवेक-नाशस्य कारणम्; साधारणजीवने संयमः विजयी।

९. संयमः जीवनशोभा। — इच्छासु संयमः अस्ति बुद्धिमत्ताया लक्षणम्। आवेशे कार्यं न कर्तव्यम्।

१०. विद्या धनं सर्वश्रेष्ठम्। — अध्ययनं केवलं नौकरीहेतवे न, जीवनदृष्टेः च परममूल्यम्।

— काव्या चौहान, बी.ए. प्रथम वर्ष

8. लघुकथा — “सत्यमेव जयते”

विद्यालये एकः नगरी-निवाससमूहः आसीत्। तेषां मध्ये रविः नाम बालकः सत्यनिष्ठया परिचितः। एकदा गणक-परीक्षायां पुरस्कारं धारयितुं छात्रेषु मुद्रा-प्रवेशः जातः। एकः छात्रः अन्येन तस्य नोटपुस्तकस्य जाले लिखितुं प्रयत्नम् अकरोत्—सः परीक्षा-पट्टिकायाः एकं प्रश्नस्य उत्तरं चोरयित्वा स्वस्य नाम लिखितवान्।

रविः अस्याः कुटिलतायाः साक्षात्कारं कृत्वा प्रथमतः हर्षं न, तु विपरीते चिन्तया ग्रस्तः अभवत्। स विद्यालयस्य नियमस्य अनुकूलं न बाधितुम् इच्छत्, परन्तु अन्तर्मनसि सत्यं अवर्णयितुं न अशक्नोत्। दिनस्य अन्ते रविः विद्यालये प्रति प्रार्थनापत्रं लिखित्वा मध्यस्थेन सचिवाय घटना-वृत्तं प्रकटयत्।

अध्यापकाः, विशेषतः संस्कृत-शिक्षिका, तस्य ईमानदारीं दृष्ट्वा प्रसन्नाः आसन्। निरीक्षणे ज्ञातं यत् दोषः अन्यस्य छात्रस्य आत्मकृत्यात् उत्पन्नः। विद्यालये एकस्मिन् सार्वजनिक-परिवेशे रविणः सत्यस्य उदाहरणं कृतम्। परिणामतः न्यायो अभवत्, दोषी छात्रः पश्चात्तापेन तस्य कर्म स्वीकृतवान्।

एतस्य कथायाः मूलं सन्देशः — सत्यस्य पथः यदा दृढेन स्वीकृतः, तदा न केवलं व्यक्तिः स्वयम्, अपि तु सम्पूर्णसमाजः विजयी भवति। रवेः साहसं अन्येषां सहोदरवत् आदर्शवत् च प्रेरणायाः। विद्यालयस्य वातावरणे नैतिकतां पुनर्निर्मितं अभवत्।

— शिवानी वर्मा, बी.ए. तृतीय वर्ष

9. छात्रजीवनम्

छात्रजीवनं मानवजीवनस्य सर्वोत्कृष्टकालः इति वदन्ति साधारणतः। एषा अवस्था अध्ययनस्य, चरित्रनिर्माणस्य, अन्वेषणस्य च केन्द्रं भवति। विद्यालये वा महाविद्यालये छात्राः न केवलं पुस्तकेन ज्ञानं गृह्णन्ति, परन्तु सामाजिक-पथे स्वानुभवशक्तिं अपि विकसितुं प्राप्नुवन्ति।

प्रथमं — अध्ययननियमः। समययोजनस्य कौशलं छात्रेभ्यः आवश्यकम्। समयस्य उचितविनियोगेन उत्तम अध्ययनफलम् लभ्यते। पाठ्यव्यवस्थायाः व्यवस्थापनस्य महत्त्वं विद्यार्थिभिः—अध्यापकसहयोगः, आत्म-अध्ययनम्, समूह-अध्ययनेन च सुलभता जायते।

द्वितीयं — अनुशासनम्। छात्रजीवनस्य श्रेष्ठफलम् अनुशासनतः प्राप्यते। समयपालनं, कक्षानियोजनम्, तथा स्वास्थ्य-रक्षणेन छात्राः दीर्घकालिकं लाभं अनुभवन्ति।

तृतीयम् — सामाजिकजागरूकता। मित्रता, नेतृत्वगुणाः, तथा सामुदायिककार्ये सक्रियता छात्राणां व्यक्तित्वविकासस्य अभिन्नभागः। छात्रसंघः, सांस्कृतिकसंरक्षणम्, सेवाकृत्येष्वेव च सहभागः उत्तरदायित्वं च अध्ययनं करोति।

चतुर्थम् — मानसिकस्वास्थ्यस्य संरक्षणम्। परीक्षा-तनावः, अपेक्षाः भारः च छात्रान् क्लेशयन्ति। योगः, ध्यानम्, समययोजनं च मनसः संतुलनं ददाति। विद्यालयेषु मार्गदर्शकाः, परामर्शकाः च उपलब्धाः भवन्तु चेत् छात्राः साहाय्यं लभन्ते।

अन्ते, छात्रजीवनं केवलं शैक्षिक-लक्ष्येभ्यः न भवति; एषा जीवनानुभवस्य रंगभूमिः—यत्र अस्माभिः दोषाः, आनन्दाः, विफलताः च अनुभूयन्ते। एतत् सर्वं भवतः व्यक्तित्वे दृढीकुर्यात्, राष्ट्रस्य भविष्योन्नतये योगदानाय।

10. विज्ञानस्य योगदानम्

विज्ञानः मनुष्यजातेः समृद्धेः प्रमुखः आधारः। यदा मनुष्यः प्रकृत्या प्रश्नान् पृच्छति, विज्ञानस्य माध्यमेन तान् समस्याः समाधानानि लभ्यन्ते। भारतस्यापि प्राचीनकाले आर्यभट्टः, चरकः, सुश्रुतः इत्यादीनां नामानि विज्ञानविकासे प्रतिष्ठितानि। आधुनिके युगे विज्ञानस्य योगदानम् सर्वत्र दृश्यते — चिकित्साशास्त्रे रोगनिवारणम्, संप्रेषणम्, ऊर्जा-क्षेत्रे नवोन्मेषः, कृषि-उन्नतिः, तथा अन्तरिक्षयानानि च।

विशेषतः शिक्षा-विज्ञानयोः मेलने आवश्यकम्। छात्राः प्रयोगशालायाः सौजन्येन शास्त्रज्ञानिता स्युः। **STEM (Science, Technology, Engineering, Mathematics)** शिक्षणम् युवानां समस्यासमाधानकौशलं विकसितुं सहायकम्। विज्ञानस्य नैतिकता अपि विचारणीया — जैव-प्रयोगः, सूचना-प्रौद्योगिकी, निजता-रक्षणं च विवेकः अनिवार्यः।

विज्ञानं न केवलं उपकरणं ददाति, तत्प्रयोगेण मानवजातिः अधिकं स्वास्थ्यं, अधिकं समृद्धिं च प्राप्नोति। परन्तु विज्ञानस्य दुरुपयोगः सम्भाव्यः — तस्मात् वैज्ञानिकशिक्षायाः सम्यक्पोषणं, नैतिक-मार्गनिर्देशनस्य सह राजनैतिक-संरक्षणस्य च आवश्यकता अस्ति।

युवानां विज्ञानपथेषु रुचिः जाग्रेयुः — प्रयोगशाला-प्रतियोगिताः, विज्ञानक्लबाः, तथा अनुसन्धान-प्रकल्पाः छात्राणां उत्साहं प्रोत्साहयन्ति। भविष्ये विज्ञानसम्बद्धाः छात्राः राष्ट्रस्य विकासे निर्णायकं भागं वहन्तु।

— नेहा शर्मा, बी.एससी प्रथम वर्ष

11. नारीशक्तिः

नारीशक्तिः केवलं कथया न, किन्तु कर्मणा दर्शनीया च प्रतिपादनीया। भारतस्य इतिहासे राज्यः, विदुष्यः, योगिन्यः, समाजसुधारकाः च आसन्। वेदवासी-परम्परा इति विरोधरूपेण न, किन्तु अनेकानां नारीणां योगदानेन समृद्धा परम्परा अस्ति।

सामर्थ्ययुक्ताः कर्तुं शिक्षायाः विशेषाधिकं स्थानम् अस्ति। आधुनिके युगे स्त्रीणां अधिकारक्षेत्रं न सीमितम्; सा नेतृत्वे, विज्ञाने, कलायां, तथा उद्यमेषु क्षेत्रेषु समानभागीदारी अस्ति।

शिक्षायाः द्वारा नारीशक्तिः सशक्तता-रूपेण भवति। यदा कन्या उचितं शिक्षां प्राप्नोति, तदा सा समाजे आत्मनिर्भरता भवति तथा परिवारे, समाजे सकारात्मकपरिवर्तनस्य शक्तिः भवति। स्वास्थ्यरक्षणम्, सामाजिकाधिकाराः च सुनिश्चितेषु सामाजिक-न्यायव्यवस्थायाः आवश्यकता अस्ति।

नारीशक्तेः संरक्षणाय कानूनी-प्रयासाः, आर्थिक-सशक्तीकरणम्, तथा मानसिक-सम्मर्दनस्य प्रतिकारः आवश्यकः अस्ति। विद्यालयेषु छात्राः समानाधिकारस्य महत्त्वं शिक्षयन्तु; पुनश्च बहिष्कारस्य सम्बन्धे जागरूकतां संवर्धयन्तु।

नारीशक्तिः न केवलं बलवती, परन्तु करुणा, धैर्यं, सहनशक्ति च वहति। समाजे यदि स्त्री-पुरुषयोः समता स्थाप्यते तर्हि राष्ट्रस्य विकासः त्वरितं भविष्यति। अतः वयं सर्वे मिलित्वा नारीणां सम्मानं, समर्थनं च कुर्मः।

— सोनिया ठाकुर, बी.ए. द्वितीय वर्ष

12. योगः – जीवनमार्गः

योगः केवलं शारीरिकव्यायामः न, परन्तु शरीरमानसस्वास्थ्यस्य सम्यक् संयोजनं च अस्ति। पतञ्जलि अष्टाङ्गयोगः माध्यमेन योगव्यवस्था प्रतिपादिता—यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि इति अङ्गानि सन्ति।

आसनानि शरीरस्य स्थैर्यस्य, लचकत्वस्य च हेतुः सन्ति। प्रतिदिनस्य अभ्यासात् मेरुदण्डस्य दृढता, स्नायुषु शक्तिः तथा शारीरिक-स्वास्थ्यं दृश्यते। प्राणायामेन श्वास-प्रश्वासस्य नियन्त्रणं मनसः शान्तये उपयोगी भवति। ध्यानयोगः मनसः विचलनं न्यूनीकरोति; तेन छात्राणां परीक्षा-मानसिकदबावेषु सहायता भवति।

आधुनिक-जीवने योगस्य प्रयोगः कार्यक्षेत्रेऽपि उपयोगी—तनावनिवारणम्, जागरूकता-वर्धनम्, तथा स्वास्थ्यरक्षणम्। विद्यालयेषु दैनिक-योगाभ्यासार्थं छात्राणां सहभागः उत्साहवर्धकः स्यात्।

यदा योगः केवलं शारीरिक-स्वास्थ्याय न भविष्यति, परन्तु जीवन-शैलीरूपेण अङ्गीकृतः स्यात् तदा तस्य फलानि दीर्घकालिकानि भविष्यन्ति—नैतिक-निर्णयशक्ति, धैर्य, आत्मनियमनस्य दृढता। अतः सर्वे छात्राः योगं स्वजीवनस्य अनिवार्याङ्गं कुर्वन्तु इति मम अभिलाषा।

— राहुल वर्मा, बी.कॉम प्रथम वर्ष

13. बाल्यस्मरणम्

बाल्यं मनः किञ्चित् निर्मलम्, निश्चलम्, हास्येन परिपूर्णम् अस्ति। अधोलिखिते कवितायां बाल्यस्मरणानां रसः, स्नेहबन्धनं, चित्तसुखं च वर्णितम् —

- (क) स्मरामि बाल्यक्रीडां ताः, मित्रैः सह विचरणं सुखायम्।
न पाठः, न चिन्ता तदा, केवलं हास्यं सर्वदा॥
- (ख) क्रीडाङ्गणे मित्रैः समेताः, पतङ्गैः सह क्रीडां कुर्मः।
अन्नं परितो रसैः मधुरैः, माता स्मितेन दद्यात्॥
- (ग) विद्यालयस्य प्रथमदिवसे गुरोः वचनानि, मित्राणां प्रतिस्मितम्।
पुस्तकानि, कलशोभा — बाल्ये लिखिते नित्यं तद्भवति॥

— पायल देवी, बी.ए. तृतीय वर्ष

14. संस्कृत-पहेल्यः

पहेल्यः वयं केवलं मनोरञ्जनार्थं न स्थापयामः परन्तु तानि छात्राणां तार्किकशक्तिं, शब्दज्ञानं च दृढये उपयोगी भवन्ति। अधोलिखितानि पञ्च प्रश्नानि विस्तरेण —

१.दिनं तिष्ठामि, रात्रौ नश्यामि। कः अहम्? — **दीपः।**

व्याख्या: दीपः दिनभरं ज्योतिं प्रददाति; रात्रौ दीपः प्रज्वलितः अस्ति परन्तु यदि प्रश्ने अर्थः “दिनं तिष्ठामि, रात्रौ नश्यामि” इति invert कृत्वा तर्हि उत्तरं दीपः न सन्देहः। छात्रेभ्यः सूचनीयम् यत् प्रश्नस्य सन्दर्भः भिन्नः स्यात्।

२.पाणौ वसामि, लेखने सहायः। कः अहम्? — **कलमः।**

व्याख्या: कलमः हस्ते धार्यते (पाणौ वसति) तथा लेखनं करोति।

३.चक्राकारः, गतिवान् वाहनम्। — **चक्रः** (वा चक्रयुक्तं वाहनम्)।

व्याख्या: चक्राकारः वृत्ते घूर्णति; वाहनस्य च क्रिया गतिः अस्ति।

४.मुखे भवामि, विना मम वाणी न भवति — **जिह्वा।**

व्याख्या: जिह्वा मुखे स्थिता अस्ति, वाक्यार्थस्य साधिका च।

५. मम विना लेखनं न भवति — **अक्षरः।**

व्याख्या: अक्षरः लेखनस्य आधारः; तेन अक्षराणि न स्युः तर्हि लेखनं न सम्भवति।

— ममता शर्मा, बी.ए. प्रथम वर्ष

15. एक प्रेरक कथा — “अभ्यासस्य फलम्”

राजेशः नामकः छात्रः गणिते दुर्बलः आसीत्। प्रतिमासिके परीक्षायां तस्य अङ्काः निम्नाः आगच्छन्ति। तस्य आत्मविश्वासः खलु क्षीणः अभवत्। तदा सः आत्मनिर्णयं कृत्वा निर्णयम् अकरोत्—प्रतिदिनं नियमितसमये गणिताभ्यासं करिष्यति। प्रारम्भे तस्य प्रगति अल्पा आसीत्; अनेकदा स्मृतिः, विफलता च व्याप्नुवन्ति किन्तु सः न चिन्तितः, न निराशः। सः शिक्षकैः सह अतिरिक्तकालेषु अभ्यासं कुर्वन्।

तयोः साहाय्येन सः कठिनप्रश्नान् छोटे-छोटे कृत्य-समस्यासु व्यवधानानि स्पष्टीकृतवान्। सः स्वपाठशाला उपरि अन्यम् अभ्याससमूहं आरब्धवान्, यत्र मित्रैः समस्यासु बहुमूल्य समाधानानि अभिसम्बद्धानि च अभवन्। सप्ताहान्ते सः स्वबल-प्रतियोगितानां संस्थापनं कृत्वा यत् तस्य आत्मविश्वासः दृढीकृतः। समये समये सः योगं, ध्यानं च कृत्वा मानसिक-शान्तिं ग्राहयति।

अनन्ततः विश्वविद्यालय-परीक्षायाः दिने राजेशः उत्तीर्णतायाम् उत्कृष्टं लब्धवान्; तस्य अङ्काः सर्वेभ्यः अपेक्षया उत्तमाः अभवन्। विद्यालये पुरस्कारसमारोहे तस्य प्रेरककथा उद्घाट्यते स्म—येन प्रत्येकः छात्रः प्रेरितः अभवत्। राजेशः इति ज्ञातवान् यत् अभ्यासः न केवलं ज्ञान-वृद्धिं स्यात्, अपि तु धैर्यं, संयमः तथा आत्मविश्वासः अपि संवर्धति।

कथायाः पाठः — यदि दृढनिश्चयेन, योग्य-योजना-समेतेन, तथा नियमित-परिश्रमेण कार्यं क्रियते तर्हि अपि कठिनतमं लक्ष्यं साधयितुं शक्यते। अतः युवजनाः स्वाभाविकविघ्नेभ्यः न हताशाः स्युः; अभ्यासेन सर्वं सम्भवम्।

— रोहित ठाकुर, बी.एससी तृतीय वर्ष

पहाड़ी विभाग

डॉ बनीता
प्राध्यापक संपादक

कल्पना कुमारी
छात्र-संपादिका



विषयानुक्रमणिका

क्र. स.	विषय	लेखक /लेखिका
1.	संपादिका (प्राध्यापक)	डॉ बनीता
2.	छात्रा संपादिका	कल्पना कुमारी
3.	आसारी बोली पहाड़ी री पुकार	ममता
4.	आज का जमाना	पूजा ठाकुर
5.	पहाड़ा रा जीणा	रीतिका
6.	चटकुले	कविता
7.	पहेलियाँ	दीक्षा
8.	शिवरात्रि कटटे न्युंद्रा	दीक्षा कुमारी
9.	मव्याना रे ध्याड़े	नेहा देवी
10.	माहरा हिमाचल	प्रिया देवी
11.	माँ	अंजलि ठाकुर
12.	माँ दी ममता	सानिया
13.	बजुर्गा री सीख	सानिया शर्मा
14.	कॉलजारे ग्राउंड री धूप	साइना राणा
15.	डर	रक्षा
16.	मेरा स्कूल	सुनीता
17.	पहाड़ा दा जीणा: सादगी ते सुकून री गाथा	भारती
18.	मेरे पहाड़	कल्पना कुमारी
19.	बेटी पढ़ाणी बेटी बचाणी	डॉ. बनीता
20.	आज हाँऊ कुछ नी लिखी पाई	शिवानी कुमारी
21.	पहाड़ी कविता	वंदना देवी
22.	पहाड़ों के वीर	दिशा कौंडल
23.	अंसारी बोली" पहाड़ी" दी पुकार	दीक्षा रानी
24.	मंडी रा संगीत	आयुष सूर्या

छात्रा सम्पादिका री तरफा ते

छात्र सम्पादिका कल्पना कुमारी रोल न.: | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष



सभणी ते पेहले हाँऊँ अपनी मैडम 'बनीता' जी र धन्यवाद करां जिन्हया मिजो पहाडी विभागा री सम्पादिका बनणे रा मौका दितया। आजकला रे जमाने बिच लोका ले बडे - भारे माध्यम ए। अपने विचारा बांडणे कट्ठे पर 'सरसी पत्रिका' आसा सभी विद्यार्थियां जो मौका देई अपने विचार सबनी तक पहुँचाणे रा।

ऐसा पत्रिका रा मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों रे भीतर छुपीरी प्रतिभा जो निखारने रा। फेरी चाहे से कविता रे रूपा मन्झा हो या कहानियाँ मन्झा हो। आपणे प्रिंसिपल सरा रा भी तहे दिला ते धन्यवाद करां ई जिन्हया जे ये रीत चलाई री होर पहाडी भाषा जो अलग स्थान दितीरा 'सरसी पत्रिका' मेजा हाँऊँ तिन्हा सबणी रा भी धन्यवाद करां ई जिन्हया पहाडी विभाग जो रचना प्रदान किती।



सम्पादिका री तरफा ते

सम्पादिका: डॉ. बनीता | सहायक प्रोफेसर | संगीत विभाग

मिंजो एस साला री सरसी पत्रिका रे पहाड़ी अनुभाग री सम्पादिका बनने रा सौभाग्य मिल्या इस तई हाऊँ इस कॉलेजा रे प्रिंसीपल सरा जी री बड़ी भारी आभारी जिन्हें मिंजो ए मौक़ा दितया।

इस पत्रिका रा मुख्य उद्देश्य ए हा कि तुसां विद्यार्थियां रे अन्दर छुपीरी प्रतिभा जो होर निखारी सकन तुहें सारे विद्यार्थी बधाई रे पात्र ए जिन्हेंयां सरसी कठे पहाड़ी रचना दितियां । इसा पत्रिका री सम्पादिका होने रे नाते हाऊँ तुसां जो बोलणा चाहीं कि अपने अम्मां बापू सौगी अपनी मातृ भाषा रा भी सम्मान करा] अपनी बोली] अपनी संस्कृति ही असारी पहचान ई इसा जो दिला ते अपनावा ।



3. आसारी बोली पहाड़ी री पुकार

लेखिका: ममता | रोल न.: 24MUS001 | कक्षा: बी. ए. द्वितीय वर्ष

ऐड़ी क्या गुस्ताखी, क्या किती मैं बुराई

पढदे -लिखदे तां थे ही, बोलने गलाणे ते मी गुवाई।

ऐड़ी केड़ी खता हुई मेरे ते ओ, जे मेरे आपणेयां

किती हांड पराई ॥

क्या सोचदे के क्या गलांदी, ने केथी ते आई

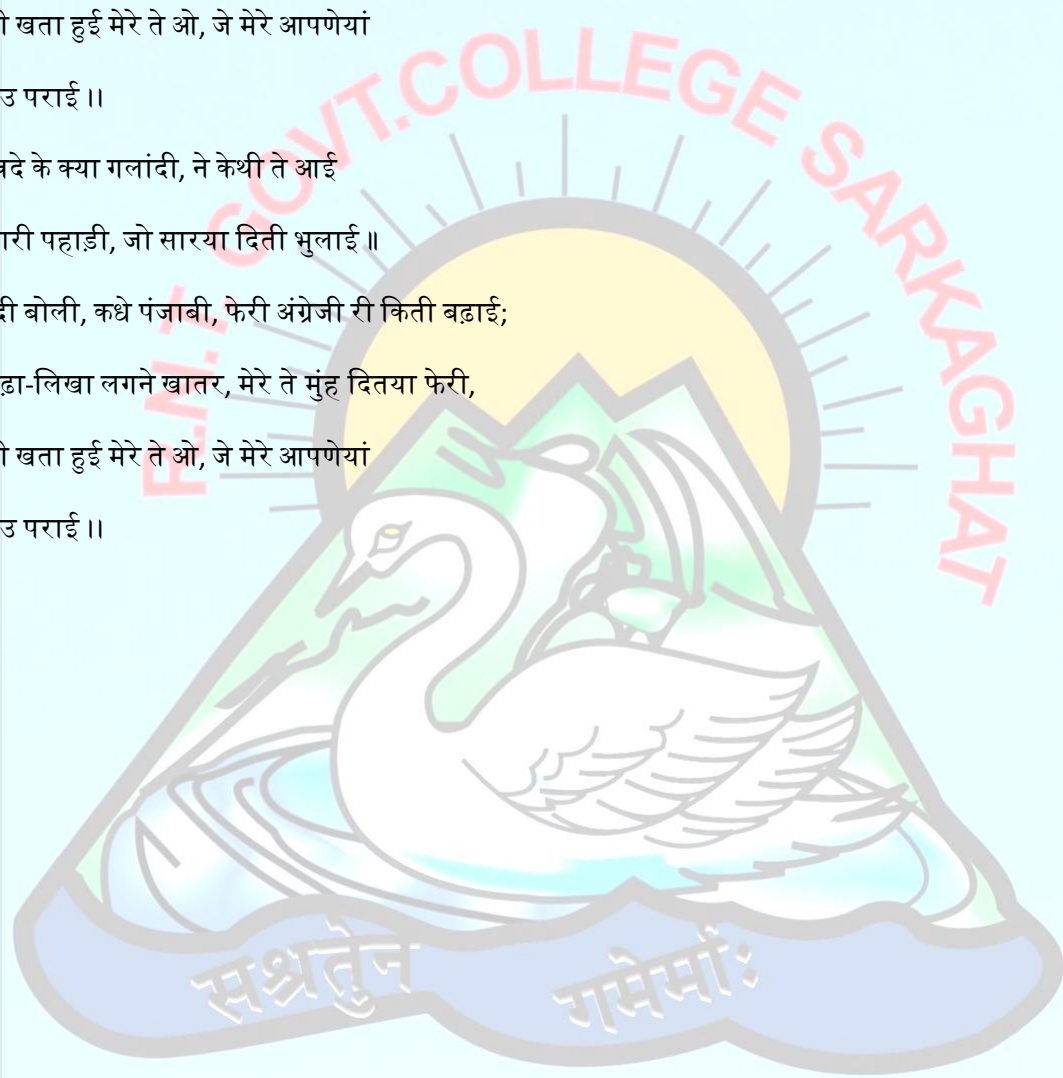
हांऊ तुसारी पहाड़ी, जो सारया दिती भुलाई ॥

कधे हिन्दी बोली, कधे पंजाबी, फेरी अंग्रेजी री किती बढाई;

ज्यादा पढा-लिखा लगने खातर, मेरे ते मुंह दितया फेरी,

ऐड़ी केड़ी खता हुई मेरे ते ओ, जे मेरे आपणेयां

किती हांड पराई ॥



4. आज का जमाना

लेखिका: पूजा ठाकुर | रोल न.: 23HIN042 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

आज के जमाने विच बड़ा

बड़ा अजूबा होया,

हाथां च फोन ए को दिलो बिच चुपी बसी गईरी।

गलां ता सौ - सौ होदियां पर,

मना री गल कोई नी सुणदा।

हर कोई जल्दी विच आ,

कोई कामा च ता कोई

नामा च,

पर आपणे आप जो कोई नी

पछ्याणदा।

भ्यागा अख्यां खुलदे ही घड़ी या होर नी,

बस फोन सुझां,

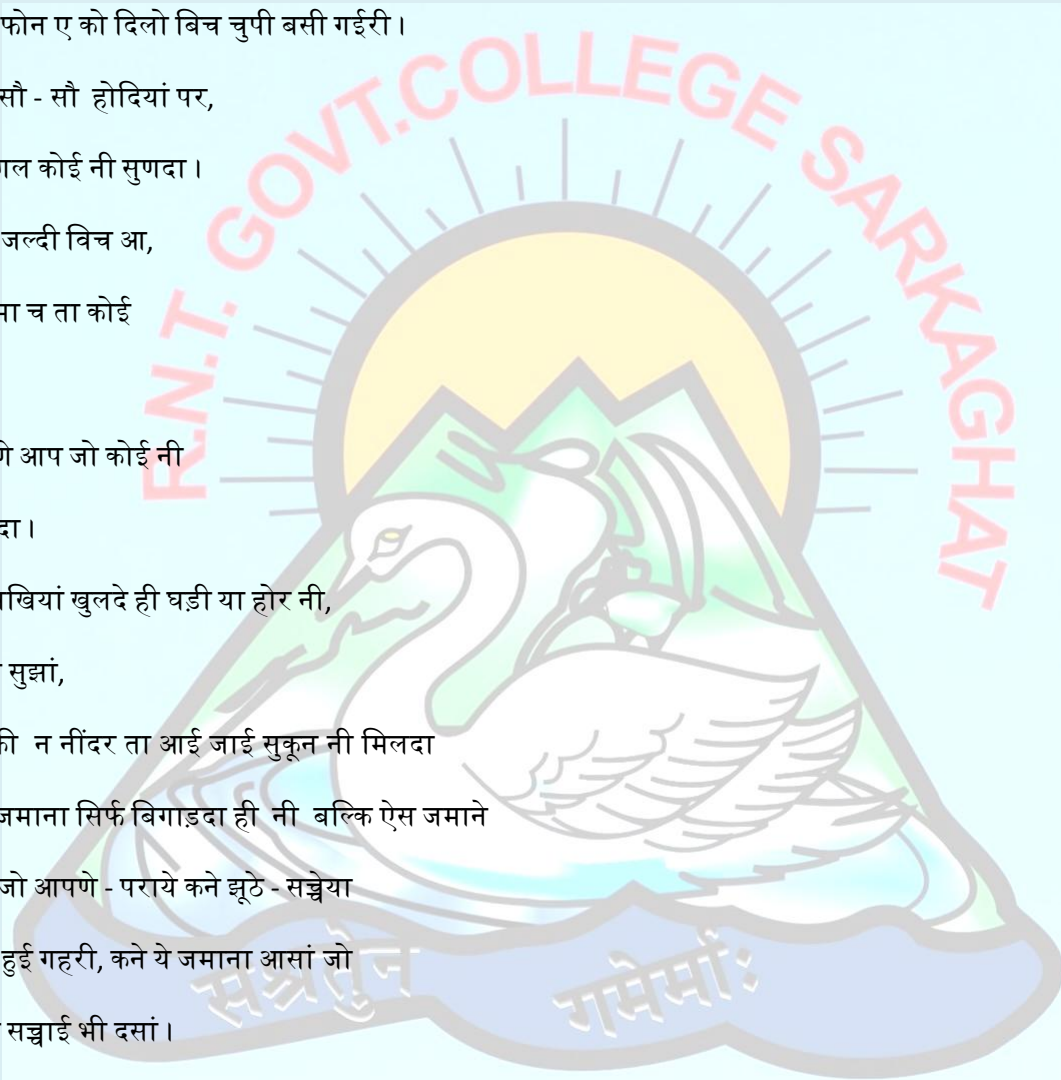
राती थकी न नींदर ता आई जाई सुकून नी मिलदा

आजका जमाना सिर्फ बिगाड़दा ही नी बल्कि ऐस जमाने

रे लोका जो आपणे - पराये कने झूठे - सच्चेया

री परख हुई गहरी, कने ये जमाना आसां जो

लोका री सच्चाई भी दसां।



5. पहाड़ा रा जीणा

लेखिका: रीतिका | रोल न.: 23POL065 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

पहाड़ा रा जीणा

पहाड़ा रा नजारा नोखा,

पहाड़ा रा माणु बांका.

देश वदेश घूमो,

हटी फिरी सबी पहाड़ ही लुबाहदे

ऊंचे देवदार शोबले केसी,

बान केसी चील कई जगे बुराह उगदे ॥

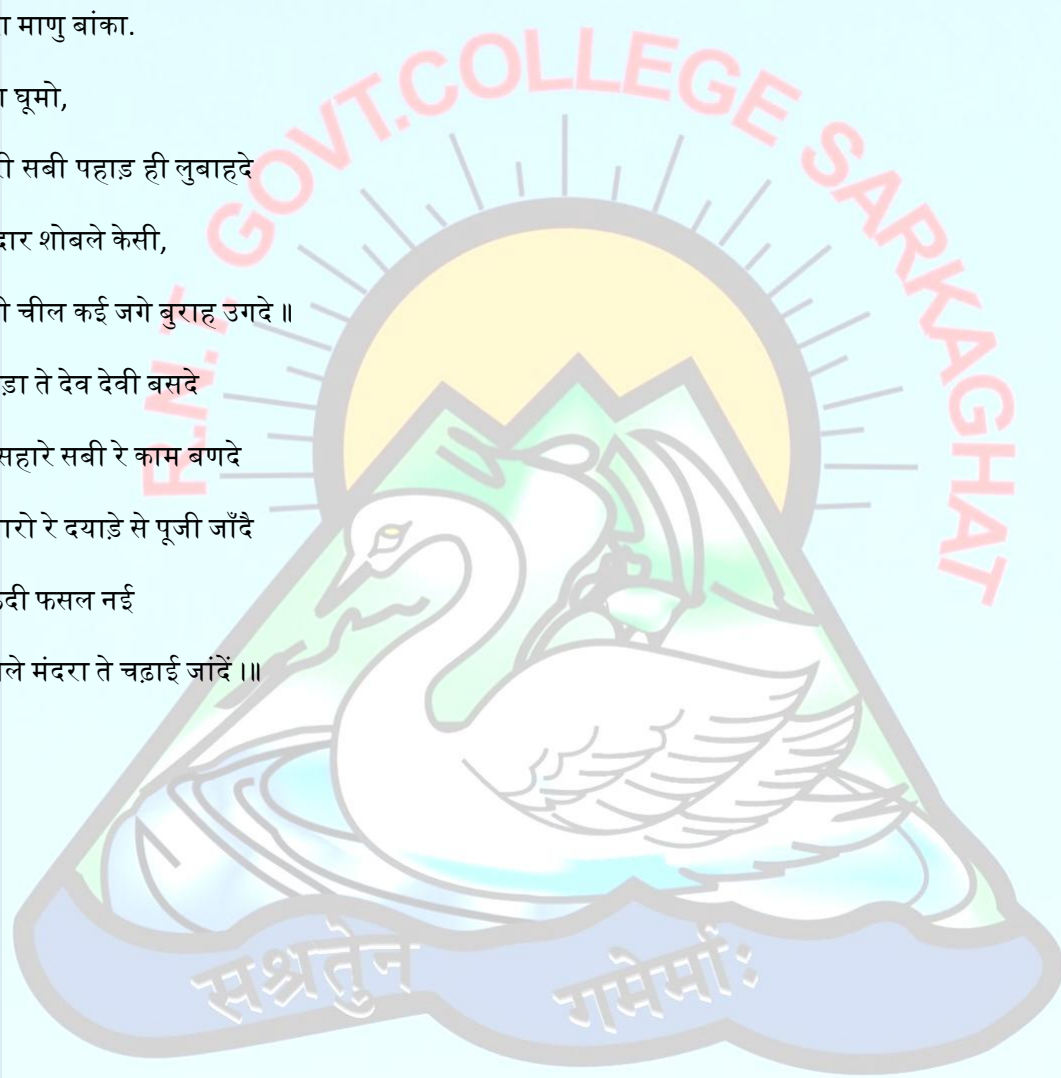
ऊंचे पहाड़ा ते देव देवी बसदे

तिना रे सहारे सबी रे काम बणदे

साजी त्यारो रे दयाड़े से पूजी जाँदै

जेवे आऊंदी फसल नई

सबी ते पैले मंदरा ते चढ़ाई जाँदै ॥॥



6. चटकुले

लेखिका: कविता | रोल न.: 23POL036 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

मास्टर जी : ओ पप्पू आज भी होमवर्क नी करी ल्याय?

पप्पू : मास्टर जी! काल बिजली गुल हुई गई री थी

मास्टर जी: ता मोमबती जलाई लेंदा

पप्पू: माचिस नी थी

मास्टर जी: माचिस का नी थी।

पप्पू: मंदरा थी रखी री।

मास्टर जी : (गुस्से में) ला ली आणी थी।

पप्पू: मास्टर जी ! न्हायी रा नी था ।

मास्टर जी : ता न्हायी लेंदा ।

पप्पू: मास्टर जी । पाणी नी था ।

मास्टर जी : पाणी कजो नी था ।

पप्पू: मोटर नी चलाई थी ।

मास्टर जी: ता चलाई लेणी थी ।

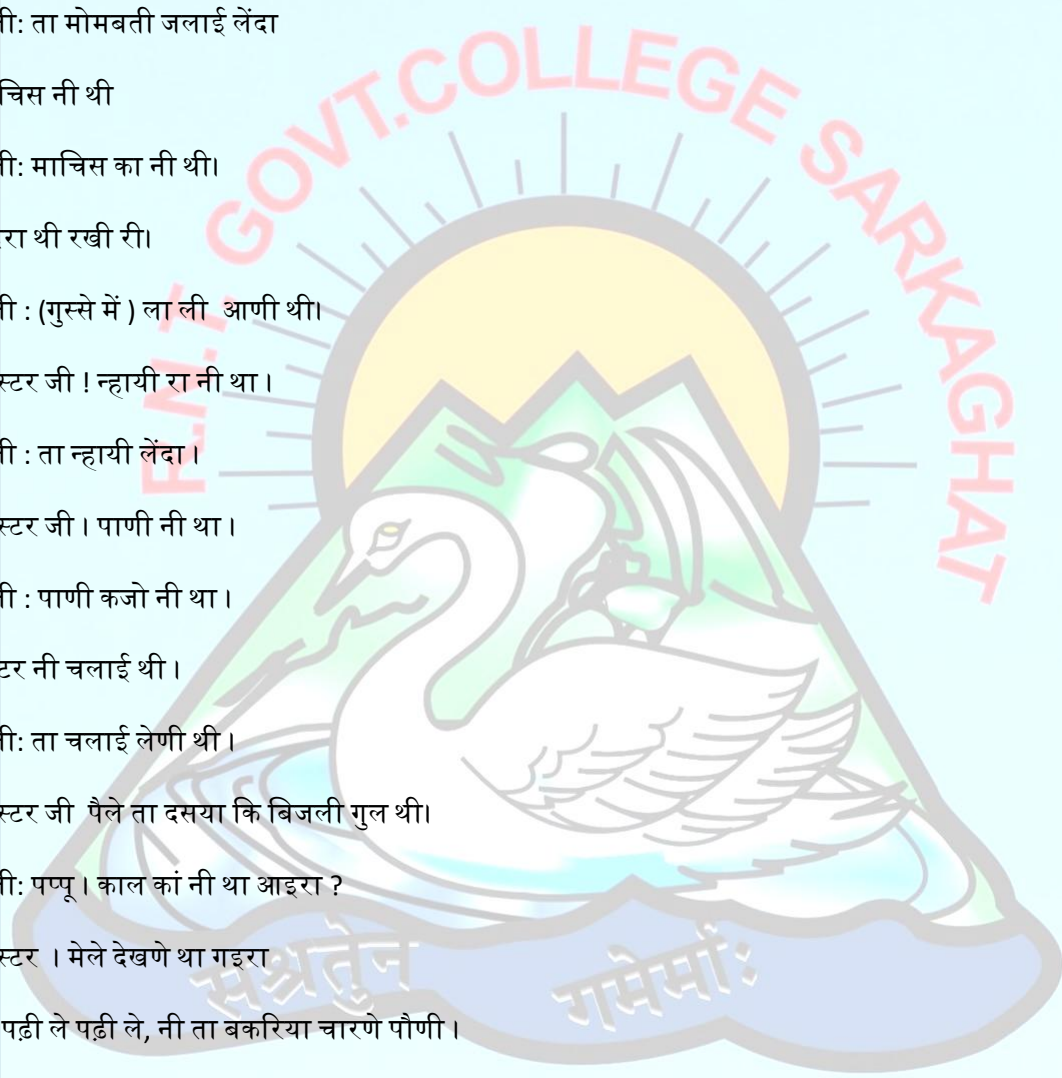
पप्पू: मास्टर जी पैले ता दसया कि बिजली गुल थी।

मास्टर जी: पप्पू । काल कां नी था आइरा ?

पप्पू: मास्टर । मेले देखणे था गइरा

मास्टर : पढी ले पढी ले, नी ता बकरिया चारणे पौणी ।

पप्पू: मास्टर जी ! बकरिया चारणे च ए मजा, कम से कम स्यो स्वाल ता नी पूहदी।



7. पहेलियाँ

लेखिका: दीक्षा | रोल न.: 23HIN023 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

"एक सींग री गाय जितना खुआओ उतणा खाए,

पाणी पीए ता मरी जाए।"

उत्तर: आग

2) चिटे, खेत, काला बीज, हाथी नी जोते, घोडा नी खिंजे।"

उत्तर: कागज़ और अक्षर।

37" हाड़ नी चाम नी, फिर भी कट्टू "

उत्तर: बिच्छू घास

8. शिवरात्रि कठे न्यूद्रा

लेखिका: दीक्षा कुमारी | रोल न.: 23POL077 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

करी ल्यो मंजूर तुसे न्युद्रा जो,
आये लोड़ी सब मंडी जात्रा जो।

शिवजी रे ब्याह रा, मंडप इथी सजणा,
रली - सिली सारेया गाणा ते नाचणा,
नवे कपड़ेया पाई सजणा ते धजणा।

रंगिली पगा बानी कने,
सजी धजी टौर लाई कने।
भूतनाथा रे आई जाणा मंदरा जो,
कुरी ल्यो मंजूर तूसे न्युद्रा जो,
आये लोड़ी सब मंडी जात्रा जो।

त्योहार शिवरात्रि इथी जे लगणा
शहर मंडी नयीं लाड़ी जेया सजणा
माधो राय जी पूजा भी करणी,
देवतेयां सभी इथी हाजरी भरणी।
जाई कने हर एक मंदरा जो,
करी ल्यो मंजूर तुसे न्युद्रा जो।

9. पहाड़ी हास्य कविता "मव्याना रे ध्याड़े"

लेखिका: नेहा देवी | रोल न.: 23HIS012 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

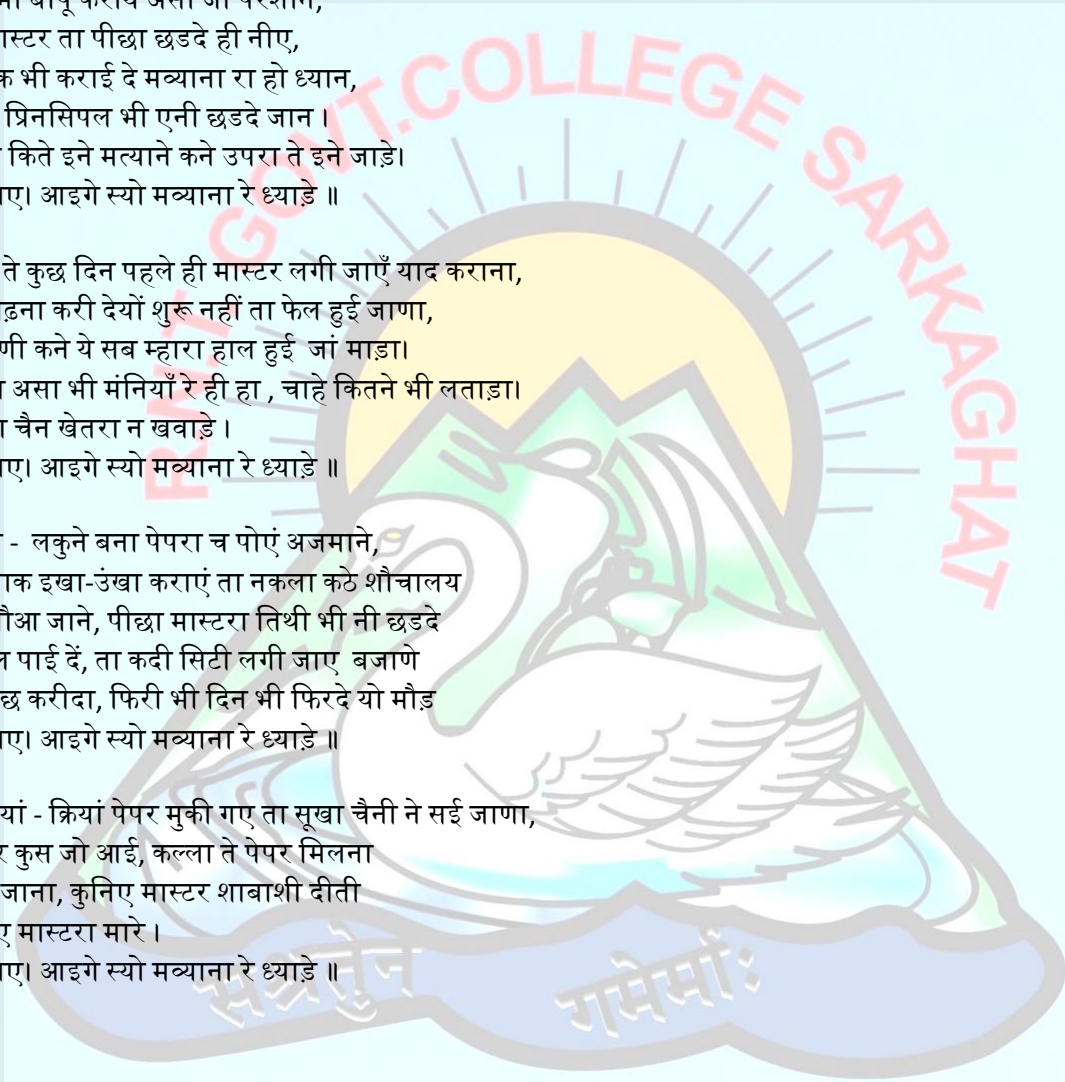
आइगे स्यो मव्याना रे ध्याड़े ।
मास्टरा जो ता खरे, पर बच्चयां जो लगायें माड़े ॥

घरा अम्मा बापू करायें असा जो परेशान,
स्कूला मास्टर ता पीछा छडदे ही नीए,
रस्ते लोक भी कराई दे मव्याना रा हो ध्यान,
उपरा ले प्रिनसिपल भी एनी छडदे जान ।
बड़े दुखी किते इने मत्याने कने उपरा ते इने जाड़े।
हाए । हाए। आइगे स्यो मव्याना रे ध्याड़े ॥

मव्याना ते कुछ दिन पहले ही मास्टर लगी जाएँ याद कराना,
हुन वा पढना करी देयों शुरू नहीं ता फेल हुई जाणा,
सुणी- सुणी कने ये सब म्हारा हाल हुई जां माड़ा।
पढना ता असा भी मंनियौं रे ही हा , चाहे कितने भी लताड़ा।
हण न ता चैन खेतरा न खवाड़े ।
हाए । हाए। आइगे स्यो मव्याना रे ध्याड़े ॥

केड़े-केड़े - लकुने बना पेपरा च पोएं अजमाने,
तांक - झाक इखा-उंखा कराएं ता नकला कठे शौचालय
खा भी पौआ जाने, पीछा मास्टरा तिथी भी नी छडदे
कदी हाल पाई दें, ता कदी सिटी लगी जाए बजाणे
बथेरा कुछ करीदा, फिरी भी दिन भी फिरदे यो मौड़
हाए । हाए। आइगे स्यो मव्याना रे ध्याड़े ॥

चलों जियां - क्रियां पेपर मुकी गए ता सूखा चैनी ने सई जाणा,
पर निंदर कुस जो आई, कल्ला ते पेपर मिलना
शुरू हुई जाना, कुनिए मास्टर शाबाशी दीती
ता कुनिए मास्टरा मारे ।
हाए । हाए। आइगे स्यो मव्याना रे ध्याड़े ॥



10. माहरा हिमाचल

लेखिका: प्रिया देवी | रोल न.: 23MUS002 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

बड़ा छैल बड़ा सुनखा

माहरा हिमाचल माहरा हिमाचल

देवी-देवता बसदे इथी रिवाज बड़े निराले इथी.

छम- छम करा ई नदिया वणा चं झुलंदे चिला रे 'डालू।

पहाड़ा री बर्फ बड़ी प्यारी देखणे आंऊदी दुनिया सारी,

सेब आडू ते अखरोट भी लग दे, राजमाह आलू भी पीछे नी हट्दे।

पाहड़ी टोपी कुल्लू री शान, बड़ा छैल चंबे रा रूमाल,

पाहड़ी गभरू बड़े कमाल, फौजा च रखदे सीना तान।

भरमौरे च लगदे शिवा रे मेले, मणिमहेशा जाई नचदे चले,

मण्डीया च हुन्दी शिवरात्र, लोंकी मिली जात्र।

11. माँ

लेखिका: अंजलि ठाकुर | रोल न.: 25HIS008 | कक्षा: बी. ए. प्रथम वर्ष

ममता जदु साकार हुन्दी तां गले लाई मुस्कुरान्दी माँ

सुखा रे सुपने दिकखदी - 2 सुपनया बिच डूबी जाई माँ

आप्पू सौगी सिन्ने ने लाई ने बच्चया जो सुआन्दी माँ।

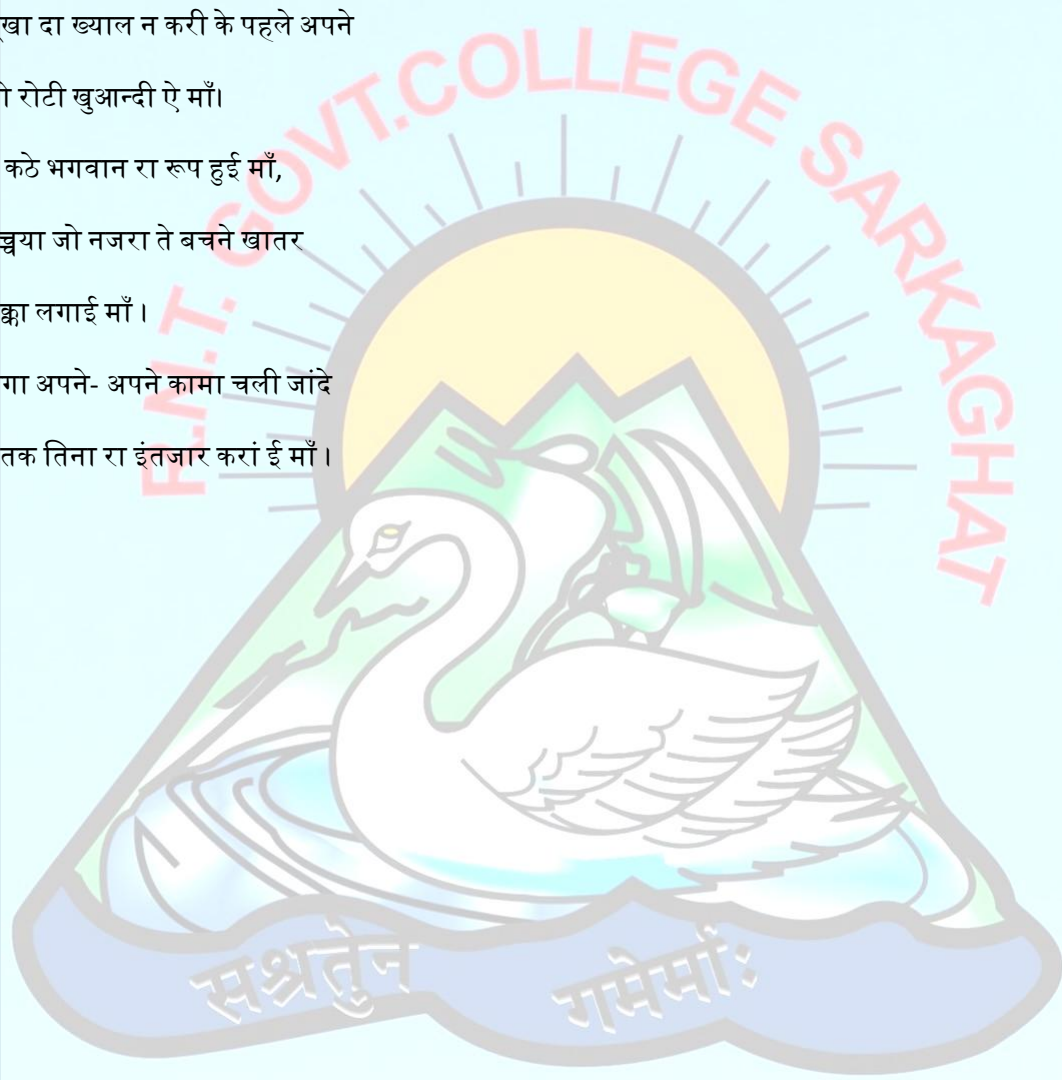
खरा - 2 बस बच्चया खातर, आप्पू सुक्का खुआन्दी माँ।

नुहाई धुआई कने, बुरी नजरा कठे काला टिक्का लुआँदी माँ।

12. माँ दी ममता

लेखिका: सानिया | रोल न.: 25HIS020 | कक्षा: बी. ए. प्रथम वर्ष

ममता हा एहसास दिलांदी ऐ माँ,
बच्चया दे सुख-दुख च शामिल हुदी ऐ माँ,
अपनी भूखा दा ख्याल न करी के पहले अपने
बच्चया जो रोटी खुआन्दी ऐ माँ।
बच्चया दे कठे भगवान रा रूप हुई माँ,
आपणे बच्चया जो नजरा ते बचने खातर
काला टिक्का लगाई माँ।
बच्चे भयागा अपने- अपने कामा चली जांदे
ता संझा तक तिना रा इंतजार करां ई माँ।



13. बजुर्गा री सीख

लेखिका: सानिया शर्मा | रोल न.: 24MUS004 | कक्षा: बी. ए. द्वितीय वर्ष

आसा रे बजुर्ग हूँदै बड्डे ही काबिल

तिन्हा जो हुंदा तजुर्वा जिन्दगी दा

सेही तजुरुवा तिन्हा अगे जो सिखाणा

आसा कन्ने आपणी आप बीती सुणाणा ॥

बजुर्ग हुन्दे खजाना संघर्ष रा

जिवणा रे जजबे रा सौगी बाटा रे पथरा रा

सारी जिन्दगी आपणी गरीबी च बिताई

छलिया कन्ने छाह पीती कन्ने

भूख आपणी मटाई ॥

खेतरा काम कमाई कन्ने धान कोदरा बाई कन्ने

खिंद, खंदोलु च

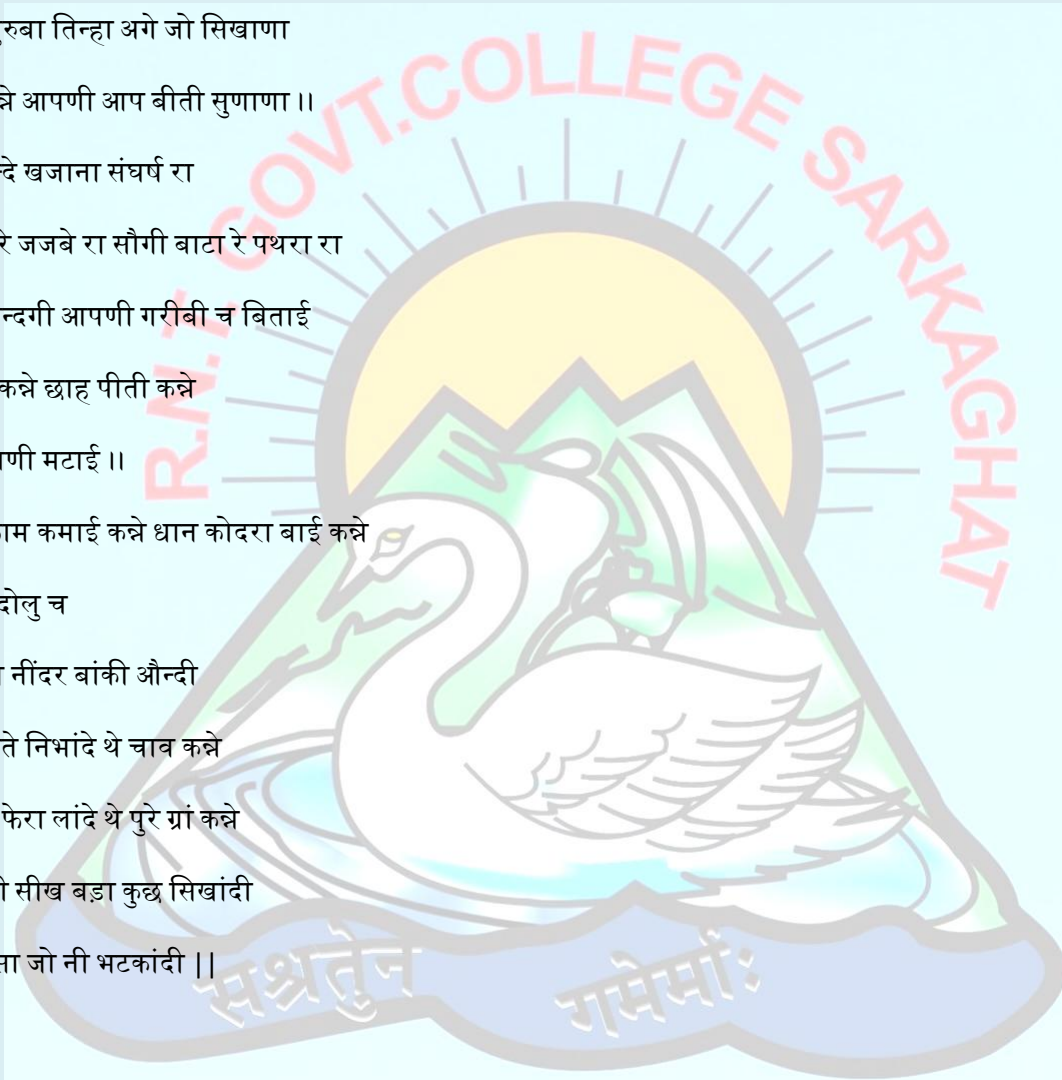
सौई कन्ने नींदर बांकी औन्दी

रिश्ते नाते निभांदे थे चाव कन्ने

नाटी रा फेरा लांदे थे पुरे गां कन्ने

बुजुर्गा री सीख बडा कुछ सिखांदी

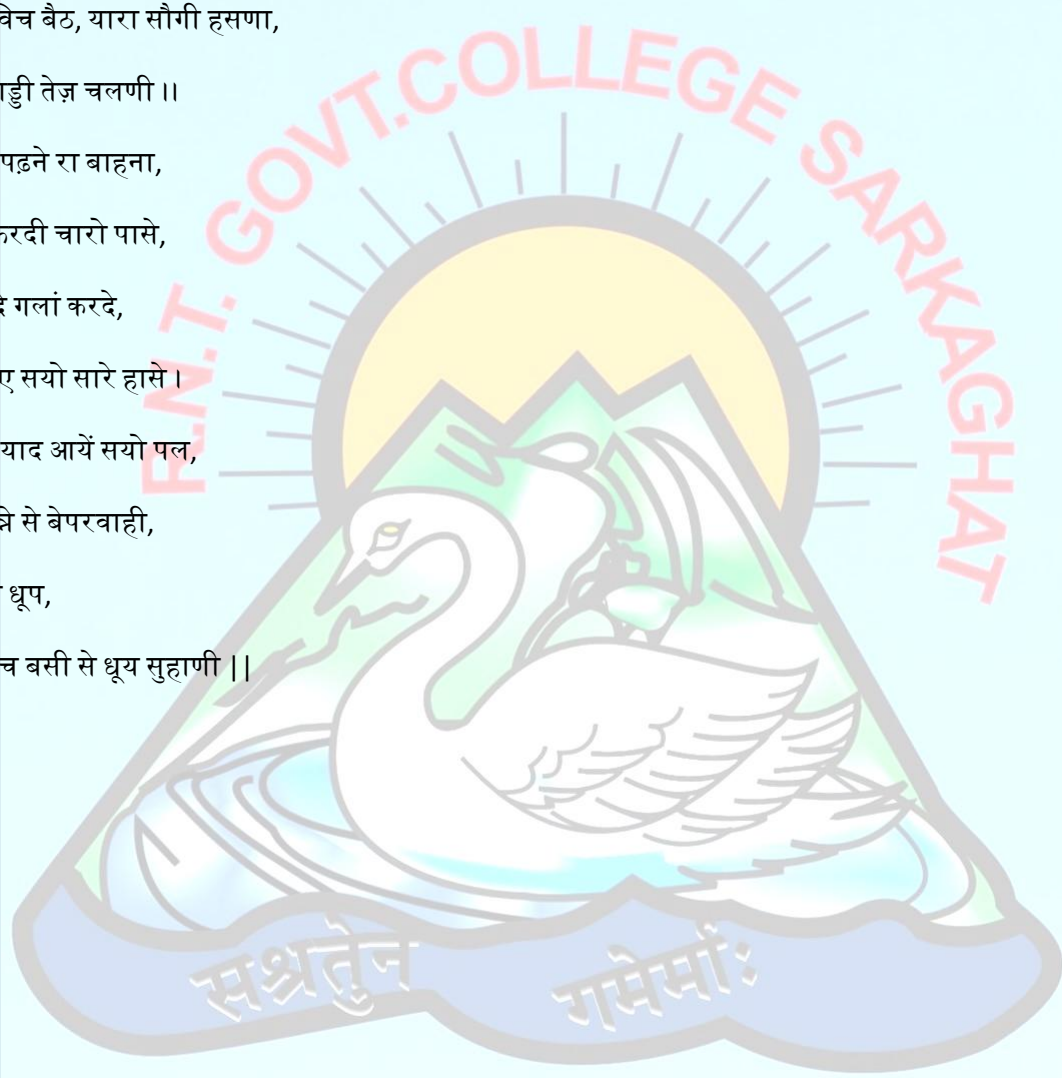
कदी आसा जो नी भटकांदी ॥



14. कौलजा रे ग्राउंड री धूप

लेखिका: साइना राणा | रोल न.: 24MUS002 | कक्षा: बी. ए. द्वितीय वर्ष

कौलजा रे सयो दिना री गलां,
धूप लगदी बडी सुहाणी,
ग्राउंडा विच बैठ, यारा सौगी हसणा,
वक्त री गड्डी तेज़ चलणी ॥
किताबा पढने रा बाहना,
नजरां फिरदी चारो पासे,
धूप सेकदे गलां करदे,
गुजरी गए सयो सारे हासे ।
आज भी याद आयें सयो पल,
मस्ती कन्ने से बेपरवाही,
ग्राउंड री धूप,
दिला विच बसी से धूप सुहाणी ॥



15. डर

लेखिका: रक्षा | रोल न.: 24POL024 | कक्षा: बी. ए. द्वितीय वर्ष

सर्दियाँ च रेआं जुखामा रा डर,
विद्यार्थी जो रेआं इम्तिहाना रा डर,
कंजूस जो रेआं मेहमाना रा डर,
बच्चया जो रेआं मम्मी- पापे रा डर,
कमजोरा जो रेआं पहलवाना रा डर,
रोगी जो रेआं शमशानां रा डर,
कंडक्टरा जो रेआं चलाना रा डर,
सज्जना जो रेआं अपमाना रा डर,
पर मिजों रेआं भगवाना रा डर।

16. मेरा स्कूल

लेखिका: सुनीता | रोल न.: 24BCM009 | कक्षा: बी. कॉम. द्वितीय वर्ष

मेरा स्कूल, पहाड़ा बिच,
सुंदर लगा आ
बुयागा- बयागा बच्चे सब,
खेलदे- खेलदे आएँ।
घंटी बजा ई ताली जे
सारे लाइना च खड़ी जाएँ
गुरु जी प्यारा ने पढांदे जाएँ,
ज्ञाना रे दीप जलादे जाएँ।
दोस्ता री मिठी गलां,
आंगने च गूंजी जाई,
मेरा स्कूल प्यारा लगाँ
दिला जो खुशियां ने भरने लगाँ।

17. पहाड़ा दा जीणा: सादगी ते सुकून री गाथा

लेखिका: भारती | रोल न.: 23POL023 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

पहाड़ा दा जीणा बड़ा ही न्यारा होंदा ऐ। मंडी ते आसपास दे पहाड़ी इलाक्यां च लोग सादा, सच्चा ते मेहनती जीवन जींदे ने। इथे सुबह सूरज री किरणां नाल दिन चढ़दा ऐ ते शाम ढलदे ही ठंडी हवा मन ने सुकून दिन्दी ऐ।

पहाड़ा च जिंदगी आसान नी होंदी। खड़ी चढ़ाइयाँ, दूर-दूर बसे गाँव ते रोजमर्रा दे काम – सब कुछ मेहनत मांगदा ऐ। लोग खेती-बाड़ी, पशुपालन ते छोटे-मोटे कामा नाल आपणा गुजारा करदे ने। पर मुश्किलों दे बाबजूद, पहाड़ी लोग हमेशा हँसदे मुस्करांदे रहेदे ने।

मंडयाली बोली, लोकगीत ते त्योहार इथों दी असली पहचान ने। शादी-ब्याह, मेले-त्योहारां च सारे गाँव वाले इकट्ठे होके खुशियां मनांदे ने। आपसी प्यार ते भाईचारा पहाड़ी जीवन री सबसे बड़ी ताकत ऐ। पहाड़ सिर्फ जगह नी, बल्कि एक एहसास ऐ जिये दिल थे सच्ची शांति मिलदी ऐ।

18. मेरे पहाड़

लेखिका: कल्पना कुमारी | रोल न.: 23HIS008 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

ऊँची-ऊँची धारे बर्फा री चादर,
ठंडा-ठंडा पाणी, अपनाई आदर।
देवते रा डेरा, ओ मेरी माई,
पहाड़ा री हवा, कसमे खाई ॥

चुल्हे री रोटी, मक्की ने घ्यू,
कुण भूला इभी, पहाड़ा रे सेड।
डाली डाली फूला री, पंखुओं री बोली,
खेला ही इथी सारी मिली, खेला एं प्यारा ने होली ॥

दूर जाणे दिल नी मानदा,
पहाड़ा रा प्यार सारा जग जाणदा।
अपणी ये धरती स्वर्गा ते प्यारी
जय हो हिमाचल, दुनिया न्यारी ॥

19.बेटी पढ़ाणी बेटी बचाणी

लेखिका: डॉ. बनीता | सहायक प्रोफेसर | संगीत विभाग

बेटियां तां हुन्दियां घरा रिया शान,
इना रा करा लोको तुसे सम्मान ॥
पता नी कजो लोक कोखा च मारी दिंदै,
पता नी कां इनां जो दुनिया च औण दिंदै ॥
बेटियां तां हुन्दियां इक वरदान,
इना रा करो लोको सम्मान ॥
बेटियां तां रखदियां सबदा ख्याल,
इनां ने हुदा ए पूरा परिवार ॥
बेटियां तां करदिया सबी ने प्यार,
इना रा करा लोको सम्मान ॥
बेटी असां हुण खूब पढ़ाणी,
छड़ी देणी असां सोच पुराणी ॥
ताई ता वनणा देश महान,
इना रा करा लोको सम्मान ॥

20.आज हाँऊ कुछ नी लिखी पाई

लेखिका: शिवानी कुमारी | रोल न.: 25MAPOL014 | कक्षा: एम. ए. द्वितीय सेमेस्टर

आज हाँऊ कुछ नी लिखी पाई
कोई कविता नी बनाई पाई
मंडयाली कविता कटठे चाहिए खूब फ्याडे
सोचा तुसे सारी रात कने दिन दहयाडे
शब्दया ता लाई री थी लैणी अंगडाई
पर हाऊ तिहो समेटी नी पाई
शब्द लगी रे थे मेरी सोचा मंझ आऊदे जादे
मेरे मना जो लगी है थे लुभान्दे
पर हाँऊ तिन्हां जो संजोई नी पाई
तेवे हाँऊ कविता लिखी नी पाई
मंजो आपु पर शर्म आई
हाँऊ शब्दों पकड़ी नी पाई
सिर धुमया होश थी गवाई
पर हाँऊ कविता बनाई नी पाई ।

21. पहाड़ी कविता

लेखिका: वंदना देवी | रोल न.: 24HIN009 | कक्षा: बी. ए. द्वितीय वर्ष

आज दा बच्चा बड़ा बेमिसाल

सारा गुगल दा कमाल

लिखना भी नी पोन्दा

हूँ कोई भी सवाल

सारा गुगल दा कमाल

बच्चा बड़ा बोमसाल

दिमाग च असर इन्हें पाया

हूँ न कर पाया यसरा इस्तमाल

से जे इस बिच फसी गया

हुन नई निकली सकदा

गुगल भाई रा ता एहि जाल है।

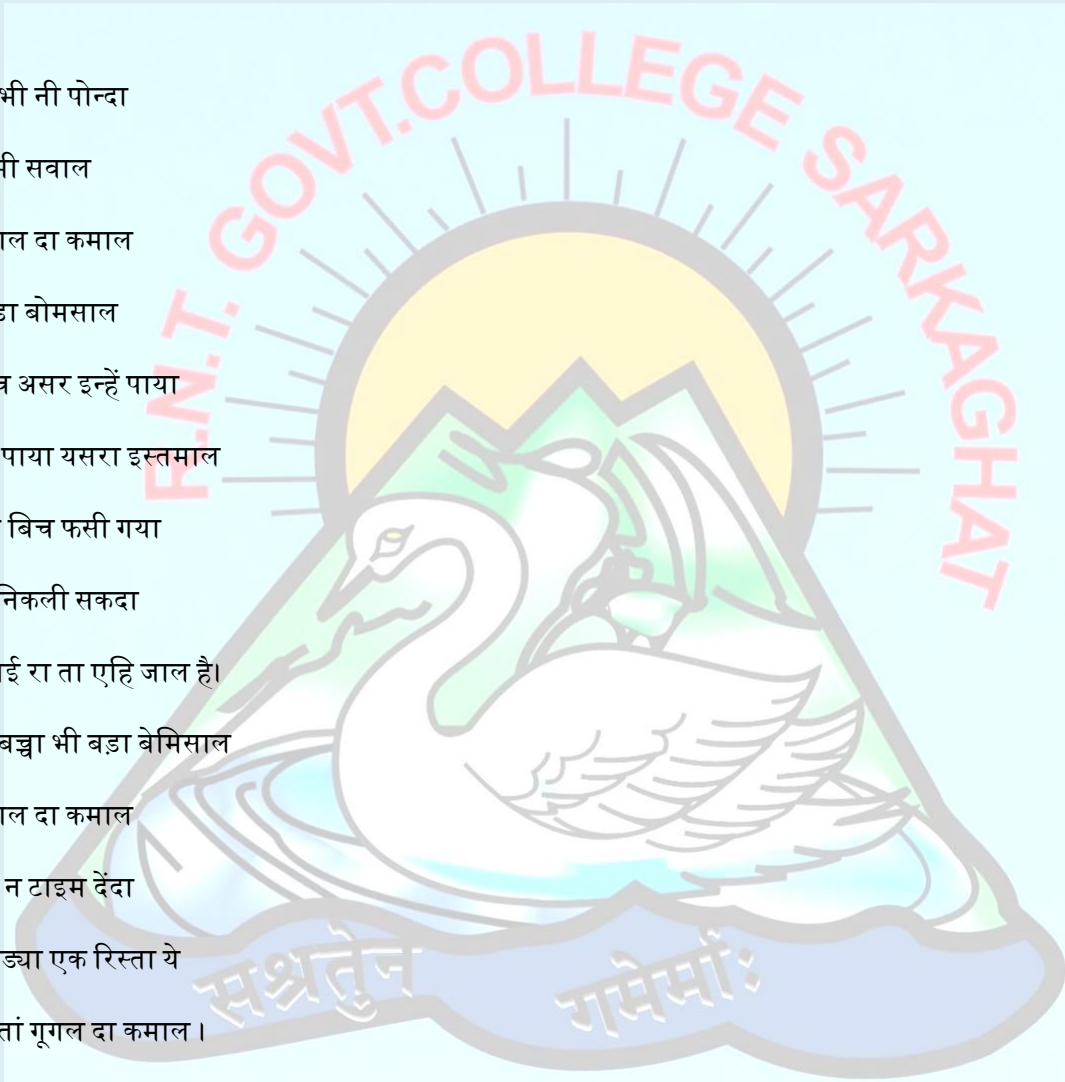
आज रा बच्चा भी बड़ा बेमिसाल

सारा गुगल दा कमाल

घरे कोई न टाइम देंदा

इसने जोड़्या एक रिस्ता ये

ये सारा तां गुगल दा कमाल ।



22.पहाड़ों के वीर

लेखिका: दिशा कौंडल | रोल न.: 24HIN008 | कक्षा: बी. ए. द्वितीय वर्ष

पहाड़ा दी खामोशी, बर्फ दी चादर,

नदियाँ दा सोर, हवा दी सरसराहट के साथ ।

हर घाटी बिच गूँजे वीरा दी गाथा,

देश दो खातिर, दे दि ते प्राण आपा ॥

वीर लाल ते, ठाकुर दीन चंद,

कुर्बानी दी मिसाल, साहस नाल भंड ।

हर गाओ, हर स्कूल, हर ऊँचा पहाड़,

उन्हा दी शौर्य गाथा, सदियों तक रहे साथ ॥

ते कैप्टन विक्रम बत्रा, पालमपुर दा शेर,

वीरा दी कुर्बानी नाल सजी, धरती दी रीती ।

देशभक्ति, वीरता, हिमाचल दी शान,

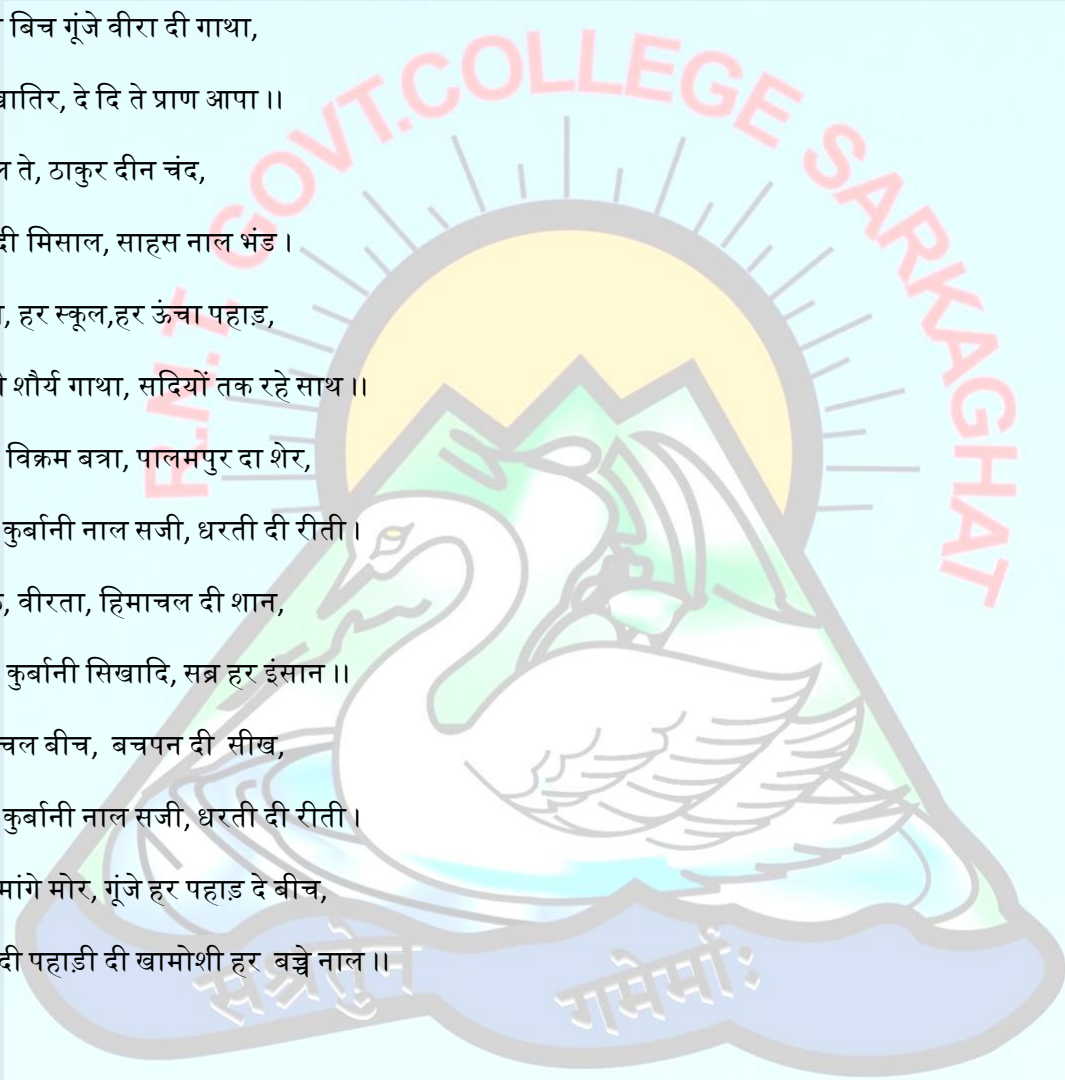
उन्हा दी कुर्बानी सिखादि, सब्र हर इंसान ॥

माँ दे आँचल बीच, बचपन दी सीख,

वीरा दी कुर्बानी नाल सजी, धरती दी रीती ।

ये दिल मांगे मोर, गूँजे हर पहाड़ दे बीच,

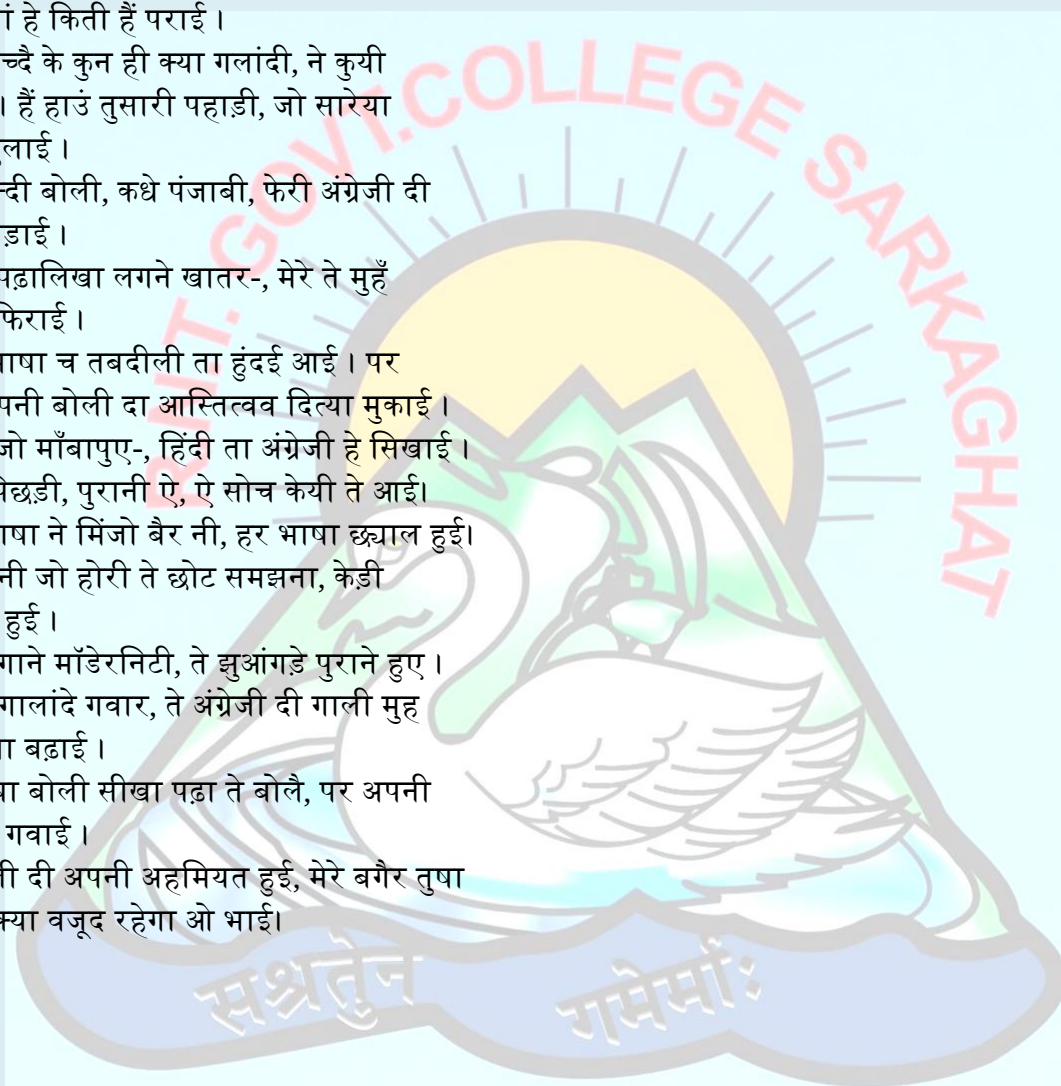
सुनाई देदी पहाड़ी दी खामोशी हर बच्चे नाल ॥



23. अंसारी बोली" पहाड़ी" दी पुकार

लेखिका: दीक्षा रानी | रोल न.: 24HIN010 | कक्षा: बी. ए. द्वितीय वर्ष

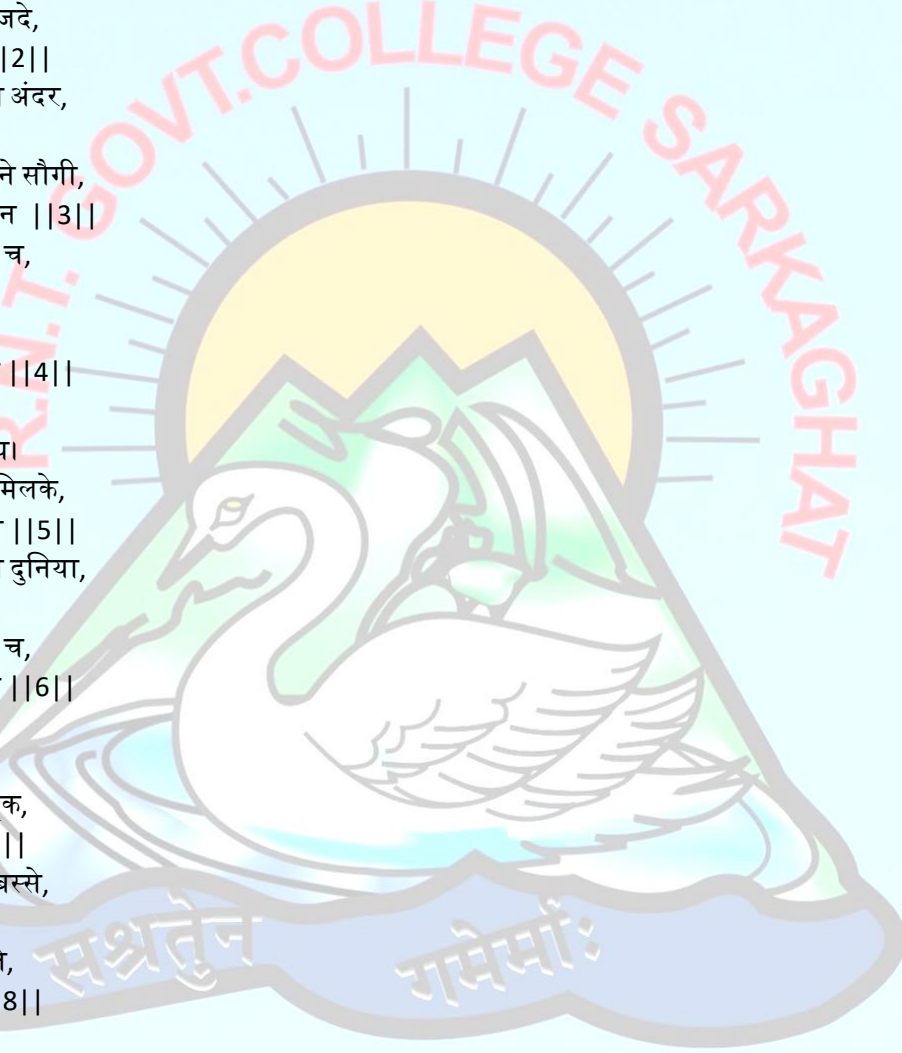
एड़ी क्या गुस्ताखी क्या किती मैं बुराई पढ़े
लिखदे तां थे नी, बोलने गलाने ते भी गवाई।
एड़ी केड़ी खता हुई मेरे ते ओ, जे मेरे
आपणेयां हे किती हैं पराई।
क्या सोचदै के कुन ही क्या गलांदी, ने कुरी
ते आई। हैं हाउं तुसारी पहाड़ी, जो सारेया
दिति भुलाई।
कधे हिन्दी बोली, कधे पंजाबी, फेरी अंग्रेजी दी
किती बड़ाई।
ज्यादा पढ़ालिखा लगने खातर-, मेरे ते मुहँ
दित्या फिराई।
बोली भाषा च तबदीली ता हुंदई आई। पर
आस अपनी बोली दा आस्तित्वव दित्या मुकाई।
बचयां जो माँबापुए-, हिंदी ता अंग्रेजी हे सिखाई।
ए ता पिछड़ी, पुरानी ऐ, ऐ सोच केयी ते आई।
केशी भाषा ने मिंजो बैर नी, हर भाषा छयाल हुई।
पर अपनी जो होरी ते छोट समझना, केड़ी
दी रीत हुई।
अंग्रेजी गाने मॉडरनिटी, ते झुआंगड़े पुराने हुए।
पहाड़ी गालांदे गवार, ते अंग्रेजी दी गाली मुह
दी शोभा बड़ाई।
हर भाषा बोली सीखा पढ़ा ते बोलै, पर अपनी
मत देदें गवाई।
हर बोली दी अपनी अहमियत हुई, मेरे बगैर तुषा
दा भी क्या वजूद रहेगा ओ भाई।



24. मंडी रा संगीत

लेखक: आयुष सूर्या | रोल न.: 23MUS001 | कक्षा: बी. ए. तृतीय वर्ष

मंडी धरती सुहणी लागे,
पहाड़ों बीच बसी पहचान,
नदियां दी सरसर धुन च,
संगीत बने आल्मा की जान ||1||
पुरखा रे दिलां च गीत गूंजदे,
देवते रे दरबारां च।
ढोल-नगाड़े, करनाल बाजदे,
भक्ति दे सच्चे प्यारां च ||2||
भूतनाथ मंदिर दे आंगणा अंदर,
भजनां री मीठी तान।
लोक गाथा कने नाटिया ने सौगी,
खुश हो जांदा सारा जहान ||3||
मेले - त्योहारों री रौनक च,
गांवां च लगदा मेल।
नाटी- पांदे हसदे- गांदे,
भुली जदि हर इक झमेल ||4||
खास कर के जंदु आवां,
मण्डी शिवरात्रि दा समय।
देव संस्कृति कने संगीत मिलके,
भरी दे लोकां च नवां दम ||5||
पर समय के सौगी बदली दुनिया,
बदली लोकां दी चाल।
मोबाइल, इंटरनेट रे युग च,
नवे गीतां दी होई धमाल ||6||
डीजे री तेज आवाज च,
ढोलक री धुन दब जांदी।
पुराणे लोक गीतां री महक,
हौले हौले घट जांदी ||7||
फेरी भी मंडी दी कह च बस्से,
संगीत पुरखां दा प्यार
जंदु भी नाटी री धुन बजे,
झूम उठा सारा संसार ||8||
तांऐं आसा रा फर्ज बनां,
संभालिए अपनी पहचान।
आधुनिकता कने कदम मिलाइके,
लोक संगीत रखिए महान ||9||
मंडी दी धरती गूंजे फेरी,
पुराणे सुरां दी शान।
संगीत बने सेतु संस्कृति दा,
जोडे अतीत कने वर्तमान ||10||



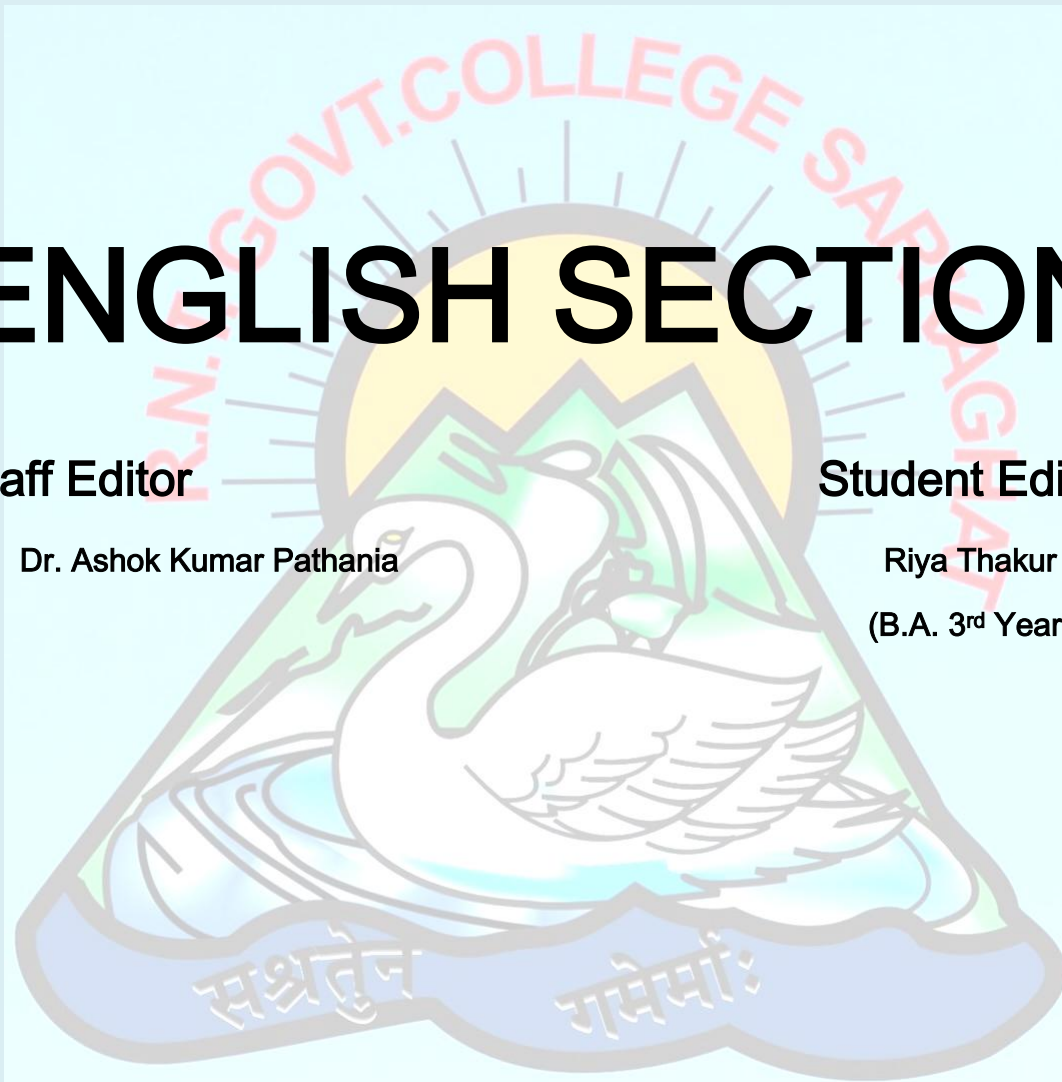
ENGLISH SECTION

Staff Editor

Dr. Ashok Kumar Pathania

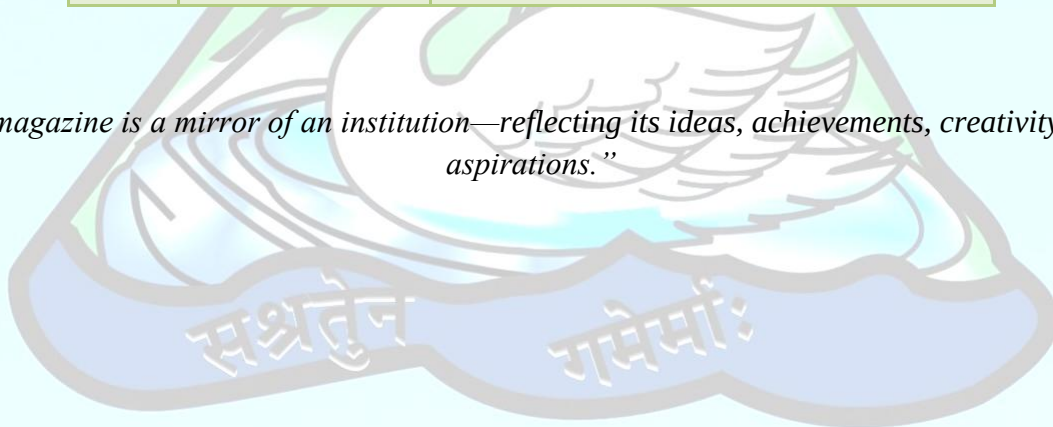
Student Editor

Riya Thakur
(B.A. 3rd Year)



Sr. No.	Name	Content
1	Dr. Ashok Kumar Pathania	Editor
2	Riya Thakur	Student Editor
3	Riya Thakur	Local Geet of Mandi
4	Khushboo	Beauty of Nature
5	Ashish rana	Social Media
6		Malaise(Misgovernance)
7	Vanshita	Patriotism-Love for the Nation
8	Diksha	Stopping by woods on a showy Evening
9	Anchal	Impact of Social Media on Teenagers
10	Diya Thakur	The spirit of Nationalism
11	Sakshi Sharma	The Sun Rises in the East
12	Shiya	Chidnu- A living tradition of Himalaya's Cultural
13	Anchal	Newspaper Article writing
14	Sammi Devi	Are Degrees enough?
15	Manjul	Himachal Pradesh
16	Ishu	The Silence Pressure
17	Saniya Sharma	The Power of Youth in Shaping the Future
18	Palak Thakur	The Evolution of storytelling in the Digital Era
19	Tamanna	A Girl: Strength, Dreams and Identity
20	Shubham	Why Time management is the Superpower
21	Krtika Sharma	Don't Quit
22	Ujwal Kaundal	Power of Positive Thinking
23	Ayush	Importance of Discipline in Life
24	Shubham Bharwal	Power of Positive Thinking
25	Shivani Khan	Education System in India
26	Abhishek	Environmental: Our Responsibility and Future

“A magazine is a mirror of an institution—reflecting its ideas, achievements, creativity and aspirations.”



Editor's Message

Dear Readers,

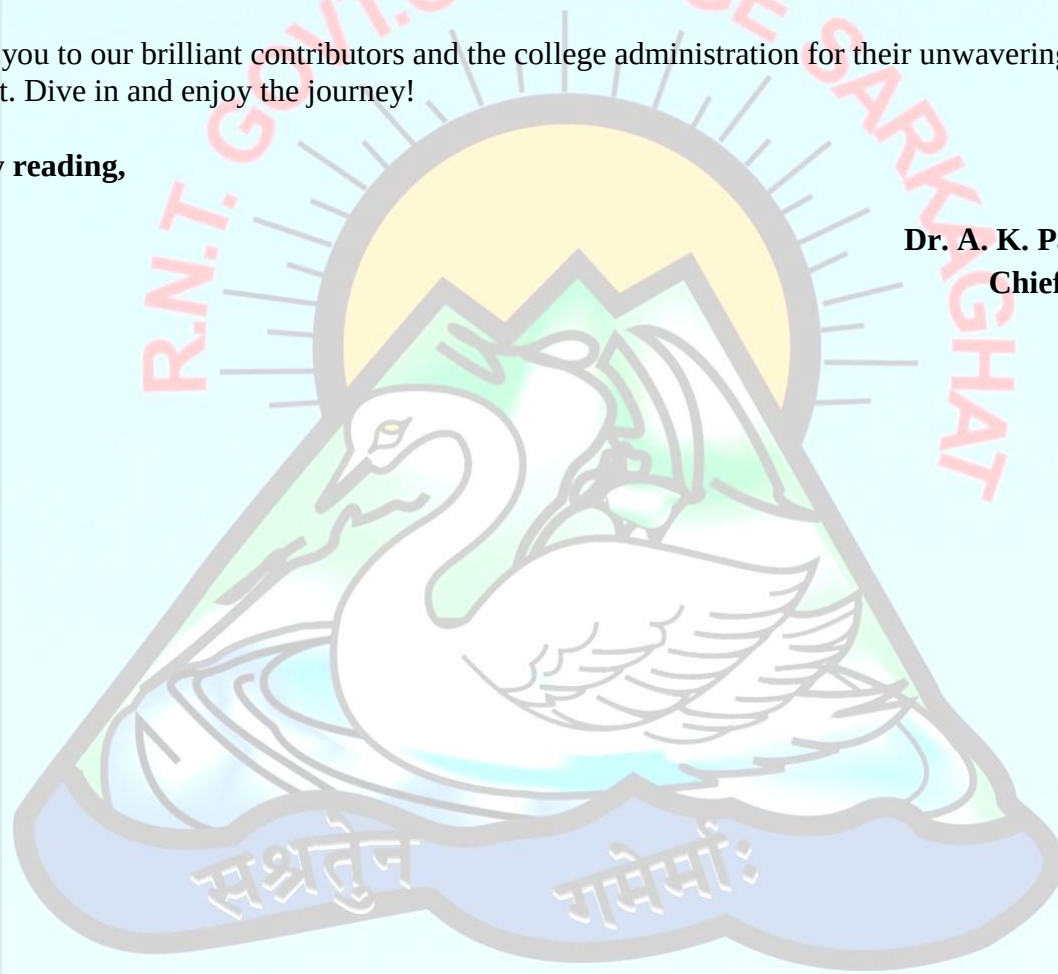
Welcome to the latest edition of *Sarasi*, the vibrant literary canvas of Rabindranath Tagore Govt. College, Sarkaghat.

This magazine is a celebration of our students' boundless creativity, intellectual curiosity, and diverse perspectives. Through compelling articles, poetry, and art, *Sarasi* mirrors the dynamic spirit of our academic institution. As editors, curating these profound expressions has been a true privilege. We hope these pages inspire you, spark meaningful conversations, and foster a deeper love for literature and self-expression.

Thank you to our brilliant contributors and the college administration for their unwavering support. Dive in and enjoy the journey!

Happy reading,

Dr. A. K. Pathania
Chief Editor



Student Editor



It gives us immense pleasure to present the English section of SARSI, the annual college magazine of RNT Government College, Sarkaghat, for the academic session 2025–26. This section is a reflection of the thoughts, creativity, aspirations and experiences of the students who have contributed to making this edition a meaningful expression of campus life.

A college magazine is much more than a collection of writings. It is a platform where young minds find a voice. Through poems, articles, essays, stories, reflections and creative compositions, students have shared their perspectives on life, society, nature, education and the world around them. Every contribution represents an individual's imagination and, at the same time, becomes a part of our collective identity as a college community.

The present generation is growing up in a rapidly changing world shaped by technology, social media, artificial intelligence and unprecedented access to information. While these developments have opened new avenues for learning and creativity, they have also reminded us of the importance of critical thinking, empathy, integrity and responsible citizenship. Education, therefore, must enable us not only to succeed professionally but also to understand our responsibilities towards society and the environment.

Our college has always encouraged students to look beyond textbooks and examinations and participate actively in literary, cultural, academic and extracurricular activities. Such experiences help us discover our talents, develop confidence and learn the values of cooperation and leadership. SARSI carries forward this spirit by providing students with a space to express themselves freely and creatively.

The English section also celebrates the power of language. English enables us to connect with ideas and people across geographical and cultural boundaries. Yet, true expression is not about using complicated words; it is about communicating thoughts with clarity, honesty and imagination. The writings presented here demonstrate that our students possess not only academic potential but also a rich creative spirit.

We extend our heartfelt gratitude to the respected Principal, members of the faculty, editorial committee and all those who have guided and encouraged us throughout the preparation of this magazine. We are equally grateful to every student contributor whose enthusiasm and creativity have enriched these pages.

We invite you to turn these pages with an open mind and an appreciative heart. Perhaps somewhere among these words, you will find a thought that resonates with you, an idea that inspires you, or a dream that reminds you of your own aspirations.

Riya
BA 3rd Year

1. The Soulful Local Geet of Mandi, Himachal Pradesh

Author: Riya Thakur | Roll No.: 24ENG012 | Class: B.A. 3rd Year

Himachal Pradesh is not only known as the "Dev Bhoomi" (land of gods), but also as a land of rich folk music and traditions. In this cultural treasure, the local geet (folk songs) of Mandi district hold a special place. These songs echo in the valleys, on village paths, and during every festival and celebration, keeping the heritage of the region alive.

Language and Style

Most local geet of Mandi are sung in the regional dialect Mandiyali. The language is simple, musical, and close to the speech of common people, so everyone can understand and join in.

Key features of Mandi's local geet are:

- Simple, rhythmic, and easy-to-remember words.
- Themes drawn from daily life, nature, love, devotion, and local legends.
- Usually sung in groups—by women, men, and sometimes children.
- Accompanied by traditional instruments like dhol, nagara, shehnai, damru, narsingha, and karnal.
- Often performed with folk dances like Nati.

Because of these features, local geet are not just songs; they are like living stories of the people of Mandi.

Types of Local Geet in Mandi

Mandi has many different types of folk songs, each connected with a particular occasion or emotion:

- Marriage and Suhaag Geet: Sung during weddings, especially by women on the bride's side. They talk about the happiness of marriage, but also the poignant sadness of a daughter leaving her parents' home. Through these songs, we see the love, care, and emotional bonds of the family.
- Jhoori (Jhoori / Jhooriya) Songs: Light, playful songs related to love, teasing, and romance. Young men and women sing them during fairs, in fields, or at gatherings. The tone is often humorous and full of youthful energy.
- Devotional and Dev Geet: Mandi is sometimes called "Chhoti Kashi" because of its many ancient temples and deities. During religious fairs, dev-yatras, and festivals, special songs are sung in praise of gods and goddesses. These devotional geet reflect deep faith and spiritual connection.
- Seasonal and Agricultural Songs: Linked to sowing, harvesting, and varying seasons. When farmers work in the fields or celebrate a good crop, they sing together. Such songs highlight the close, reverent relationship between the people of Mandi and nature.
- Songs for Folk Dances (Nati Geet): The famous folk dance Nati is performed in Mandi and other parts of Himachal. The songs sung during Nati describe bravery, love stories, local heroes, and folklore. People stand in a circle, hold hands, and dance gently to the rhythm of these geet.

Special Role of Local Geet

Local geet of Mandi are not just for entertainment; they bind the community together:

- At weddings, festivals, house-warming ceremonies, and village gatherings, people sit together and sing. Old and young, men and women—everyone participates, fostering unity and mutual understanding.

- Through the lyrics of these songs, elders pass down moral values, traditions, and lessons to the younger generation. In this way, folk songs serve as a natural channel of informal education and cultural transmission in village life.

Local Geet in the Modern Age

Today, television, film music, and smartphones have transformed how people consume music. However, the local geet of Mandi have not disappeared:

- Many local artists are now recording folk songs and sharing them on YouTube and social media, allowing wider global audiences to listen and appreciate them.
- Schools, colleges, and cultural programmes frequently feature folk singing and Nati performances to preserve and celebrate indigenous culture.
- Governmental and cultural organizations actively support folk artists by providing stages at cultural fairs and state festivals.

Thanks to these collective initiatives, the enthusiasm for Mandyali geet and performing them with immense pride.

2. Beauty of Nature

Author: Khushboo | Roll No.: 24ENG010 | Class: B.A. 2nd Year |

Nature is profoundly fascinating to understand because it brings immense pleasure, inspires work, and provides deep perspective. Many fundamental questions arise through nature, such as where this natural grandeur originates and how nature operates under its intrinsic universal laws. We often recognize God as the ultimate Creator of nature. Both humanity and nature are intimately interconnected: without natural beauty, one cannot cultivate positive vibes, peaceful contemplation, or a relaxed state of mind.

The beauty of nature defines an environment suitable for tranquil peace, undisturbed by discordance. Over recent years, purposeful techniques and conscious conservation must be employed to safeguard nature's splendor. It remains a wondrous privilege to live on this awe-inspiring earth.

When morning sunbeams fall upon the fields, trees, plants, and flowers, they receive the gift of life and radiant bloom. When people look upon vibrant flora, they perceive signs of harmony and peaceful motion. Green pastures sustain grazing animals, and flora and fauna flourish together when blessed by gentle sunshine. These flourishing ecosystems produce oxygen and life-sustaining resources essential for human survival. They are magnificent manifestations that unveil nature's true majesty.

We must respect and value nature, for the earth is the shared heritage of all living beings. Animals, plants, and humans all possess an equal right to survive; hence, no one holds the right to harm or desecrate nature.

Industries must substantially curtail toxic emissions and industrial effluents that contaminate water bodies, destroy aquatic life, harm vegetation, and deplete the atmospheric ozone layer. Conserving biodiversity and natural flora is critically imperative. Individuals can also contribute meaningfully by minimizing domestic waste, segregating garbage, and adopting responsible waste management practices.

3. Social Media: Connection or Isolation?

Author: Ashish Rana | Roll No.: 24ENG001 | Class: B.A. 2nd Year

Today, social media is an integral part of daily life. With just one click, we can talk to people living far away, share photos and thoughts, and learn new things. The world feels smaller, and staying in touch has never been easier. But the real question remains: Are we truly connected, or are we becoming more alone?

Social media helps us connect when used constructively. Friends who moved away can stay in touch, and families far apart can share precious moments. We can discover inspiring figures and express our viewpoints. In many ways, communication has become faster and more accessible.

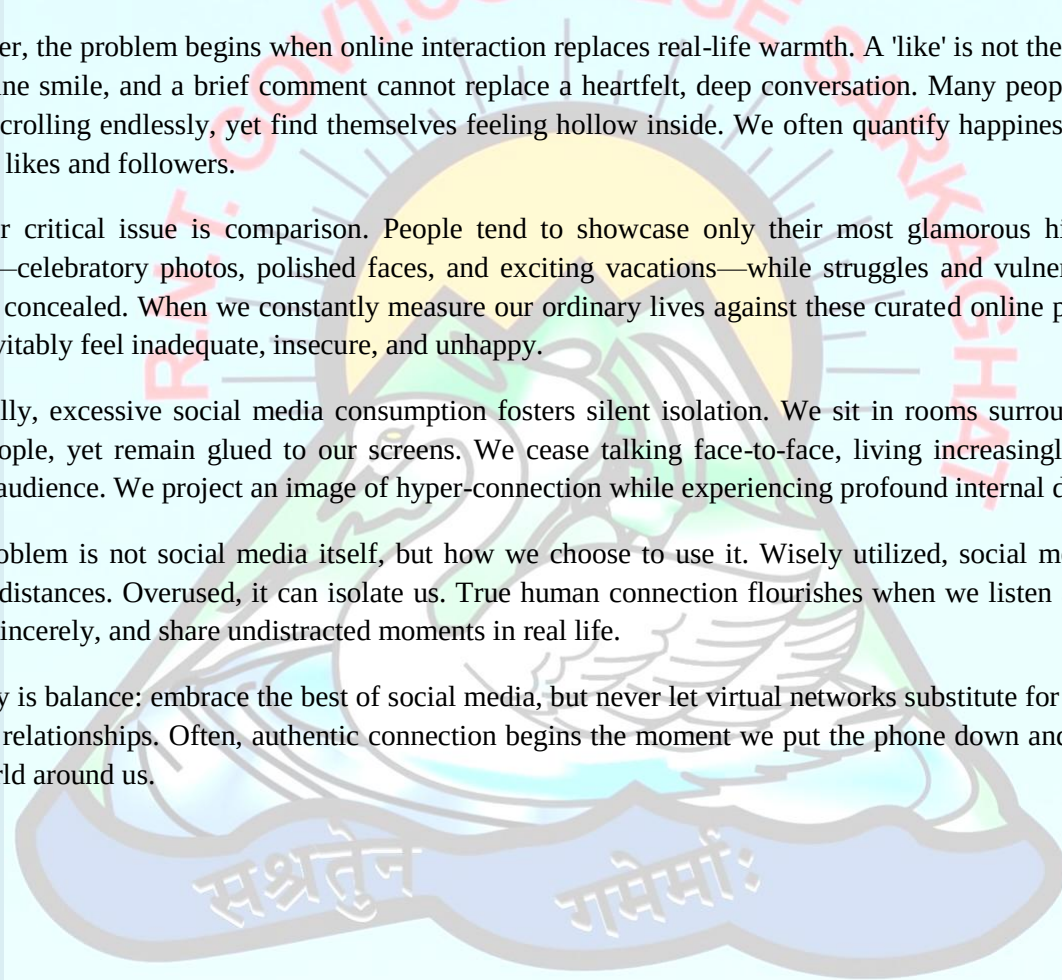
However, the problem begins when online interaction replaces real-life warmth. A 'like' is not the same as a genuine smile, and a brief comment cannot replace a heartfelt, deep conversation. Many people spend hours scrolling endlessly, yet find themselves feeling hollow inside. We often quantify happiness by our tally of likes and followers.

Another critical issue is comparison. People tend to showcase only their most glamorous highlights online—celebratory photos, polished faces, and exciting vacations—while struggles and vulnerabilities remain concealed. When we constantly measure our ordinary lives against these curated online personas, we inevitably feel inadequate, insecure, and unhappy.

Gradually, excessive social media consumption fosters silent isolation. We sit in rooms surrounded by real people, yet remain glued to our screens. We cease talking face-to-face, living increasingly for an online audience. We project an image of hyper-connection while experiencing profound internal distance.

The problem is not social media itself, but how we choose to use it. Wisely utilized, social media can bridge distances. Overused, it can isolate us. True human connection flourishes when we listen actively, speak sincerely, and share undistracted moments in real life.

The key is balance: embrace the best of social media, but never let virtual networks substitute for tangible human relationships. Often, authentic connection begins the moment we put the phone down and look at the world around us.



4. Malaise (Misgovernance) Within Society

Topic: Social & Civic Issues | Subject: Civic Responsibility & Governance

Malaise is a general feeling of unease, illness, or an uncomfortable consciousness that something is fundamentally amiss—especially within the social structure—accompanied by a sense that one cannot easily change the situation. Today, we observe various manifestations of societal malaise, including systemic negligence, disaster vulnerability, high unemployment, and inefficiency within public sector management, all culminating in societal crises.

Everyone is aware that these deep-rooted problems pull the nation backward compared to the rest of the world, yet too few citizens raise their voices against these ongoing issues. Left unchecked, such societal decay erodes the nation from within. A pervasive reluctance remains when it comes to actively questioning governance oversights.

Both citizens and governing authorities must take proactive initiative to address these challenges. We must foster widespread civic awareness regarding moral duty toward the motherland. Civic sense and ethics should be formally incorporated as distinct subjects in educational curricula, starting right from the primary level.

Furthermore, strict legal frameworks must be enforced consistently. Specialized oversight and investigative bodies should operate diligently to curb corruption. The critical challenges of youth unemployment and administrative mismanagement in key sectors must be systematically resolved through decisive policy initiatives, rather than allowing essential public systems to operate without clear accountability.

If the national economy is directed under sound rules and transparent regulations, employment

deficits can be substantially mitigated. Ultimately, citizens must actively voice their concerns against societal malaise—for government is truly of the people, by the people, and for the people.

5. Patriotism: Love for the Nation

Author: Vanshita | Roll No.: 24ENG014 |

Class: B.A. 2nd Year

*In your heart keep the love for nation,
It's protected by those who never take a vacation.
It provides a national feeling of pride,
Can be seen in places with a large crowd.*

*The citizens share the same sentiment,
Protect the nation and become elegant.
It's the feeling that rises in our heart,
To say something and to do is an art.*

*There are people who stand at the edge of the line,
Because of them we have our life.
Be patriotic and give respect to all,
When soldiers leave everything on just a call.*

6. Stopping by Woods on a Snowy Evening

Transcribed by: Diksha | Roll No.: 24ENG007 |
Class: B.A. 2nd Year |

Author (Original): Robert Frost

*Whose woods these are I think I know.
His house is in the village though;
He will not see me stopping here
To watch his woods fill up with snow.*

*My little horse must think it queer
To stop without a farmhouse near
Between the woods and frozen lake
The darkest evening of the year.*

*He gives his harness bells a shake
To ask if there is some mistake.
The only other sound's the sweep
Of easy wind and downy flake.*

*The woods are lovely, dark and deep,
But I have promises to keep,
And miles to go before I sleep,
And miles to go before I sleep.*

7. Impact of Social Media on Teenagers

Author: Anchal | **Roll No.:** 24ENG006 | **Class:** B.A. 2nd Year

Social media has become an indispensable element of teenagers' everyday lives. It allows young individuals to connect with friends, share creative ideas, express emotions, and stay informed about global happenings.

Many adolescents utilize these digital platforms to acquire new skills, explore emerging interests, and discover encouragement within supportive, like-minded communities. Social networks can also foster self-assurance by providing an open arena to display diverse talents—be it art, music, creative writing, or academic pursuits.

Nevertheless, disproportionate engagement with social media introduces several notable hurdles. Spending prolonged hours online readily distracts teenagers from focused academic studies, sufficient sleep, and essential physical exercise. Constant exposure to digitally polished photographs and glamorous lifestyles often induces harmful social comparison, resulting in elevated stress, anxiety, and diminished self-esteem. Many adolescents experience intense peer pressure to project superficial perfection and seek external validation through likes and comments. Over time, this emotional strain can adversely impact their psychological well-being and general life satisfaction.

Consequently, teenagers must navigate social media with intentional mindfulness and prudence. Setting clear screen-time limits, observing regular digital detox breaks, and prioritizing tangible real-world engagements—such as athletic pursuits, rewarding hobbies, and quality family time—are essential strategies to sustain a healthy lifestyle.

When leveraged constructively, social media represents an empowering vehicle for knowledge acquisition and interpersonal connection; however, sustained moderation and self-awareness remain vital safeguards for preserving adolescent mental health.



8. The Spirit of Nationalism

Author: Diya Thakur | Date: 18-11-2025 | Class: B.A. 2nd Year

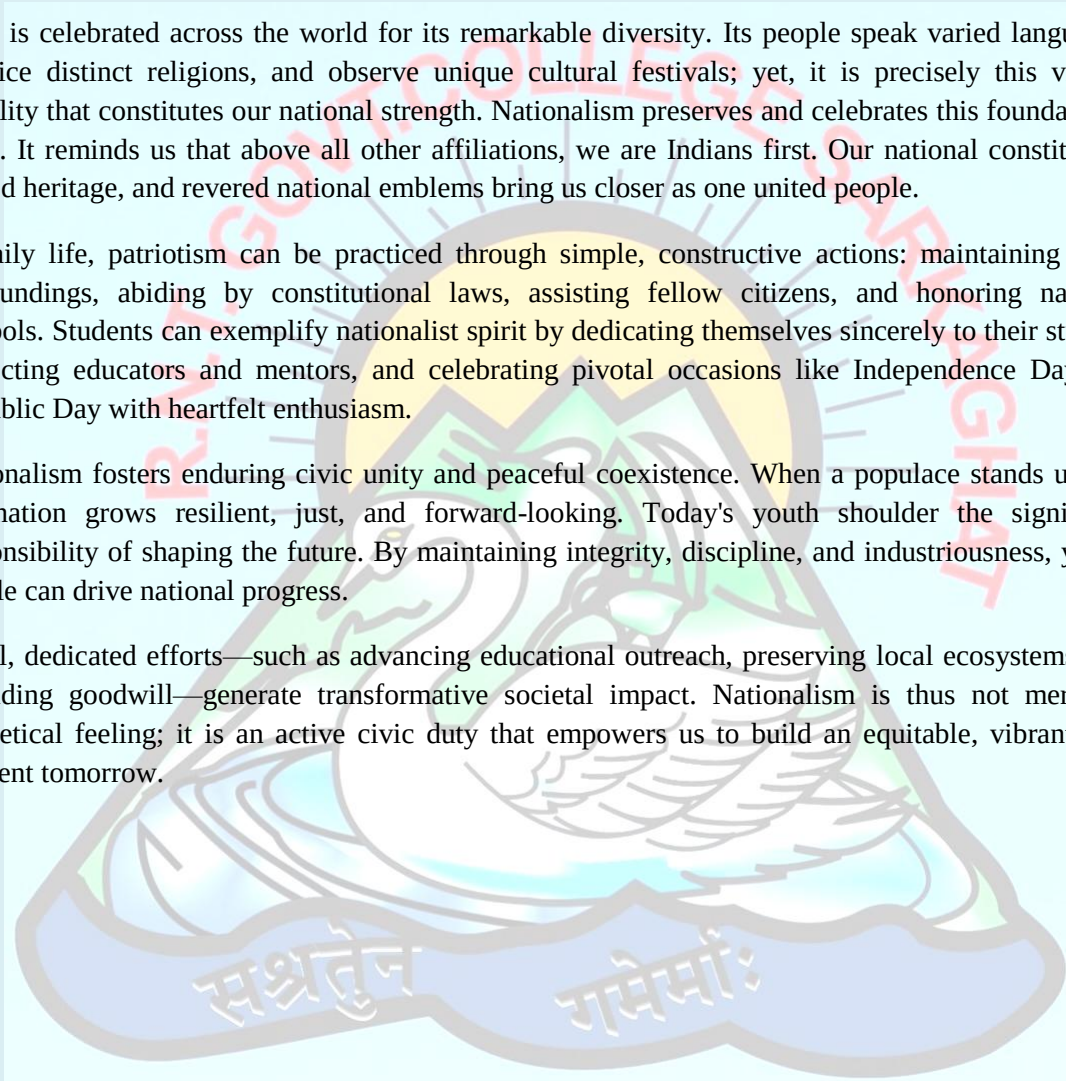
Nationalism represents a profound sentiment of love, reverence, and pride toward one's homeland. It is the unifying emotion that bonds the diverse citizenry of a nation and inspires them to strive collaboratively. An individual imbued with nationalism consistently prioritizes the security, ethical progress, and comprehensive prosperity of their nation. This principle reminds us that despite diverse cultural backgrounds and traditions, we all belong to one unified country.

India is celebrated across the world for its remarkable diversity. Its people speak varied languages, practice distinct religions, and observe unique cultural festivals; yet, it is precisely this vibrant plurality that constitutes our national strength. Nationalism preserves and celebrates this foundational unity. It reminds us that above all other affiliations, we are Indians first. Our national constitution, shared heritage, and revered national emblems bring us closer as one united people.

In daily life, patriotism can be practiced through simple, constructive actions: maintaining clean surroundings, abiding by constitutional laws, assisting fellow citizens, and honoring national symbols. Students can exemplify nationalist spirit by dedicating themselves sincerely to their studies, respecting educators and mentors, and celebrating pivotal occasions like Independence Day and Republic Day with heartfelt enthusiasm.

Nationalism fosters enduring civic unity and peaceful coexistence. When a populace stands united, the nation grows resilient, just, and forward-looking. Today's youth shoulder the significant responsibility of shaping the future. By maintaining integrity, discipline, and industriousness, young people can drive national progress.

Small, dedicated efforts—such as advancing educational outreach, preserving local ecosystems, and spreading goodwill—generate transformative societal impact. Nationalism is thus not merely a theoretical feeling; it is an active civic duty that empowers us to build an equitable, vibrant, and resilient tomorrow.



9. The Sun Rises in the East

Topic: Nature, Science & Philosophy | Subject: Solar System & Life on Earth

The sun rises in the east every morning and sets in the west every evening. This predictable, awe-inspiring celestial phenomenon has been observed by humanity since antiquity. It stands as one of the most reliable and dependable rhythms in nature. The rising of the sun heralds the dawn of a fresh day, bestowing essential light, warmth, and vitality across the Earth. Without solar illumination and energy, biological life on our planet could not survive. Thus, the sunrise is both a scientific phenomenon and a profound symbol of renewal.

Scientific Reality of Sunrise

Scientifically speaking, the sun does not revolve around the Earth. Rather, the Earth continuously rotates on its own axis from west to east. Because of this eastward axial rotation, observers on Earth perceive the sun as appearing along the eastern horizon in the morning. This rotational cycle spans approximately twenty-four hours, giving rise to the alternating cycles of day and night. When a particular region of the Earth rotates toward the sun, it experiences daylight; as it rotates away into shadow, night descends. Therefore, the phrase 'the sun rises in the east' elegantly encapsulates an elementary yet foundational truth of planetary physics.

Sustainer of Life and Ecosystems

The morning sun plays an indispensable role in preserving terrestrial life. Sunlight provides radiant solar energy, which green plants capture through photosynthesis to manufacture food and produce oxygen—the twin cornerstones of survival for animal and human life. Without solar warmth, plant development would cease, precipitating the immediate collapse of global food chains. Moreover, solar radiation moderates planetary temperatures, ensuring climate conditions remain habitable while steering global weather systems, atmospheric currents, and seasonal transitions.

Aesthetic, Emotional, and Philosophical Inspiration

The beauty of dawn has inspired human awe across centuries. In early morning hours, the sky transitions through subtle gradients of deep indigo, amber, coral, and gold. Songbirds begin their melodies, and cool morning breezes refresh the senses. Watching the dawn affords peace, equilibrium, and optimistic focus. For countless people, the sunrise symbolizes new beginnings and clean slates, inspiring them to leave past sorrows behind and begin anew with determination. Throughout classic literature and poetry, the dawn stands as an eternal emblem of hope, resilience, and inner clarity. Writers portray sunrise as a comforting testament that darkness never lasts indefinitely—just as daylight inexorably follows nocturnal shadows, human hardships ultimately give way to better times.

Discipline, Health, and Cultural Reverence

The sunrise imparts an enduring lesson in discipline and consistency. The sun emerges with unyielding regularity each day, exemplifying cosmic order and reliability.

From a health standpoint, morning sun exposure triggers the synthesis of Vitamin D in human skin, fortifying bone structure and bolstering immune function. Morning rays are gentle and restorative; healthcare professionals often advise early outdoor walks. Furthermore, agrarian communities align their daily agricultural schedules with the sunrise. Across numerous ancient and modern world traditions, solar reverence occupies a sacred place. People offer morning prayers and salutations to the sun as expressions of gratitude for divine vitality. Festivals and cultural rituals across cultures continue to celebrate the life-giving majesty of the morning sun.

10. CHIDNU: A Living Tradition of Himachal's Cultural Heritage

Author: Shiya | Roll No.: 23ENG011 | Class: B.A. 3rd Year

"In the lap of the Himalayas, where clouds kiss the mountains and rivers sing ancient songs, festivals are not dates on a calendar but stories of life itself."

Festivals as Cultural Mirrors

Festivals are the soul of human society, mirroring its core values, spiritual convictions, and lifestyle. Across Himachal Pradesh—a tranquil land of verdant valleys, thick pine forests, and snowy ridges—customary practices are intimately woven into the fabric of everyday life. Among these celebrations, Chidnu is a deeply meaningful rural festival. Rooted in traditional ecological wisdom, Chidnu illustrates the reciprocal harmony between humans, domestic animals, and nature that has characterized Himachali culture across centuries.

"In the mountains of Himachal, festivals are not just celebrations, but expressions of life, gratitude, and harmony with nature."

Ecological Significance and Pastoral Bond

Chidnu is observed around Ashadha Sankranti (falling in June–July), coinciding with the arrival of the monsoon season. During this humid period, insects, ticks, and external parasites proliferate rapidly, presenting significant health threats to livestock. Historically, cattle, goats, and sheep constituted the very lifeline of Himalayan village economy—providing essential milk, warm wool, organic manure, and agrarian draft power. Consequently, animal wellness was directly intertwined with domestic stability.

The central rite of Chidnu entails meticulously grooming livestock and removing parasites from their bodies. These collected pests are ritually consigned to a small communal fire, symbolizing hygienic purification and divine protection. This ceremony transcends utilitarian care to become an act of spiritual thanksgiving and pastoral reverence. Following this ritual cleansing, herds are permitted to graze across fresh pastures, symbolizing hopes for health and fecundity throughout the rainy season.

Community Cohesion and Ritual Practices

Chidnu also serves as a celebration of village kinship and solidarity. Residents assemble around evening fires, sing folk ballads, and share traditional Himachali delicacies such as steaming Siddu and festive sweets. Village elders recount folklore and ancestral histories, educating younger generations on their indigenous heritage.

In traditional practice, villagers carefully removed parasites and placed them onto flour dough cakes before offering them into the ritual fire. This gesture embodied prayers for total veterinary cleansing, protective guardianship, and animal well-being.

Relevance in the Modern Era

In our contemporary world, where fewer rural families rely exclusively on livestock husbandry, traditional festivals like Chidnu are gradually receding from everyday prominence. Nonetheless, their cultural importance remains undiminished: they preserve ecological knowledge, deep empathy for animals, and sustainable values that are acutely relevant amid modern environmental challenges. Chidnu exemplifies how ancestral mountain communities practiced natural balance. Preserving these customs ensures that the cultural and spiritual legacy of Himachal Pradesh continues to inspire upcoming generations.

11. Newspaper Article Writing vs. Academic Writing

Author: Anchal | Roll No.: 23POL055 | Class: B.A. 3rd Year

Newspapers have functioned as an indispensable pillar of journalism for centuries, providing readers with comprehensive analysis, breaking reportage, and insightful socio-political commentary. Despite the rapid ascent of digital publications, printed news retains a unique, trusted stature in the hearts of global readers.

Purpose, Audience, and Registers

Writing is a nuanced craft spanning multifaceted literary and academic genres. Two prominent styles are journalistic writing for newspapers and academic scholarship. While both demand linguistic clarity, they diverge sharply in their overarching objectives, target audiences, and formal conventions:

- **Newspaper Articles:** Cater to a wide, heterogeneous general audience. Consequently, journalistic writing is best delivered in an accessible, engaging, and conversational manner. The primary aim is immediate comprehension, reader engagement, and clear dissemination of timely facts.
- **Academic Writing:** Targeted at specialized scholars, university researchers, and students. It adheres to strict scholarly conventions, requiring an objective, formal tone, elevated disciplinary vocabulary, and an uncompromising adherence to analytical rigor.

Structure, Subjectivity, and Tone

In newspaper writing, authors are permitted to incorporate personal perspectives, qualitative evaluations, and human-interest anecdotes that evoke empathy and emotional resonance. Conversely, scholarly academic prose systematically excludes unsupported personal impressions; every theoretical claim, empirical finding, or analytical deduction must be rigorously substantiated by verifiable data, documented research, and empirical evidence.

Furthermore, while newspaper reporting is bound by concise column limits, its grammatical architecture is flexible and dynamic. Journalists freely employ colloquialisms, punchy one-sentence paragraphs, dialogue quotes, abbreviations, and informal expressions (such as 'by the way', 'that's cool', etc.) to establish immediate connection with everyday readers. Professional journalism does not necessitate specialized academic degrees; what matters most is the natural ability to observe accurately, distill facts, and convey human experiences with clarity and vitality.

Academic publications, by contrast, are constructed upon structured scholarly methodologies—incorporating exhaustive literature reviews, hypotheses, empirical frameworks, statistical tabulations, peer-reviewed citations, and objective analyses derived from established scientific paradigms.

12. Are Degrees Enough?

Author: Sammi Devi | Roll No.: 23POL009 | Class: B.A. 3rd Year

For decades, obtaining a university degree was widely celebrated as the guaranteed 'golden ticket' to professional success and lifelong financial security. However, as we navigate 2025, the employment landscape has undergone a profound paradigm shift: while an academic degree remains a valuable foundation, it is no longer the finish line.

The Paradigm Shift in Hiring

Global employers increasingly prioritize verified, practical skills over formal credentials alone. Contemporary data shows that up to 80% of major employers prioritize practical capabilities, with several leading global tech corporations actively removing mandatory university degree requirements from job descriptions. Rapid digital transformation means that traditional collegiate curricula often lag behind fluid industrial demands. To remain competitive, students must adopt a 'hybrid' strategy: augmenting academic theories with cutting-edge industry certifications in AI, Data Analytics, and specialized digital disciplines, complemented by indispensable soft skills like critical thinking, adaptability, and resilience.

The Role of Soft Skills and Real-World Experience

A college degree undoubtedly offers essential academic discipline, structured knowledge, and initial career prospects. Yet in the modern workplace, competencies such as articulate communication, cross-functional teamwork, creative problem-solving, and emotional intelligence are just as critical as raw academic intelligence. Participating in online courses, voluntary initiatives, internships, and extracurricular leadership roles bridges the divide between theory and real-world practice, allowing emerging professionals to build genuine workplace confidence.

A degree may open the door, but your attitude, adaptability, and emotional maturity determine how far you will advance. Today's commercial reality demonstrates that paper credentials alone are insufficient. Employers seek adaptable problem-solvers who can resolve complex challenges immediately.

Surpassing Formal Credentials through Lifelong Learning

Countless accomplished professionals, innovators, and entrepreneurs have demonstrated that authentic creative competence and self-taught expertise can equal or even surpass the value of formal academic degrees. Furthermore, fundamental human traits—unyielding self-discipline, curiosity, leadership, and a steadfast willingness to learn continuously—cannot be reflected merely through examination scores. A degree may offer a starting platform, but sustained personal effort and continuous self-improvement determine long-term success.

In conclusion, academic degrees remain fundamentally important, but they are not sufficient on their own. In today's dynamic, hyper-competitive global environment, lasting achievement depends upon an integrated blend of academic learning, practical skills, hands-on experience, and a positive, growth-oriented mindset.

13. Himachal Pradesh: Tour, Festival, and Culture

Author: Manjul | Roll No.: 23ENG015 | Class: B.A. 3rd Year

Himachal Pradesh is a breathtaking Himalayan territory flanked by the towering Greater Himalayas and the Shivalik foothills to the north and south, and embraced by the majestic Dhauladhar and Pir Panjal ranges, where jagged snowy peaks soar past 6,000 meters.

Across Himachal, every mountain town, rural hamlet, and sacred sanctuary is saturated with an ancient cultural lineage and storied historical legacy. Bordering Tibet to the east, and bounded by the states of Punjab, Jammu & Kashmir, Haryana, and Uttar Pradesh, Himachal serves as an idyllic haven for intrepid travelers, naturalists, and devout pilgrims alike. A journey across Himachal Pradesh provides an invigorating escape—offering panoramic vistas of towering snow-clad pinnacles glistening in the first blush of dawn, pristine crystal streams winding gracefully through deep rocky gorges, and crisp, pine-scented breezes whispering gently through ancient, towering deodar forests.

14. The Silent Pressure: How Social Media is Shaping Our College Identity

Author: Ishu | Roll No.: 23HIS20 | Class: B.A. 3rd Year

Why This Topic?

This topic is contemporary, deeply relatable, and reflective of everyday student life. Social media has become an inescapable part of collegiate existence. We may not always notice its subtle undertones, but it profoundly influences how we think, dress, communicate, and perceive ourselves.

College as a Crucible of Self-Discovery

College represents a transformative phase of self-discovery. It is the formative period during which young individuals cultivate personal identity, build lasting self-confidence, nurture meaningful friendships, and chart their future careers. However, in our hyper-connected digital landscape, this process of identity formation is deeply mediated by social media platforms such as Instagram, Snapchat, and YouTube. These channels are no longer merely communicative applications; they have transformed into public stages where we curate and exhibit our lives to the world.

The Pressure to be Perfect

While social media creates extensive connectivity, it simultaneously generates an invisible, persistent pressure to conform and maintain an appearance of unblemished perfection. On social feeds, users predominantly witness polished highlights—milestone achievements, idyllic holidays, jubilant social gatherings, and meticulously curated lifestyles. As college students, we frequently fall into the trap of comparing our daily, unvarnished lives against someone else's heavily edited highlight reel. This persistent comparison breeds chronic self-doubt:

- “Why isn't my life equally glamorous and thrilling?”
- “Do I look sufficiently attractive, fashionable, and successful?”

This silent comparison subtly alters our authentic identity. Instead of embracing our unique individuality, students often construct an artificial online persona calculated primarily to harvest likes, shares, and superficial validation.

In summary, social media is an exceptionally potent force shaping collegiate identity today. While it offers unparalleled avenues for connection and self-expression, it also introduces an insidious pressure to stay outwardly flawless. As students, we must learn to wield social media thoughtfully and intentionally, rather than allowing algorithms to define our worth.

15. The Power of Youth in Shaping the Future

Author: Saniya Sharma | Roll No.: 23ENG007 | Class: B.A. 3rd Year

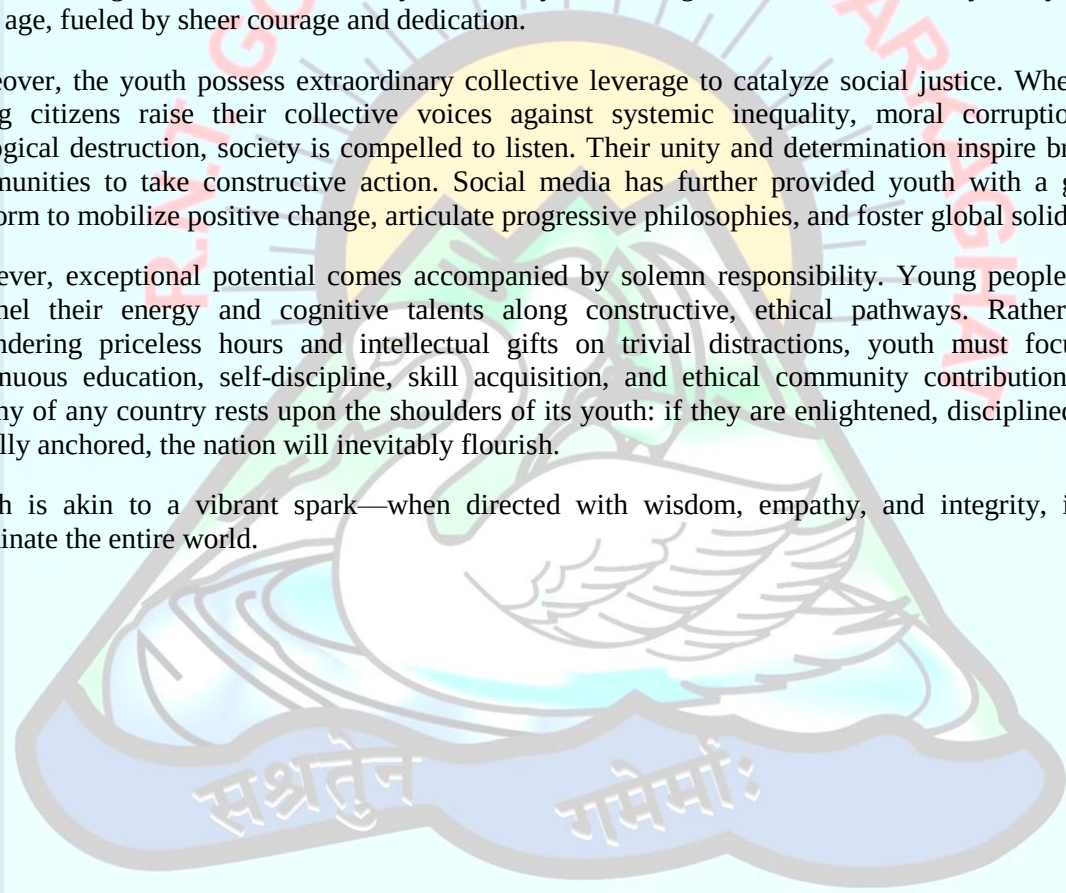
Youth represents the most vigorous, dynamic phase of human life—an era characterized by boundless vitality, visionary dreams, uninhibited creativity, and soaring ambition. Young people are not merely the future architects of a nation; they represent the vibrant, pulsating strength of contemporary society. The ideas, choices, and ethical actions undertaken by today's youth will directly construct tomorrow's reality.

Youthful minds are naturally rich in innovative concepts and fresh viewpoints. Unburdened by outdated dogmas, they are uniquely receptive to positive reform, enthusiastic about mastering emerging skills, and courageous when confronting complex modern challenges. In contemporary society, youth spearhead progress across technological innovation, educational reform, grassroots social welfare, and proactive environmental protection. Countless pioneering entrepreneurs, groundbreaking scientists, and visionary community leaders began their transformative journeys at an early age, fueled by sheer courage and dedication.

Moreover, the youth possess extraordinary collective leverage to catalyze social justice. Whenever young citizens raise their collective voices against systemic inequality, moral corruption, or ecological destruction, society is compelled to listen. Their unity and determination inspire broader communities to take constructive action. Social media has further provided youth with a global platform to mobilize positive change, articulate progressive philosophies, and foster global solidarity.

However, exceptional potential comes accompanied by solemn responsibility. Young people must channel their energy and cognitive talents along constructive, ethical pathways. Rather than squandering priceless hours and intellectual gifts on trivial distractions, youth must focus on continuous education, self-discipline, skill acquisition, and ethical community contribution. The destiny of any country rests upon the shoulders of its youth: if they are enlightened, disciplined, and morally anchored, the nation will inevitably flourish.

Youth is akin to a vibrant spark—when directed with wisdom, empathy, and integrity, it can illuminate the entire world.



16. The Evolution of Storytelling in the Digital Era

Author: Palak Thakur | Roll No.: 23ENG002 | Class: B.A. 3rd Year

Across every epoch, stories have formed an inseparable part of the human experience—narrated by grandparents beside evening fires, exchanged quietly between intimate friends, or discovered nestled within the weathered pages of antique books. As the modern digital ecosystem expands, storytelling has not perished; rather, it has gracefully evolved from fireside gatherings to glowing screens, and from handwritten letters to multimodal digital narratives. The technological medium has changed, but the transcendent soul of storytelling remains enduringly vibrant.

Stories Shape Our Lives

Narratives have always connected humanity—whether through a soothing voice in childhood, late-night philosophical conversations, or getting thoroughly absorbed in an extraordinary novel. They safeguard cherished memories, help us navigate life's complexities, and alleviate existential loneliness. Exceptional stories become an enduring part of our character, acting like an invisible mentor that guides our perspectives, thoughts, and aspirations. Even when specific sentences fade from memory, their emotional resonance lingers on.

Stories Everywhere: Democratization of Narratives

Today, storytelling unfolds dynamically across bite-sized videos, graphic illustrations, social media essays, and immersive podcasts. A single creative insight can traverse continents within mere seconds. A short video clip can uplift an aching heart, an honest digital message can bring comfort, and visual digital art can convey subtleties that spoken language sometimes fails to capture. Even an unpretentious photograph paired with thoughtful reflections can spark global dialogue and leave an indelible impression.

Everyone Can Be a Storyteller

In this era, no formal stage, institutional gatekeeper, or elite permission is required to share a story. A personal moment captured on a phone, a handful of heartfelt lines jotted down during quiet contemplation, or an unadorned account of personal hardship carries authentic, transformative resonance. Sharing authentic experiences and expressing sincere emotions builds deep, lasting human connections. Every ordinary life conceals extraordinary narratives; often, the bravest human act is simply choosing to speak your truth honestly. When one courageous voice speaks from the heart, countless listeners find solace.

A Timeless Connection Across Generations

The primordial essence of storytelling remains immutable: we share stories to be understood, to foster empathy, and to feel less alone. The digital landscape has not displaced narrative art; it has simply widened the global canvas. Stories transcend cultural borders, geographic distances, and generational gaps. While technological tools alter how rapidly stories travel, technology cannot alter why we tell them. We recount stories to remember, to heal, and to belong—and that primal human need will never fade.

Stories serve as an enduring bridge between antiquity and modern times. Through them, historical wisdom is reverently preserved and quietly bestowed upon the future. A moral tale told centuries ago continues to enlighten contemporary lives. Even in our digital age, storytelling remains a golden thread connecting yesterday's wisdom to tomorrow's promise.

“Through stories, yesterday speaks to today, and today whispers to tomorrow. Whether whispered by candlelight or shared across the globe, stories touch hearts and leave a lasting mark.”

17. A Girl: Strength, Dreams, and Identity

Author: Tamanna | Class: B.A. 3rd Year

A girl is never defined solely by her age, physical appearance, or the narrow roles that conventional society seeks to assign her. She is a resilient embodiment of inner strength, hope, creative imagination, and dynamic transformation. From tender childhood to self-reliant adulthood, a girl carries vast dreams within her heart and resolute courage in her actions. She learns, matures, and carves her distinctive identity through every life experience she encounters.

In many societies, girls have had to overcome entrenched historical prejudices and systemic obstacles to demonstrate their boundless capabilities. Whether in the spheres of advanced academic education, elite sports, corporate enterprise, or political leadership, girls consistently prove that they are capable of achieving extraordinary heights when afforded equitable opportunities. Today, women are leading as pioneering scientists, visionary doctors, skilled engineers, and influential reformers who inspire people across the globe.

A girl gracefully fulfills multifaceted roles across her lifetime: she is a loving daughter bringing joy to her home, a loyal and compassionate friend supporting her peers, and an industrious student laboring diligently to secure a bright future. Her life journey exemplifies steadfast resilience, kindness, and unwavering determination. Even when confronted by formidable challenges, she learns to stand firm and persevere.

Education exercises an unparalleled transformative influence in a girl's development. When a girl receives holistic, quality education, she gains empowering confidence, cognitive independence, and self-reliance. She learns to articulate her perspectives, make autonomous choices, and contribute constructively to socio-economic progress. Educated women do not merely transform their personal lives; they uplift entire families, communities, and nations.

A girl also experiences and expresses profound emotional depth. She seeks respect, mutual empathy, and an equitable platform to be heard. She deserves complete freedom to determine her own life trajectory and pursue her personal passions without hindrance. When society cherishes, safeguards, and supports girls, it establishes the bedrock of true social equality and civilizational progress.

In our contemporary world, girls are dismantling antiquated stereotypes and forging groundbreaking pathways. They prove daily that courage possesses no gender, and human dreams acknowledge no boundaries. Every girl inherently deserves safety, quality education, dignity, and absolute freedom to realize her highest potential.

"A girl is not just part of society—she is a powerful force that shapes the future."

18. Why Time Management is the Real Superpower

Author: Shubham | Roll No.: 25POL004 | Class: B.A. 1st Year

In today's fast-moving, hyper-connected world, almost everyone seems chronically busy. Students rush breathlessly from morning lectures to academic assignments, extracurricular clubs, and part-time jobs. With so many competing demands, it is natural to feel stressed and overwhelmed regarding how to balance everything.

This is precisely where effective time management becomes a genuine superpower. It enables us to maintain structured organization, minimize debilitating stress, and achieve our highest aspirations without burning out.

Time management does not mean frantically attempting to do everything simultaneously; rather, it entails organizing your schedule in an intelligent, planned manner so you perform the right tasks at the optimal times. Students who master time management consistently perform better academically because they understand when to concentrate deeply on their studies, when to participate in co-curricular activities, and when to rest. It affords them ample room for creative hobbies, social friendships, and holistic personal growth.

Eliminating Deadline Anxiety and Building Discipline

One of the greatest benefits of time management is that it dispels the perpetual dread of approaching deadlines. When we systematically map out our days and divide extensive assignments into manageable steps, tasks feel far less daunting. Instead of procrastinating until the eleventh hour, we accomplish work methodically, resulting in superior academic performance and profound peace of mind.

Another pivotal advantage is that time management cultivates robust personal discipline. When we adhere to a regular schedule, we foster productive habits that endure throughout our careers. Whether one becomes a teacher, engineer, medical doctor, or entrepreneur, time-management acumen is prized across every professional domain. Modern employers consistently seek dependable individuals who can prioritize responsibilities effectively and deliver exceptional results on time.

Creating Meaningful Life Balance

Most importantly, disciplined time management creates holistic equilibrium. College life is not merely about exams; it is also a vital period for exploring personal passions, building lifelong relationships, and understanding our true selves. With disciplined scheduling, students can embrace these experiences fully without compromising academic excellence.

In conclusion, time management is undeniably a superpower. It simplifies daily existence, assists us in achieving our goals, and prepares us for a prosperous future. Every student should master this indispensable art early, for a well-managed day invariably culminates in a well-managed, deeply fulfilling life.

19. Don't Quit

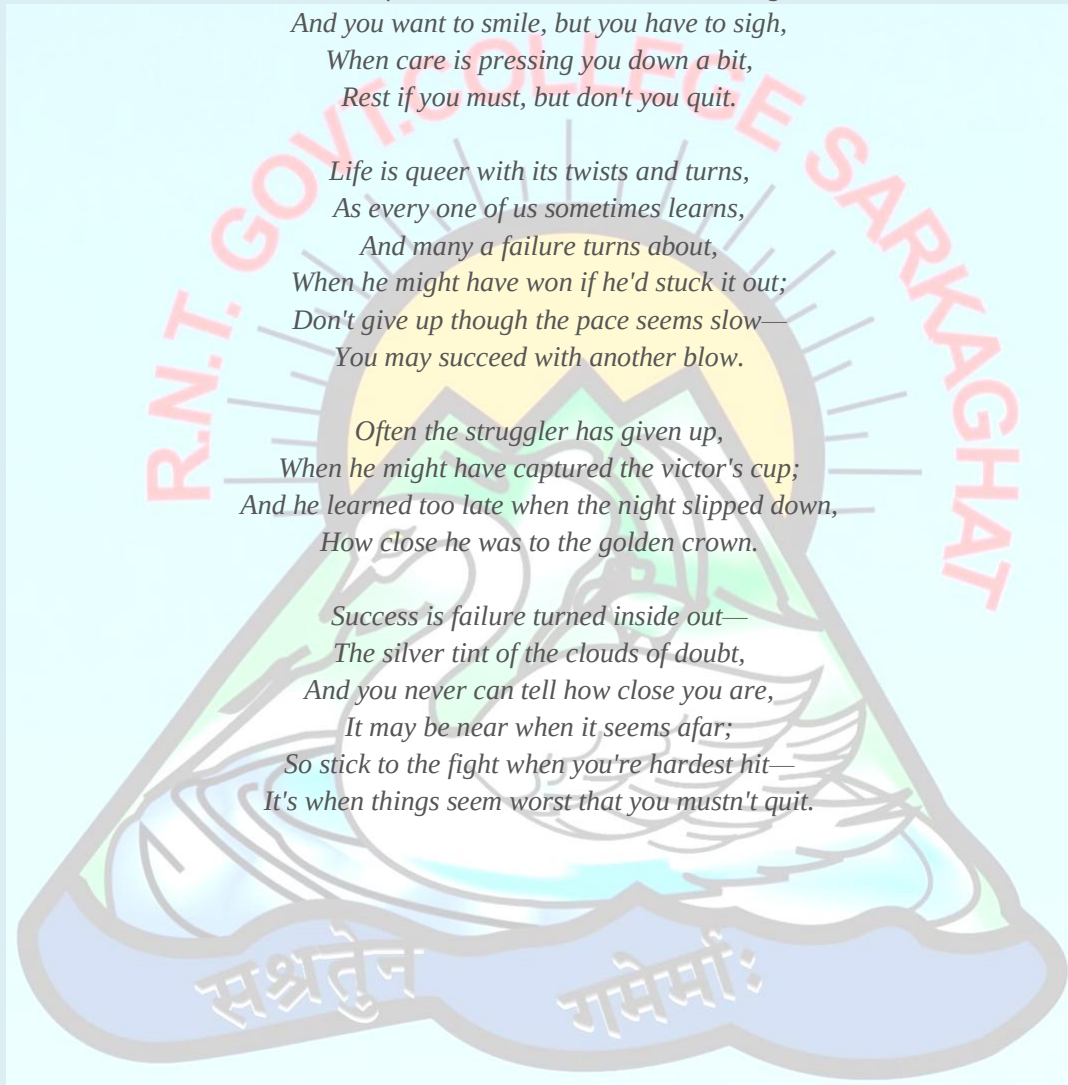
Transcribed by: Kritika Sharma | Roll No.: 25ENG008 | Class: B.A. 1st Year | Original Poem by: John Greenleaf Whittier / Edgar A. Guest

*When things go wrong, as they sometimes will,
When the road you're trudging seems all uphill,
When the funds are low and the debts are high,
And you want to smile, but you have to sigh,
When care is pressing you down a bit,
Rest if you must, but don't you quit.*

*Life is queer with its twists and turns,
As every one of us sometimes learns,
And many a failure turns about,
When he might have won if he'd stuck it out;
Don't give up though the pace seems slow—
You may succeed with another blow.*

*Often the struggler has given up,
When he might have captured the victor's cup;
And he learned too late when the night slipped down,
How close he was to the golden crown.*

*Success is failure turned inside out—
The silver tint of the clouds of doubt,
And you never can tell how close you are,
It may be near when it seems afar;
So stick to the fight when you're hardest hit—
It's when things seem worst that you mustn't quit.*



20. The Power of Positive Thinking

Author: Ujwal Kaundal | Roll No.: 25ECO005 | Class: BA 1st Year

The power of positive thinking lies in its remarkable capacity to transform an individual's psychological mindset, thereby directly boosting both mental and physical well-being, enhancing productivity, and fostering resilience in the face of adversity. By cultivating an optimistic attitude, individuals can improve cardiovascular health, lower stress levels, and, through consistent practice, achieve greater success.

Benefits of Positive Thinking

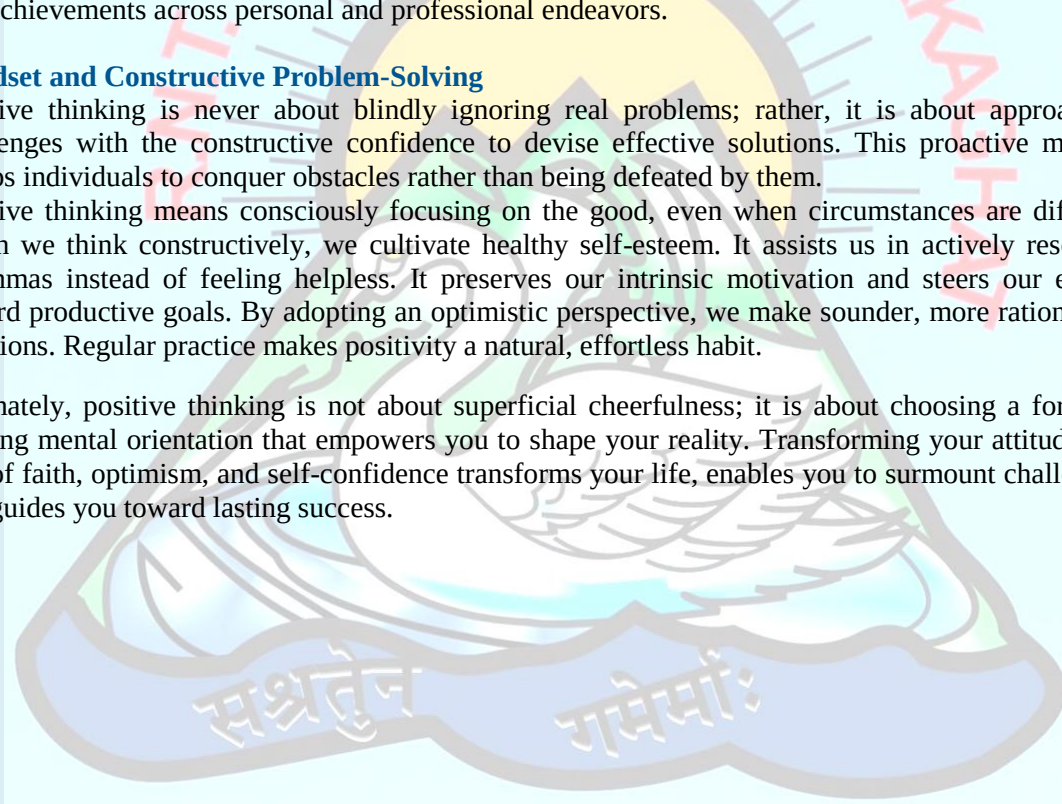
- **Mental and Emotional Health:** Positive thinking reduces stress-induced illnesses, manages anxiety effectively, and enhances cognitive functioning. It lowers chronic psychological distress and fosters a balanced, joyful life.
- **Physical Health:** Scientific studies establish a direct link between an optimistic mindset and a reinforced immune system, improved cardiovascular metrics, and better sleep hygiene.
- **Success and Productivity:** Optimists are significantly more inclined to establish ambitious goals and persevere resolutely through setbacks, leading to heightened productivity and notable achievements across personal and professional endeavors.

Mindset and Constructive Problem-Solving

Positive thinking is never about blindly ignoring real problems; rather, it is about approaching challenges with the constructive confidence to devise effective solutions. This proactive mindset equips individuals to conquer obstacles rather than being defeated by them.

Positive thinking means consciously focusing on the good, even when circumstances are difficult. When we think constructively, we cultivate healthy self-esteem. It assists us in actively resolving dilemmas instead of feeling helpless. It preserves our intrinsic motivation and steers our energy toward productive goals. By adopting an optimistic perspective, we make sounder, more rational life decisions. Regular practice makes positivity a natural, effortless habit.

Ultimately, positive thinking is not about superficial cheerfulness; it is about choosing a forward-looking mental orientation that empowers you to shape your reality. Transforming your attitude into one of faith, optimism, and self-confidence transforms your life, enables you to surmount challenges, and guides you toward lasting success.



21. Importance of Discipline in Life

Author: Ayush | Roll No.: 25ECO006 | Class: BA 1st Year

Discipline is the cornerstone of a successful, balanced, and productive life, acting as the indispensable bridge between abstract goals and tangible accomplishments. It involves controlling one's actions, emotions, and daily habits to maintain unwavering focus, efficiency, and personal integrity.

Essential for effective time management, discipline substantially reduces anxiety and fosters self-control, leading to superior decision-making across both personal and professional spheres.

Key Facets of Discipline

- **Foundation for Success:** Discipline is indispensable for achieving ambitious aspirations. Achievers throughout history have invariably depended upon a disciplined, systematic approach to translate ambition into enduring reality.
- **Time Management and Productivity:** A disciplined individual conscientiously adheres to schedules, ensuring responsibilities are fulfilled punctually without stressful last-minute rushes.
- **Self-Control and Character:** Discipline involves managing impulses and desires, thereby building moral integrity and strong character. By filtering out superficial distractions, discipline sharpens mental focus on what matters most, nurturing essential virtues like honesty, patience, and dependability.

In everyday routine, small consistent habits—waking up early, eating healthily, and adhering to organized study hours—lay the foundation for a wholesome, orderly life. At a collective level, a disciplined society maintains harmonious order and cooperation, averting civil chaos. As the timeless maxim observes: 'Life without discipline is like a ship without a rudder.' Discipline grounds human ambition, converting fleeting intent into enduring results.

Discipline remains the eternal key to success—a principle that holds true across every generation. For students especially, it carries immense value. It represents a systematic way of life based on punctuality, purpose, and integrity. Historic visionary leaders like Mahatma Gandhi, Jawaharlal Nehru, and Subhash Chandra Bose were epitomes of strict personal discipline. Embracing self-discipline refines our habits, clarifies our thought processes, and strengthens our character.



22. Education System in India: Challenges and Opportunities

Author: Shivani Kiran | Roll No.: 25BCM026 | Class: BCOM 1st Year

The education system plays a critically decisive role in constructing a prosperous, self-reliant nation. A country's economic trajectory and social stability are directly linked to the quality and equity of its educational infrastructure. India, home to over 1.4 billion people, manages the third largest higher education ecosystem in the world.

Evolution and Contemporary Challenges

Since gaining independence, the nation has achieved remarkable quantitative strides across literacy expansion, institutional capacity, and university enrolment. Nevertheless, the Indian higher education system confronts several critical challenges:

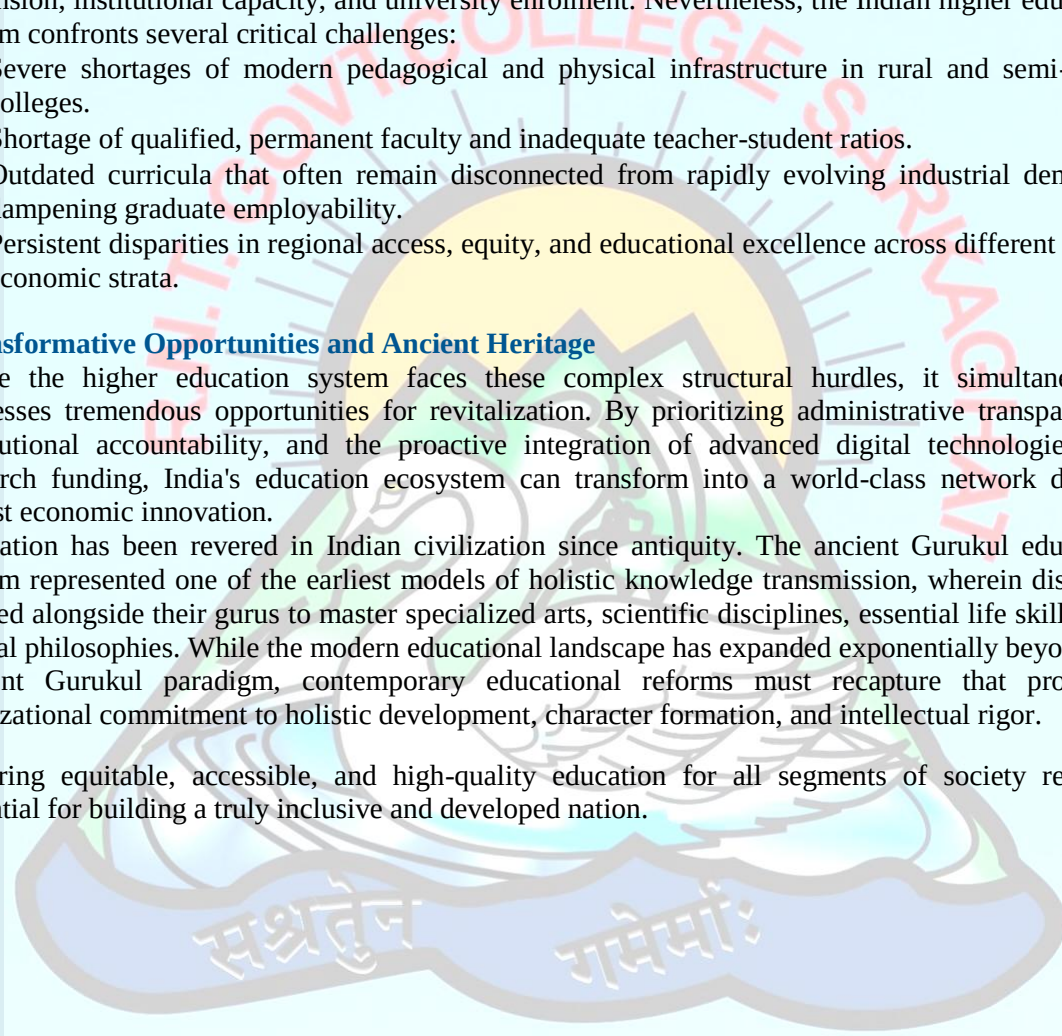
- Severe shortages of modern pedagogical and physical infrastructure in rural and semi-urban colleges.
- Shortage of qualified, permanent faculty and inadequate teacher-student ratios.
- Outdated curricula that often remain disconnected from rapidly evolving industrial demands, dampening graduate employability.
- Persistent disparities in regional access, equity, and educational excellence across different socio-economic strata.

Transformative Opportunities and Ancient Heritage

While the higher education system faces these complex structural hurdles, it simultaneously possesses tremendous opportunities for revitalization. By prioritizing administrative transparency, institutional accountability, and the proactive integration of advanced digital technologies and research funding, India's education ecosystem can transform into a world-class network driving robust economic innovation.

Education has been revered in Indian civilization since antiquity. The ancient Gurukul education system represented one of the earliest models of holistic knowledge transmission, wherein disciples resided alongside their gurus to master specialized arts, scientific disciplines, essential life skills, and ethical philosophies. While the modern educational landscape has expanded exponentially beyond the ancient Gurukul paradigm, contemporary educational reforms must recapture that profound civilizational commitment to holistic development, character formation, and intellectual rigor.

Ensuring equitable, accessible, and high-quality education for all segments of society remains essential for building a truly inclusive and developed nation.



23. Environment: Our Responsibility and Our Future

Author: Abhishek Bhardwaj | Roll No.: 23ENG011 | Class: B.A. 3rd Year (English)

Introduction

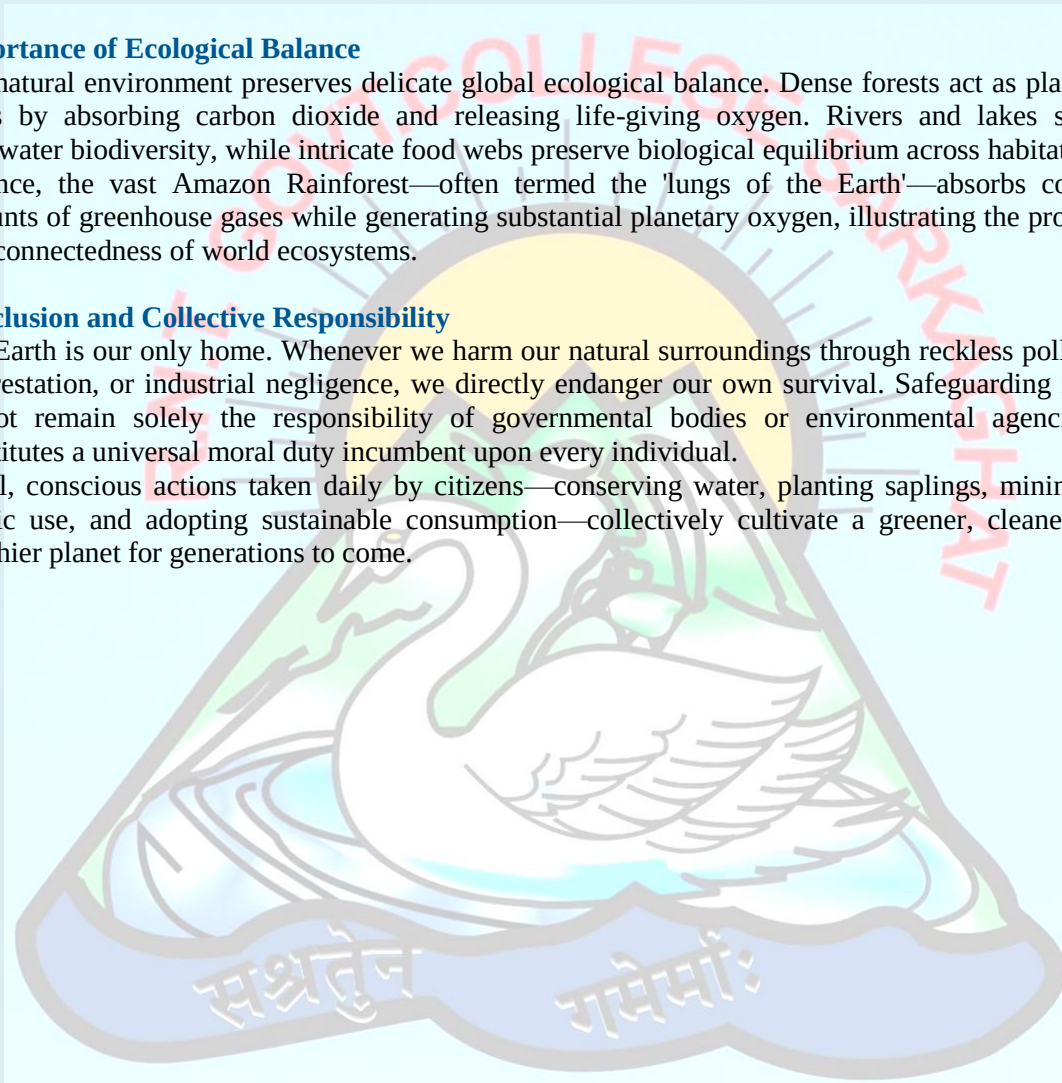
The environment encompasses everything that surrounds us—the air we breathe, the water we drink, fertile land, lush forests, and every living species. It generously provides all the natural resources indispensable for biological survival. From clean oxygen and freshwater to nutritious sustenance grown from fertile soils, all human existence relies entirely upon a balanced ecosystem. Preserving environmental integrity is not merely important; it is vital for our collective future.

Importance of Ecological Balance

The natural environment preserves delicate global ecological balance. Dense forests act as planetary lungs by absorbing carbon dioxide and releasing life-giving oxygen. Rivers and lakes sustain freshwater biodiversity, while intricate food webs preserve biological equilibrium across habitats. For instance, the vast Amazon Rainforest—often termed the 'lungs of the Earth'—absorbs colossal amounts of greenhouse gases while generating substantial planetary oxygen, illustrating the profound interconnectedness of world ecosystems.

Conclusion and Collective Responsibility

The Earth is our only home. Whenever we harm our natural surroundings through reckless pollution, deforestation, or industrial negligence, we directly endanger our own survival. Safeguarding nature cannot remain solely the responsibility of governmental bodies or environmental agencies; it constitutes a universal moral duty incumbent upon every individual. Small, conscious actions taken daily by citizens—conserving water, planting saplings, minimizing plastic use, and adopting sustainable consumption—collectively cultivate a greener, cleaner, and healthier planet for generations to come.



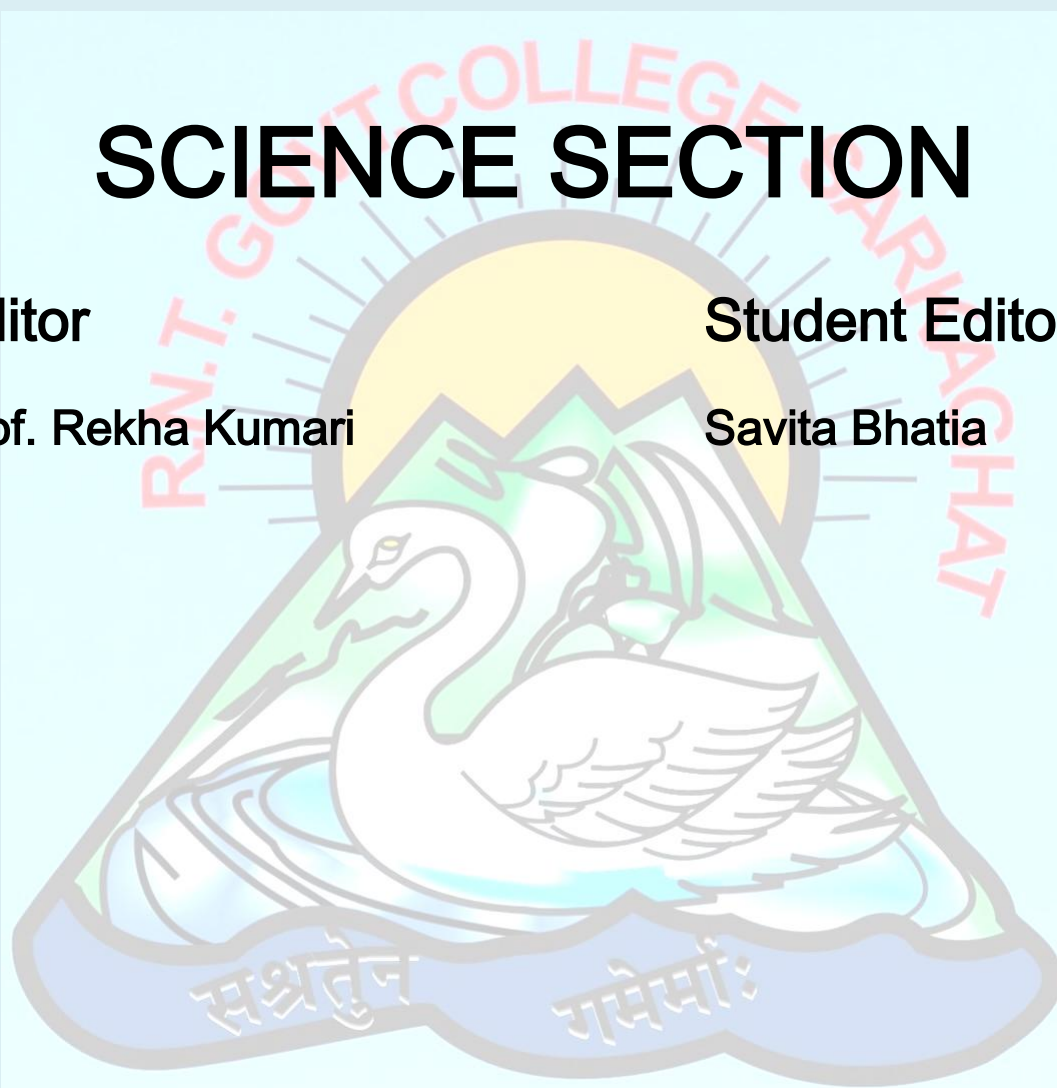
SCIENCE SECTION

Editor

Prof. Rekha Kumari

Student Editor

Savita Bhatia



S.No.	Title	Name
1	Title Page	-
2	Message from Editor Science Section	Mrs. Rekha Kumari
3	Message from Student Editor Science Section	Ms. Savita Bhatia
4	Animal Behaviour	Ms. Savita Bhatia
5	The Cry of Nature	Ms. Manvi Chandel
6	Cancer with Life Style & its Prevention	Mr. Akhil Pal
7	The Magical Medicinal Herbs of Pangi Valley	Ms. Anjali Sharma
8	The Marvel Within: Wonders of Human Body	Ms. Suman Thakur
9	The Invisible Architects of Earth: Microbes at Work	Ms. Neha Kalwal
10	Water that Remembers: The Science Behind Nature's Oldest Molecules	Ms. Pallavi
11	A New Species Emerges: The Multi-Striped Gecko of Northeast India	Ms. Kalpna Pathania
12	Eco-Friendly Festivals Celebration	Ms. Neha Chandel
13	Astronomy: Exploring the Universe Beyond Our Eyes	Ms. Ridhima Thakur
14	Natural Water Resources and Their Importance	Ms. Samdeesha Thakur
15	Climate Change Causes & Effects	Ms. Aastha Thakur
16	Bioluminescence: Nature's Glow	Ms. Anchal Thakur
17	Chandrayaan-3	Ms. Amisha Kaundal
18	Deep Sea Shadow Creatures & Devil Sea	Ms. Niksh Guleria
19	Wildlife in Forest: A Zoological Perspective	Ms. Jyoti Kumari
20	Future Microbes: Our Invisible Superheroes	Ms. Lata Thakur
21	Ageing	Ms. Monisha
22	Quantum Mechanics: The Strange Science that Shapes Our Universe	Ms. Siya Thakur
23	Science Behind Lightning	Ms. Simran
24	Science in International Affairs	Ms. Samriti Sharma
25	Ocean Pollution: Causes & Solution	Ms. Himani Thakur
26	Ecology & Environment: Our Responsibility	Ms. Muskan
27	Microplastic: A Hidden Threat to Human Brain	Ms. Gunjan Thakur
28	Climate Change in India's Monsoon	Ms. Varsha Thakur
29	Artificial Intelligence in Science	Ms. Ankita
30	Impact of Technology on Society	Ms. ArpitaThakur
31	PCOD: Polycystic Ovarian Disease	Ms. Dipali Thakur
32	Human Brain & Neural Network	Ms. UrmilaThakur
33	Peaceful Uses of Nuclear Energy	Ms. Neha Devi
34	Microbiome: The Hidden Universe Inside the Human Body	Ms. Nancy
35	Ozone Layer	Ms. Payal
36	Global Warming	Ms. Navjyoti Thakur

Editor

Dear Readers,

As we turn the pages of this edition of our college magazine, I am thrilled to present to you the Science Section of SARSI MAGAZINE, where curiosity meets discovery. In a world that is constantly evolving, science remains at the forefront of innovation and understanding. Our contributors have worked diligently to bring you articles that not only inform but also inspire.

This issue features a diverse range of topics, from groundbreaking research to science facts and fiction. We delve into the latest advancements in artificial intelligence and explore how these technologies are reshaping our lives. I encourage you to engage with these articles, ask questions, and perhaps even spark a conversation. Science thrives on inquiry and collaboration, and your insights are invaluable.

Thank you for your continued support and enthusiasm for the sciences. Let's embark on this journey of exploration together.

Warm regards,

Rekha Kumari
Editor, Science Section



Message from Student Editor



I am Savita Bhatia, Student Editor of this Science Magazine and a student of M.Sc. Zoology (3rd Semester). It is my privilege to present this edition to all our readers.

Welcome to our new Science Magazine. This magazine is the result of the hard work and dedication of many students who are passionate about science and learning. I sincerely thank everyone who contributed to its preparation and made this publication possible.

Through this magazine, we aim to share knowledge, encourage curiosity, and inspire scientific thinking among students. The articles included in this edition cover a variety of interesting topics that reflect the creativity and enthusiasm of our contributors.

I hope you will enjoy reading this magazine and learn something new from it.

Savita Bhatia
Student Editor

Roll No.: 24MSZ016
Class: M.Sc. Zoology, 3rd Semester



4. Animal Behaviour

- Animal behaviour means how animals act and survive in their environment. Every animal has special behaviour that helps it find food, stay safe, and communicate.
- For example, honeybees perform a waggle dance to tell other bees where nectar is found. This is their unique way of sharing information.
- The octopus shows smart behaviour. They can hide from enemies and solve simple problems to find food.
- Elephants display emotional behaviour. They live in groups, protect their young, and even show sadness when a member of the herd dies.
- These simple examples show that animals are intelligent and have amazing ways of living. Studying their behaviour helps us understand nature better.

Thank You

Name: Savita Bhatia

Class: M.Sc. Zoology, 3rd Semester

Roll No.: 24MSZ016

5. The Cry of Nature

Rivers once flowed clear and free,
Now they beg and bend their knee.
Forests tall now fade and fall,
Will you answer nature's call?

Winds once whispered songs so sweet,
Now they burn with plastic heat.
Act today, don't wait too late,
You hold Earth's future fate.

Manvi Chandel

B.Sc. 1st Year

Roll No.: 25Z0011

6. Cancer with Lifestyle & Its Prevention

Introduction

Cancer is one of the leading causes of death worldwide. It occurs when abnormal cells grow uncontrollably and invade healthy tissues. While genetics plays a role, modern lifestyles—marked by stress, pollution, unhealthy diets, and lack of physical activity—have increased the risk of cancer.

Lifestyle Factors Contributing to Cancer

Changes in modern lifestyle have made individuals more vulnerable to various forms of cancer such as oral cancer, breast cancer, lung cancer, cervical cancer, etc. In India, these diseases are increasing due to:

- 1) **Unhealthy diets rich in processed and fried junk foods.**
- 2) **Sedentary lifestyles leading to obesity and hormonal imbalance, especially in urban areas.**
- 3) **Tobacco consumption in any form (smoking or chewing).**
- 4) **Excessive alcohol intake.**
- 5) **Chronic stress and irregular sleep cycles.**
- 6) **Overexposure to UV radiation and environmental pollutants.**
- 7) **Use of plastic in various forms (drinking water bottles, cooking utensils, food packaging, etc.).**
- 8) **Excessive use of gadgets emitting radiation over long periods (laptops, phones, smart devices, Bluetooth devices, etc.).**

These factors can weaken immunity, alter metabolism, and trigger mutations that may transform normal cells into malignant ones.

Prevention

(A) Modern Medical Understanding & Prevention

Modern medicine emphasizes early detection, lifestyle modification, and clinical treatment as the three pillars of cancer control.

Preventive strategies include:

- 1) **Consuming a balanced diet rich in fruits, vegetables, and whole grains.**
- 2) **Engaging in physical exercise for at least 30 minutes daily.**
- 3) **Avoiding tobacco and limiting alcohol consumption.**
- 4) **Maintaining mental well-being through meditation and hobbies.**
- 5) **Regular health check-ups for early detection.**

Researchers are also exploring personalized medicine, where genetics helps determine preventive or therapeutic plans tailored to specific individuals.

(B) Ayurvedic & Traditional Perspectives

Traditional Indian medicine views cancer (Arbuda or Granthi) as a disorder caused by an imbalance of the three fundamental doshas—Vata, Pitta, and Kapha. Such imbalances may lead to toxin accumulation (Ama) and the formation of abnormal tissues.

Ayurvedic and traditional preventive measures emphasize holistic living, such as:

- 1) Panchakarma therapies for body detoxification.
- 2) Use of herbal medicines such as turmeric, neem, and ashwagandha, known for their antioxidant properties.
- 3) Inclusion of spices like ginger and black pepper in the diet to enhance digestion and metabolic fire (Agni).
- 4) Practicing yoga and pranayama to reduce stress and maintain hormonal balance.
- 5) Intermittent fasting or vrats, which are believed to strengthen the body's natural defense mechanisms and promote harmony between body and mind.

Conclusion

Cancer is not just a disease but a global challenge that demands awareness, prevention, and healthy choices. In India and across the world, a combined approach—where modern diagnostics and treatments are supported by traditional preventive practices—can help turn the fight against cancer into a victory for humanity.

Akhil Pal

M.Sc. Zoology (1st Semester)

Roll No.: 25MSZ014

7. The Magical Medicinal Herbs of Pangti Valley

The Himalayan region is home to numerous highly valued medicinal herbs, but among all places, one hidden treasure lies in the rugged heights of Himachal Pradesh—Pangti Valley. This Himalayan wonderland is not just rich in natural beauty but is also a treasure trove of medicinal plants that heal, energize, and amaze.

Pangti Valley, located in Chamba district of Himachal Pradesh, is often described as a hidden treasure of the Himalayas. Its high mountains and green meadows are full of medicinal herbs that help heal diseases, boost immunity, and improve overall health. Local people have used these plants for centuries to treat fever, cough, piles, stomach problems, and even cancer.

Some important medicinal herbs found in the valley include:

- *Aconitum heterophyllum* (Patish) – Used for treating fever and inflammation.
- *Picrorhiza kurroa* (Kutki) – Beneficial for liver health and digestion.
- *Sinopodophyllum hexandrum* (Bankakri) – Traditionally used for wound healing and treatment of ulcers.
- *Junirea macrocephala* (Dhoop) – Helpful in respiratory disorders and inflammation.
- *Meconopsis aculeata* (Vanita) – Used in traditional remedies for various inflammatory conditions.

Among these, *Sinopodophyllum hexandrum* is an endangered high-altitude plant. It is widely known for its medicinal, anti-tumor, antifungal, and immune-boosting properties. The rhizome of this plant is used as a starting material for several anti-cancer drugs. In Pangri Valley, this rare herb can be found in alpine and sub-alpine regions.

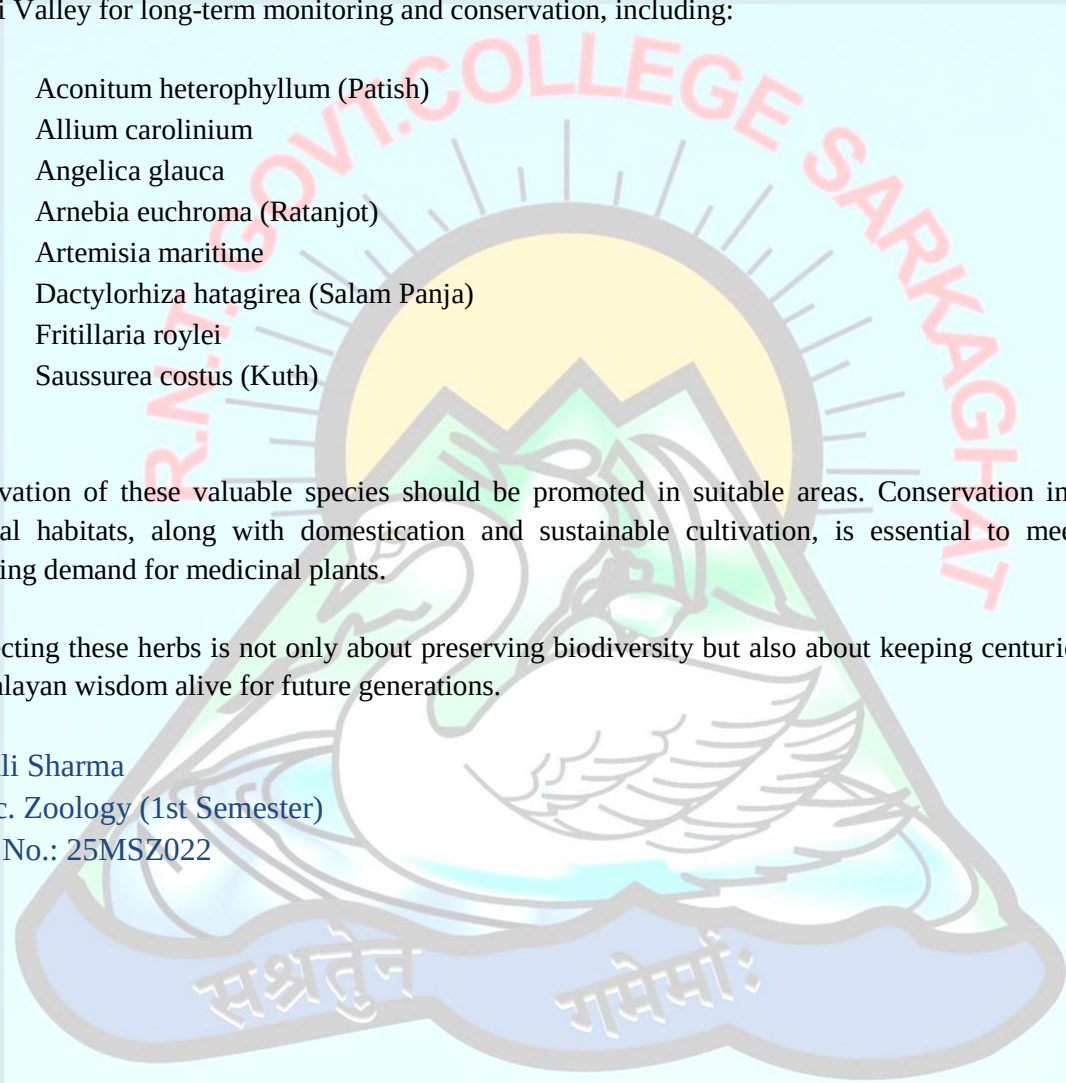
There is an urgent need to develop and implement effective conservation strategies for these valuable medicinal plants. Besides *Sinopodophyllum*, several other important species have been recorded in Pangri Valley for long-term monitoring and conservation, including:

- *Aconitum heterophyllum* (Patish)
- *Allium carolinum*
- *Angelica glauca*
- *Arnebia euchroma* (Ratanjot)
- *Artemisia maritime*
- *Dactylorhiza hatagirea* (Salam Panja)
- *Fritillaria roylei*
- *Saussurea costus* (Kuth)

Cultivation of these valuable species should be promoted in suitable areas. Conservation in their natural habitats, along with domestication and sustainable cultivation, is essential to meet the growing demand for medicinal plants.

Protecting these herbs is not only about preserving biodiversity but also about keeping centuries-old Himalayan wisdom alive for future generations.

Anjali Sharma
M.Sc. Zoology (1st Semester)
Roll No.: 25MSZ022



8. The Marvel Within: Wonders of the Human Body

The human body is one of nature's greatest masterpieces—an intricate and intelligent system that works tirelessly every second of our lives. Every part plays a stunning role in keeping us alive, aware, and connected to the world.

Our brain, weighing about 1.4 kg, can generate ideas, store lifelong memories, solve problems, and control millions of body functions without us even noticing.

The heart, no bigger than your fist, beats over 100,000 times a day, pumping life through nearly 100,000 km of blood vessels—enough to circle the Earth more than twice. Each beat is a reminder that life is moving within us.

Our eyes can distinguish millions of colors and focus faster than any camera. Meanwhile, our skin, the largest organ of the body, protects us, heals itself, and senses even the slightest touch.

Yet the greatest wonder is not just how our body works, but how it adapts. It heals cuts, fights viruses, grows stronger, and adjusts to every challenge we face.

The human body is not merely a structure—it is a living miracle, a reminder that each of us carries within us a universe of wonders.

Suman Thakur

M.Sc. Zoology, 1st Semester

Roll No.: 25MSZ003

9. The Invisible Architects of Earth: Microbes at Work

When we imagine the architects of our planet, we often think of mountains, oceans, and forests—giant structures shaped over millions of years. But the real architects are far smaller, often too tiny to see. Microbes—bacteria, fungi, archaea, and viruses—quietly run the world from behind the scenes.

Every scoop of soil, every drop of water, and every breath of air contains trillions of microorganisms. They build ecosystems, recycle nutrients, and even help regulate the atmosphere. Without them, plants would not grow, animals would not survive, and humans simply would not exist.

Inside our bodies, microbes form an entire universe known as the microbiome. These microscopic residents help digest food, strengthen immunity, and even influence our mood and overall health.

Microbes may be invisible, but their impact is enormous. They are essential to life on Earth and remind us that sometimes the smallest things shape the biggest worlds.

"Sometimes the smallest things shape the biggest worlds."

Neha Katwal

M.Sc. 1st Semester (Zoology)

Roll No.: 25MSZ020

10. Water That Remembers: The Science Behind Nature's Oldest Molecule

Every drop of water you drink has been here for billions of years. It may have once flowed through a glacier, drifted inside a cloud, or rested deep within the roots of a prehistoric forest. In a way, water is the closest thing Earth has to a memory system.

Water molecules constantly break and reform bonds in trillionths of a second, creating patterns that shift like a tiny conversation. Scientists call this the hydrogen-bond network, a dynamic structure that gives water its unusual properties—why it expands when frozen, why it dissolves many essential substances, and why it plays a crucial role in Earth's climate system.

Even more fascinating is water's ability to preserve traces of its environment. Ice cores from Antarctica contain bubbles of ancient air, preserving snapshots of Earth's atmosphere from hundreds of thousands of years ago.

In every drop, there is history.

In every glass, there is geology, biology, and time itself.

Water does not simply flow—it connects everything that has ever lived.

Pallavi

M.Sc. Zoology, 1st Semester

Roll No.: 25MSZ015

11. A New Species Emerges: The Mist-Stripe Leopard Gecko of Northeast India

Scientists have discovered a new species of gecko in the fog-covered forests of Northeast India. Named *Eublepharis nebulosus*, or the Mist-Stripe Leopard Gecko, it is known for its soft cloud-like stripes and silver-reflective eyes that help it blend into the dim, misty environment.

The gecko grows up to 18 cm in length and moves with slow, controlled motions—a unique behaviour believed to confuse insects before striking. Genetic testing suggests that it separated from its closest relatives nearly 1.5 million years ago, evolving in complete isolation within a hidden mountain valley.

Researchers say the discovery highlights the region's rich but fragile biodiversity. With roads and human activity increasing, the species may already be at risk. Scientists are calling for immediate habitat studies and conservation efforts to protect this rare gecko before it disappears as quietly as it was found.

This discovery reminds us that nature still holds many secrets waiting to be uncovered and protected.

Kalpna Pathania

M.Sc. 1st Semester

Roll No.: 25MSZ021

12. Eco-Friendly Festival Celebration

Festivals are a time of joy, love, and togetherness. They bring people closer and fill our hearts with happiness. But in today's world, where climate change, deforestation, and pollution are increasing, we must celebrate our festivals in an eco-friendly way.

One of the best ways to do this is by planting trees and using plant-based materials for decoration during festivals.

Trees are our best friends. They provide us with oxygen, food, shade, and flowers. They also help reduce pollution in the atmosphere, lithosphere, and hydrosphere. Instead of spending money on crackers or plastic decorations, we can gift plants to our family and friends. We can also use plant-based materials for decoration, such as mango leaves and flowers.

This small step can make our celebrations more meaningful and lasting.

We can plant trees on occasions like Diwali, Holi, New Year, and other festivals to spread environmental awareness. When each person or family plants even one tree during a festival, imagine how green and healthy our Earth can become.

Let us make every festival a green festival. Plant a tree, spread joy, and give a gift that lives forever—a gift to our Mother Earth.

Name: Neha Chandel

Class: M.Sc. Zoology

Roll No.: 24MSZ015

13. Astronomy: Exploring the Universe Beyond Our Eyes

Astronomy is one of the oldest sciences known to humanity. From ancient times, people have looked up at the sky with curiosity, wondering about the shining stars, the glowing moon, and the mysterious planets. Today, astronomy has grown into a powerful field that helps us understand the vast universe we live in.

Astronomy is not just about observing stars—it is about discovering how the universe began, how it works, and what it holds for the future.

Modern telescopes, spacecraft, and satellites allow astronomers to study galaxies, black holes, and even planets beyond our solar system. These discoveries help us learn more about space and our place in it.

One of the most fascinating things about astronomy is that it constantly reminds us how small we are in the universe. Our Earth is just one tiny planet in a solar system that is part of a much larger galaxy called the Milky Way. Beyond our galaxy, there are billions of others, each containing countless stars and planets.

This makes astronomy a subject full of wonder and endless possibilities.

Ridhima Thakur

M.Sc. Botany, 3rd Semester

Roll No.: 24MSB002

14. Natural Water Resources and Their Importance

Natural water resources are essential components of the Earth's ecosystem and are the primary sources of fresh water used by humans, animals, and plants. These resources include rivers, lakes, ponds, streams, glaciers, and groundwater. They play a crucial role in supporting life, maintaining ecological balance, and enabling human development.

Natural water resources are also vital for sustaining biodiversity. Many plants and animals depend on clean and stable water bodies for their survival. Wetlands, which form where water and land meet, are among the richest ecosystems on the planet and serve as breeding grounds for many species.

In addition, water resources support agriculture, industry, and domestic needs. They help in food production, power generation, transportation, and various economic activities that contribute to the growth and well-being of society.

Conclusion

Natural water resources are a precious gift of nature that supports life, agriculture, industry, and ecological health. Their conservation and careful management are necessary to maintain sustainable development and preserve the balance of the environment for future generations.

Name: Sandreesha Thakur

Class: M.Sc. 3rd Semester

Roll No.: 24MSZ027

15. Climate Change: Causes and Effects

Climate change is one of the most serious environmental challenges facing the world today. Its negative effects continue to grow with time and threaten both human life and the planet's unique biodiversity. Climate change refers to long-term changes in weather patterns and average climatic conditions across regions or the entire Earth.

These changes may be positive or negative. However, significant shifts in climate can disturb natural systems and create serious environmental problems. Today, climate change has become a major global concern affecting ecosystems, economies, and societies worldwide.

Climate change has many causes. Some are natural, while others result from human activities. These factors increase the concentration of greenhouse gases in the atmosphere, disrupting the Earth's natural balance.

Major human causes of climate change include:

- Agriculture and livestock farming
- Industrial activities
- Transportation and vehicle emissions

- Excessive use of fossil fuels and energy resources
- Deforestation and land-use changes

These activities contribute to global warming and other environmental issues such as rising sea levels, extreme weather events, and loss of biodiversity.

The effects of climate change include:

- Increase in global temperatures
- Melting of glaciers and polar ice caps
- Changes in rainfall patterns
- More frequent floods, droughts, and storms
- Loss of biodiversity and habitats
- Threats to agriculture, livelihoods, and human health

Conclusion

Climate change is caused by both natural factors and human activities, but human influence has significantly accelerated the process. Its effects are visible across ecosystems, biodiversity, and human livelihoods. Therefore, collective efforts toward sustainable development, environmental conservation, and responsible resource use are essential to reduce the impact of climate change and protect our planet for future generations.

Name: Aastha Thakur

Class: M.Sc. Zoology, 3rd Semester

Roll No.: 24MSZ011

16. Bioluminescence: Nature's Glow

Bioluminescence is the ability of living organisms to produce their own light through a chemical reaction involving luciferin and luciferase. This natural glow can be seen in fireflies, jellyfish, deep-sea fish, glowing mushrooms, and plankton.

Organisms use this light for various purposes, such as attracting mates, confusing predators, hunting prey, and communicating with one another. This light is usually blue or green in color and produces very little heat, which is why it is often called cold light.

Scientists are exploring bioluminescence for many practical applications, including eco-friendly lighting, medical research, and the development of glowing plants.

A Small Reaction – But a Magical Glow! □

Anchal Thakur

Roll No.: 25MSC004

M.Sc. Chemistry

17. Chandrayaan-3

Chandrayaan-3 is India's successful Moon mission conducted by the Indian Space Research Organisation (ISRO). It was launched from the Satish Dhawan Space Centre on 14 July 2023.

Chandrayaan-3 successfully landed on the surface of the Moon at approximately 6:04 PM on 23 August 2023. The mission consisted of a lander and a rover. The lander was named Vikram Lander, and the rover was named Pragyan Rover.

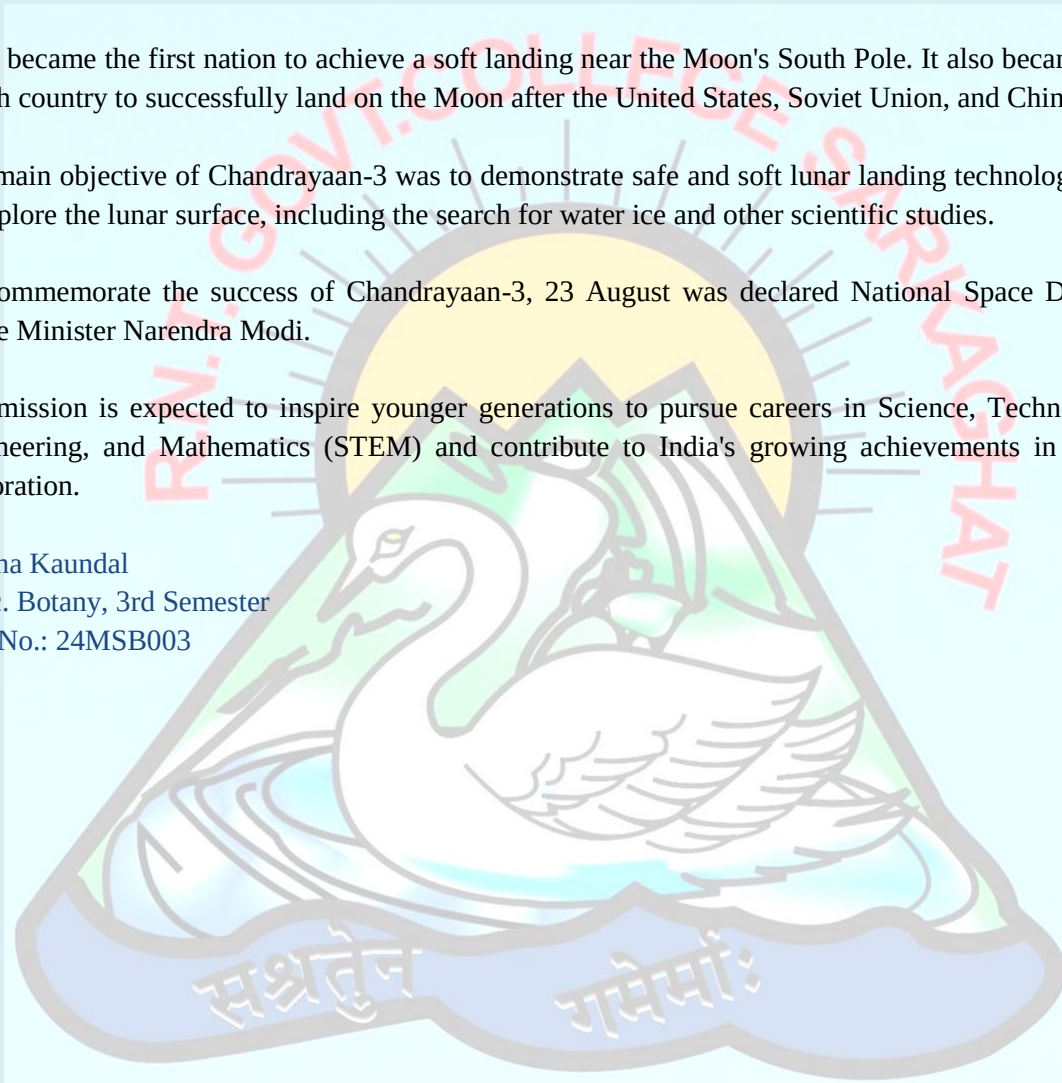
India became the first nation to achieve a soft landing near the Moon's South Pole. It also became the fourth country to successfully land on the Moon after the United States, Soviet Union, and China.

The main objective of Chandrayaan-3 was to demonstrate safe and soft lunar landing technology and to explore the lunar surface, including the search for water ice and other scientific studies.

To commemorate the success of Chandrayaan-3, 23 August was declared National Space Day by Prime Minister Narendra Modi.

The mission is expected to inspire younger generations to pursue careers in Science, Technology, Engineering, and Mathematics (STEM) and contribute to India's growing achievements in space exploration.

Anisha Kaundal
M.Sc. Botany, 3rd Semester
Roll No.: 24MSB003



18. Deep Sea – Shadow Creatures & Devil Sea

Shadow Creatures

In the deep ocean, far beyond the reach of sunlight, submarines and sonar systems occasionally detect large, slow-moving shapes—too big to be known species and too structured to be random debris. These mysterious forms are often nicknamed “Shadow Creatures” by oceanographers.

The Mystery

Deep-sea radars and sonar equipment have sometimes detected moving masses measuring 20–30 meters or more in length. Cameras have occasionally captured drifting silhouettes that disappear before they can be recorded clearly.

Some researchers believe these could be undiscovered giant jelly-like organisms, while others suggest they may be colonies of smaller animals behaving together as a single “superorganism.” So far, none have been captured or photographed in sufficient detail for scientific confirmation.

Why It Matters

- More than 75% of the deep ocean remains unexplored, meaning giant unknown species may still exist.
- Studying these mysterious organisms could transform our understanding of marine biology.
- Similar large, unidentified organisms have been suggested by certain fossil records and ocean observations.

Devil Sea

Most people know about the Bermuda Triangle, but fewer are aware of its Pacific counterpart—the Devil Sea, located near Japan. This region has gained attention because ships, aircraft, and even entire crews have reportedly disappeared under calm weather conditions.

The Mystery

Over several decades, sailors have reported:

- Sudden white fogs
- Compass failures
- Electrical malfunctions
- Radar disturbances

In many cases, underwater surveys later found little or no trace of wreckage.

Possible Explanations

Scientists have proposed several theories:

- Strong magnetic anomalies
- Methane gas eruptions from the seabed
- Underwater volcanic activity
- Extreme and unpredictable ocean currents

However, no single explanation accounts for every reported incident.

Why It Matters

The Devil Sea challenges our understanding of ocean dynamics, geology, and navigation. Studying such phenomena may provide valuable insights into Earth's oceans and the natural forces operating beneath them.

By: Niksh Guleria

Class: B.Sc. 1st Year

Roll No.: 25Z0005

19. Article on Wildlife in Forests: A Zoological Perspective

Forests are not just collections of trees; they are vibrant ecosystems filled with thousands of animal species. From tiny insects to large mammals, forest wildlife plays a vital role in maintaining ecological balance. Zoology, the scientific study of animals, helps us understand how these creatures live, adapt, and interact within forest environments.

1. Biodiversity in Forests

Forests are among the richest habitats on Earth.

Tropical rainforests alone contain more than 50% of the world's animal species.

Different layers of the forest—forest floor, understory, and canopy—support different types of animals.

2. Adaptations of Forest Animals

Animals develop special features to survive in forest environments.

Monkeys swing easily through trees using their strong limbs and tails.

Owls hunt effectively at night due to their excellent night vision.

Insects use camouflage to hide from predators and blend into their surroundings.

3. Food Webs and Interdependence

Animals in forests are connected through complex food chains and food webs.

Plants act as producers and form the base of the food chain.

Herbivores feed on plants, while carnivores feed on other animals.

These interactions help maintain ecosystem balance and stability.

4. Ecological Roles of Wildlife

Wildlife contributes significantly to the health of forest ecosystems.

Pollinators help plants reproduce.

Seed dispersers aid in forest regeneration.

Predators regulate animal populations.

Scavengers help keep the environment clean by consuming dead organisms.

Conclusion

Forest wildlife is an essential part of Earth's natural systems. Studying animal behavior, adaptations, and ecological roles helps us understand the importance of conserving forests and their biodiversity. Protecting wildlife ensures healthy ecosystems for future generations and preserves the delicate balance of nature.

Name: Jyoti Kumari

Class: B.Sc. 1st Year

**Roll No.: 25ZH015

20.Future Microbes – Our Invisible Superheroes

Microbes are tiny living organisms that cannot be seen with the naked eye. Although they are invisible, they play an important role in our lives. In the future, with the help of biotechnology, microbes may become powerful superheroes that help solve major problems facing humanity and the environment.

1. Super Cleaner Microbes

Scientists are developing microbes that can break down oil spills, plastic waste, and harmful chemicals. These microbes can naturally clean oceans, rivers, and soil, making the environment healthier and safer.

2. Super Doctor Microbes

Future microbes may act like tiny doctors inside the human body. They could detect diseases at an early stage, destroy harmful cells, assist in targeted treatments, and even help produce medicines more efficiently.

3. Super Farmer Microbes

Special microbes can improve soil fertility, help plants absorb nutrients, resist pests and diseases, and reduce the need for chemical fertilizers. They can also help crops grow with less water, supporting sustainable and eco-friendly agriculture.

4. Super Space Microbes

In future space missions, microbes may help astronauts survive by producing oxygen, recycling waste, generating food, and purifying water. These microscopic helpers could play an important role in long-term missions to planets such as Mars.

Conclusion

Though invisible to our eyes, microbes have enormous potential. With advances in science and biotechnology, these tiny organisms may become valuable partners in protecting the environment, improving human health, increasing food production, and supporting space exploration. Truly, future microbes could be our invisible superheroes.

Name: Lalita Thakur

Class: M.Sc. Botany 1st Semester

Roll No.: 25MSB010

21. Ageing (Senescence)

Ageing, also known as senescence, refers to the gradual deterioration of biological functions that occurs in living organisms over time. It affects all levels of biological organization, from molecules and cells to tissues, organs, and entire organ systems. Ageing is a natural process that influences growth, health, and longevity.

Causes of Ageing

- Ageing occurs due to multiple interconnected biological mechanisms:
- Cellular Senescence: Cells lose their ability to divide after a certain number of divisions, leading to the accumulation of senescent cells that impair tissue function.
- Telomere Shortening: Telomeres protect chromosome ends but become shorter with each cell division, eventually triggering cellular ageing.
- Oxidative Stress: Reactive oxygen species (free radicals) damage cellular components, accelerating ageing.
- Immune System Decline: With age, immune responses weaken, making the body more vulnerable to infections, cancer, and autoimmune disorders.

Changes Associated with Ageing

Some common age-related changes include:

- Reduced cell division and tissue regeneration.
- Accumulation of cellular waste products.
- Decline in mitochondrial efficiency and energy production.
- Skin becoming thinner, less elastic, and more prone to wrinkles.
- Decreased bone density and joint flexibility
- Stiffening of arteries and reduced cardiac output.
- Gradual decline in muscle mass and strength.

Slowing the Ageing Process

Although ageing cannot be completely stopped, its effects can be slowed through healthy lifestyle practices:

- Consuming a balanced diet rich in antioxidants.
- Engaging in regular physical exercise.
- Managing stress effectively.
- Getting adequate sleep.
- Avoiding smoking and excessive alcohol consumption.
- Maintaining regular health check-ups.

Future Research

Modern scientific research is exploring various approaches to delay age-related decline, including:

- Senolytics – drugs that remove senescent cells.
- Telomerase activation – maintaining telomere length.
- Stem cell therapy – repairing and regenerating damaged tissues.
- Gene therapy – targeting genetic factors involved in ageing.

Conclusion

Ageing is a complex biological process that affects every living organism. While it cannot be prevented entirely, scientific advances and healthy lifestyle choices can help improve quality of life and promote healthy ageing. Continued research offers promising possibilities for reducing age-related diseases and extending healthy lifespan.

Name: Munisha

Class: M.Sc. Botany (3rd Semester)

Roll No.: 24MSB027

22. Quantum Mechanics: The Strange Science That Shapes Our Universe

Quantum mechanics is one of the most fascinating and mysterious branches of physics. It describes the behavior of the tiniest particles in the universe, such as electrons, photons, atoms, and other subatomic particles. At these microscopic scales, nature behaves very differently from what we observe in everyday life.

The quantum world does not act like a miniature version of the visible world. Instead, particles can behave both as particles and as waves, a phenomenon known as wave-particle duality. For example, light can travel like a wave but can also interact with matter as a stream of particles called photons. This dual nature is one of the fundamental concepts of quantum mechanics.

Another remarkable feature of quantum mechanics is the idea of probability. Scientists cannot always predict the exact behavior of a particle; instead, they can calculate the likelihood of different outcomes. This uncertainty is a natural part of the quantum world and is described by the famous Heisenberg Uncertainty Principle.

Quantum mechanics is not just a theoretical subject; it has transformed modern technology. Many devices we use today depend on quantum principles, including lasers, MRI scanners, semiconductors, computers, smartphones, and LED lights. Emerging technologies such as quantum computing and quantum communication may revolutionize the future.

Quantum mechanics reminds us that the universe is far more complex and surprising than it appears. It challenges our understanding of reality and encourages us to explore deeper mysteries of nature. As scientists continue to uncover its secrets, quantum mechanics may open the door to discoveries and technologies that we can scarcely imagine today.

Siya Thakur

Class: B.Sc. 1st Year

Roll No.: 25LCH008

23. The Science Behind Lightning

Lightning is one of nature's most spectacular phenomena. A lightning flash usually originates inside a cloud several kilometers above the ground. It is essentially a giant electrical discharge that occurs between a cloud and the ground, between two clouds, or even between different parts of the same cloud.

Lightning is caused by the buildup of electrical charges within storm clouds. When the difference in charge becomes large enough, the air can no longer act as an insulator, and a powerful electric spark is produced. This spark is what we see as lightning.

A simple example of a small-scale electrical discharge is the spark that jumps between the terminals of a battery or when static electricity causes a shock. Lightning is the same phenomenon but on a much larger scale.

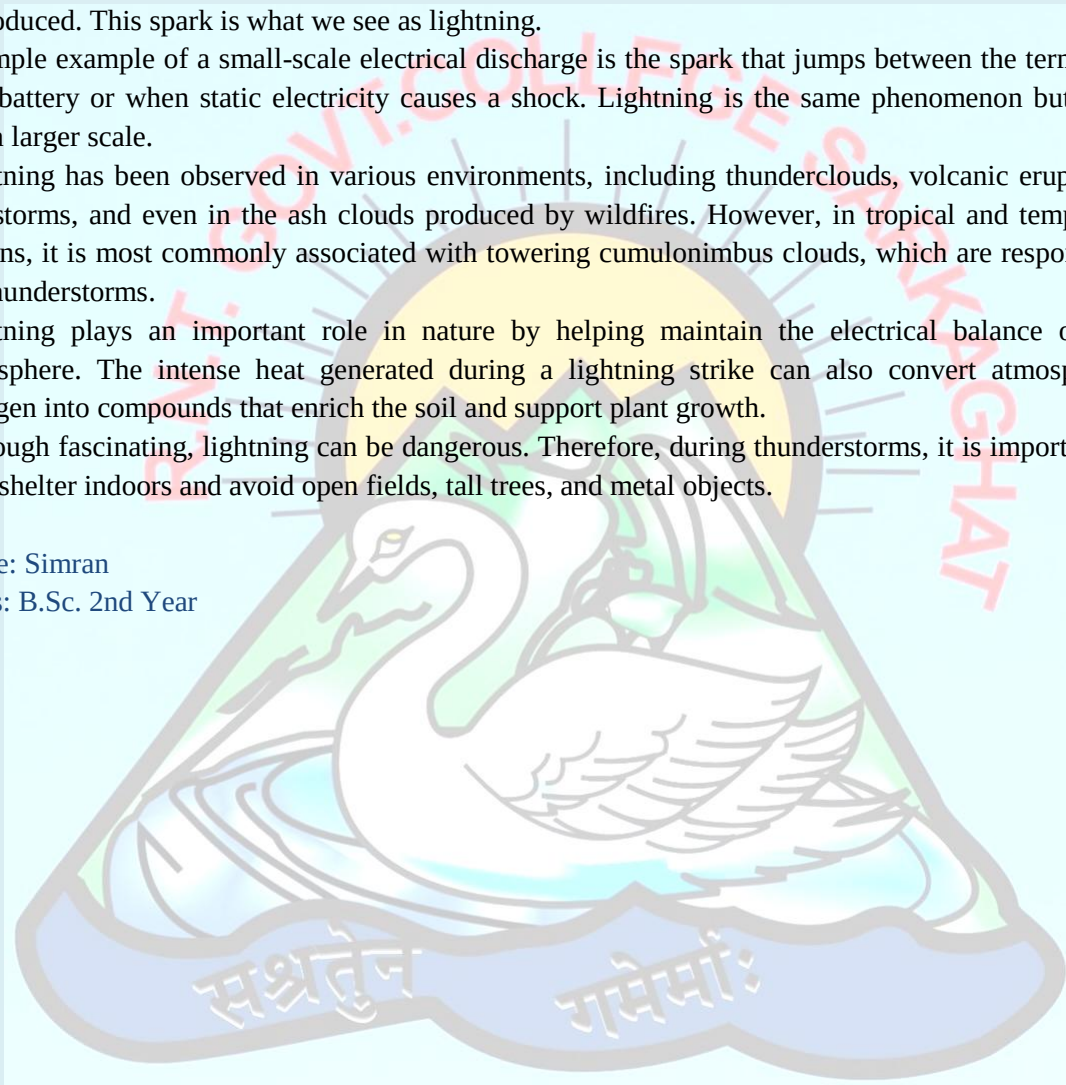
Lightning has been observed in various environments, including thunderclouds, volcanic eruptions, sandstorms, and even in the ash clouds produced by wildfires. However, in tropical and temperate regions, it is most commonly associated with towering cumulonimbus clouds, which are responsible for thunderstorms.

Lightning plays an important role in nature by helping maintain the electrical balance of the atmosphere. The intense heat generated during a lightning strike can also convert atmospheric nitrogen into compounds that enrich the soil and support plant growth.

Although fascinating, lightning can be dangerous. Therefore, during thunderstorms, it is important to seek shelter indoors and avoid open fields, tall trees, and metal objects.

Name: Simran

Class: B.Sc. 2nd Year



24. Science in International Affairs

Science plays a crucial role in modern international affairs and influences many aspects of global cooperation. In an increasingly interconnected world, scientific knowledge helps nations address common challenges and build stronger diplomatic relationships through research partnerships and technological collaboration.

Many global issues, such as climate change, pandemics, pollution, food security, and energy sustainability, require scientific solutions and international cooperation. Scientific research provides reliable data that helps governments make informed decisions and develop effective policies. International agreements, such as the Paris Climate Agreement and the Montreal Protocol, are based on scientific evidence and collaborative efforts among nations.

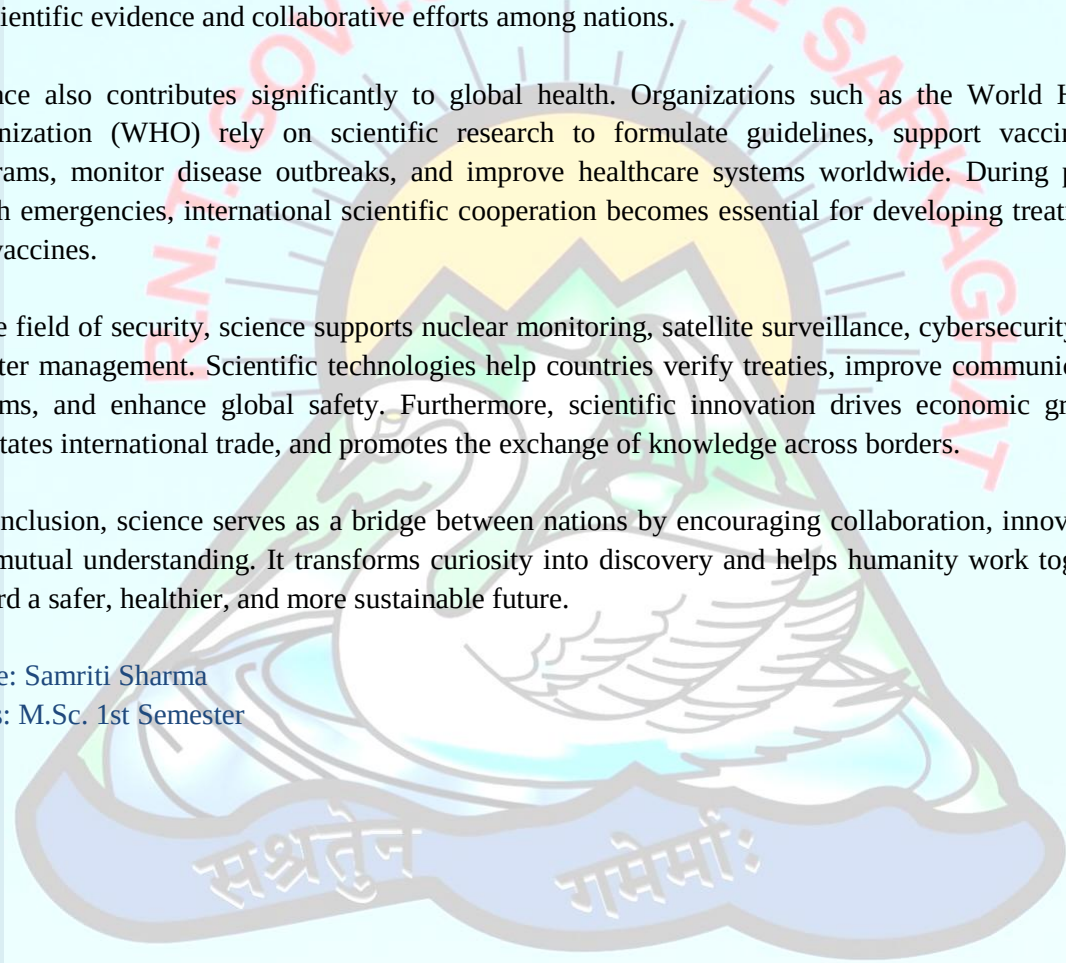
Science also contributes significantly to global health. Organizations such as the World Health Organization (WHO) rely on scientific research to formulate guidelines, support vaccination programs, monitor disease outbreaks, and improve healthcare systems worldwide. During public health emergencies, international scientific cooperation becomes essential for developing treatments and vaccines.

In the field of security, science supports nuclear monitoring, satellite surveillance, cybersecurity, and disaster management. Scientific technologies help countries verify treaties, improve communication systems, and enhance global safety. Furthermore, scientific innovation drives economic growth, facilitates international trade, and promotes the exchange of knowledge across borders.

In conclusion, science serves as a bridge between nations by encouraging collaboration, innovation, and mutual understanding. It transforms curiosity into discovery and helps humanity work together toward a safer, healthier, and more sustainable future.

Name: Samriti Sharma

Class: M.Sc. 1st Semester



25. Ocean Pollution: Causes and Solutions

Causes of Ocean Pollution

Ocean pollution is caused by various human activities that harm marine ecosystems. One of the major causes is plastic pollution, where plastic bags, bottles, and other waste materials enter oceans and take years to decompose. Agricultural runoff containing fertilizers and pesticides also pollutes seawater. Industrial waste and sewage discharged into rivers eventually reach the oceans. In addition, oil spills from ships and offshore drilling operations release harmful substances into marine environments, affecting aquatic life and water quality.

Solutions to Ocean Pollution

To reduce ocean pollution, several measures can be taken:

Reduce plastic consumption and promote reusable alternatives.

Improve waste management and recycling systems.

Ensure proper treatment of sewage and industrial waste before disposal.

Reduce the use of harmful chemicals, fertilizers, and pesticides.

Organize beach and river clean-up programs.

Educate people about marine conservation and environmental responsibility.

Enforce strict laws against illegal dumping of waste into water bodies.

Conclusion

Ocean pollution is a serious environmental issue that threatens marine life and human well-being. By adopting sustainable practices and increasing public awareness, we can protect our oceans and ensure a cleaner, healthier future for generations to come.

Name: Himani Thakur

Class: M.Sc. Botany 1st Year

Roll No.: 25MSB003

26. Ecology and Environment: Our Responsibility

Ecology and environment are the lifelines of our planet. Ecology explains the relationships between living organisms and their surroundings, while the environment includes air, water, soil, plants, and animals that make life on Earth possible. Both are deeply interconnected and essential for maintaining a healthy and balanced ecosystem.

Unfortunately, human activities such as deforestation, pollution, excessive use of natural resources, and urbanization have disturbed nature's balance. These actions have led to serious environmental problems, including climate change, loss of biodiversity, rising temperatures, and environmental degradation. If these issues continue unchecked, future generations may face severe ecological challenges.

Protecting ecology and the environment is not only a responsibility but also a moral duty. Every individual can contribute through small yet meaningful actions. Planting trees, conserving water, reducing plastic use, recycling waste, and adopting sustainable lifestyles can make a significant difference in protecting our natural resources.

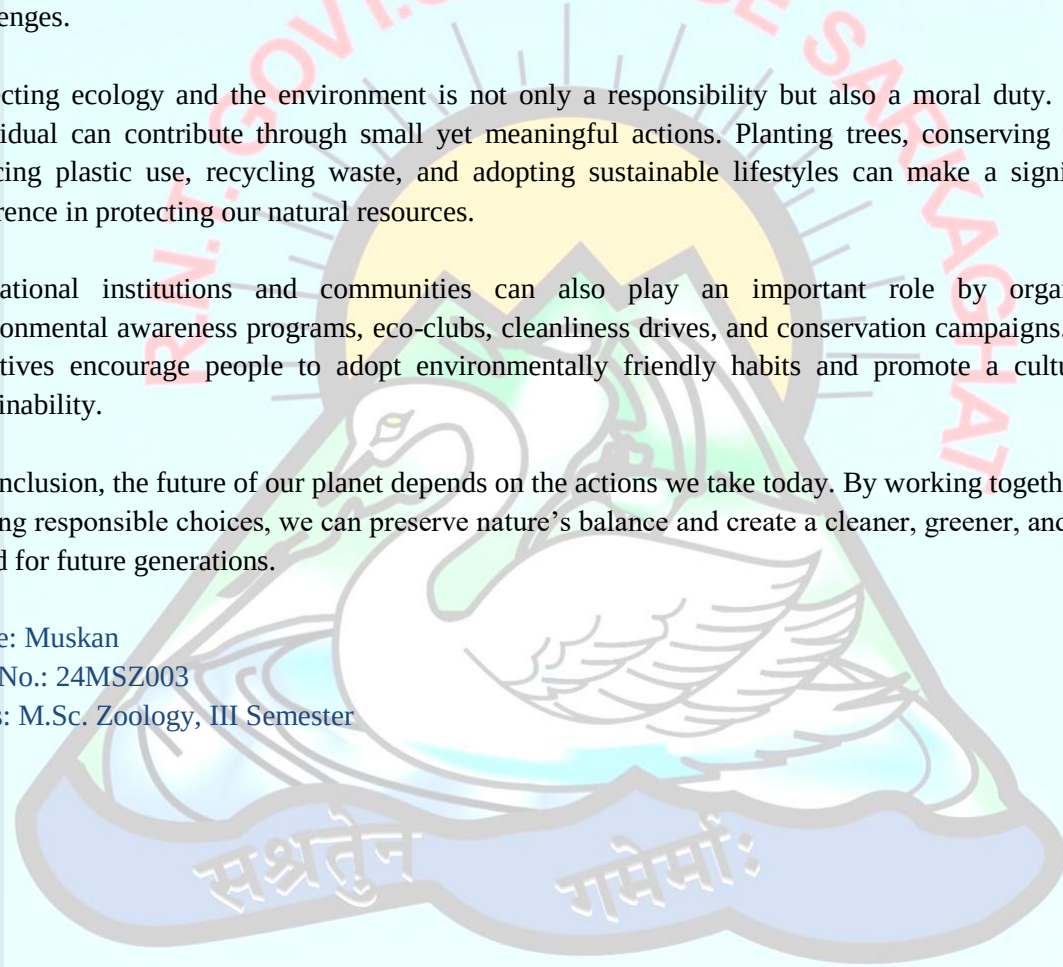
Educational institutions and communities can also play an important role by organizing environmental awareness programs, eco-clubs, cleanliness drives, and conservation campaigns. Such initiatives encourage people to adopt environmentally friendly habits and promote a culture of sustainability.

In conclusion, the future of our planet depends on the actions we take today. By working together and making responsible choices, we can preserve nature's balance and create a cleaner, greener, and safer world for future generations.

Name: Muskan

Roll No.: 24MSZ003

Class: M.Sc. Zoology, III Semester



27. Microplastics: A Hidden Threat to the Human Brain

Microplastics are tiny plastic particles, usually less than 5 millimeters in size, that are present in our environment. These particles originate from the breakdown of larger plastic items and can enter the human body through food, drinking water, and even the air we breathe.

Recent scientific studies suggest that microplastics may travel through the bloodstream and reach various organs, including the brain. Once inside the body, they may trigger inflammation, oxidative stress, and cellular damage. Researchers are investigating how these particles could affect brain health, memory, learning ability, and overall cognitive function over time.

The widespread presence of microplastics has become a growing environmental and public health concern. Plastic waste in oceans, rivers, soil, and urban areas continuously breaks down into smaller particles, increasing human exposure. Although more research is needed to fully understand their long-term effects, reducing plastic pollution is essential for protecting both environmental and human health.

Individuals can help by reducing single-use plastics, recycling responsibly, using reusable products, and supporting sustainable practices. Small actions taken today can contribute to a healthier and safer future for everyone.

“Small actions today can protect our future tomorrow.”

Name: Gunjan Thakur
Class: M.Sc. 1st Semester
Roll No.: 25MSBOT011

28. Climate Change and India's Monsoon

The Indian monsoon is no longer as steady and predictable as it once was. Due to climate change, global temperatures are rising, oceans are warming, and weather patterns are becoming increasingly irregular. As a result, the monsoon is behaving differently from year to year, creating serious environmental and economic challenges for India.

Problems Caused by Climate Change

1. Irregular Rainfall

The monsoon may arrive earlier or later than expected, and rainfall distribution has become uneven. This creates difficulties for farmers in planning sowing and harvesting activities.

2. Prolonged Dry Spells

Many regions experience long periods without rainfall, leading to droughts, water shortages, and stress on agriculture and livestock.

3. Crop Damage

Unpredictable rainfall, floods, and droughts can damage crops, reduce agricultural productivity, and negatively affect farmers' incomes.

4. Extreme Weather Events

Climate change has increased the frequency of heavy rainfall events, floods, landslides, and heat waves, causing loss of life and property.

What Can We Do?

Save Water

Using water wisely, fixing leaks, harvesting rainwater, and avoiding wastage can help conserve this valuable resource.

Plant More Trees

Trees help regulate the climate, improve air quality, conserve soil, and support rainfall patterns.

Reduce Plastic Use

Minimizing plastic consumption reduces pollution and prevents blockage of drainage systems during heavy rains.

Promote Sustainable Practices

Supporting renewable energy, reducing carbon emissions, and adopting eco-friendly lifestyles can help combat climate change.

Conclusion

Climate change is significantly affecting India's monsoon system. Understanding these changes and taking responsible actions can help reduce their impact. By conserving natural resources and protecting the environment, we can build a more sustainable and climate-resilient future.

Name: Varsha Thakur

Roll No.: 24CH007

Class: B.Sc. II Year

29. Artificial Intelligence in Science

Artificial Intelligence (AI) is rapidly transforming the field of science by accelerating data analysis, improving predictive modeling, and automating repetitive tasks. These capabilities allow researchers to focus more on complex problem-solving, innovation, and scientific discovery. AI has become an essential tool in many disciplines, including biology, medicine, physics, environmental science, and engineering.

One of the most significant contributions of AI is its ability to process vast amounts of data quickly and accurately. Machine learning algorithms can identify patterns, make predictions, and assist scientists in developing new solutions to challenging problems. In healthcare, AI helps in disease diagnosis, drug discovery, and personalized treatment planning. In environmental science, it supports climate modeling, weather forecasting, and biodiversity conservation.

AI is also revolutionizing education and research by providing personalized learning experiences and intelligent assistance. Students can benefit from AI-powered educational tools that offer customized explanations, interactive learning resources, and step-by-step guidance. Researchers can use AI to review literature, analyze experimental results, and improve scientific communication.

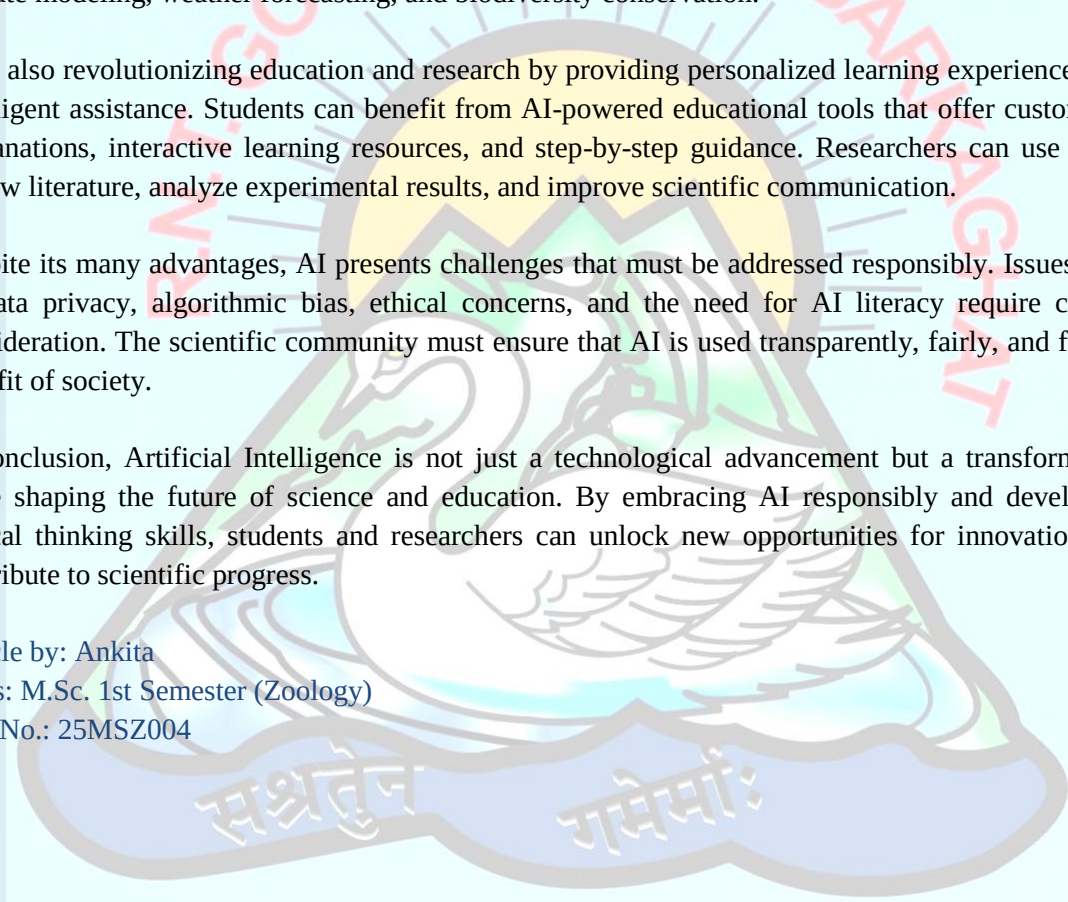
Despite its many advantages, AI presents challenges that must be addressed responsibly. Issues such as data privacy, algorithmic bias, ethical concerns, and the need for AI literacy require careful consideration. The scientific community must ensure that AI is used transparently, fairly, and for the benefit of society.

In conclusion, Artificial Intelligence is not just a technological advancement but a transformative force shaping the future of science and education. By embracing AI responsibly and developing critical thinking skills, students and researchers can unlock new opportunities for innovation and contribute to scientific progress.

Article by: Ankita

Class: M.Sc. 1st Semester (Zoology)

Roll No.: 25MSZ004



30. IMPACT OF TECHNOLOGY ON SOCIETY

Introduction

The importance of technology lies in its manifold benefits to society. The advancement in this field has revolutionized human life. It affects the life of people and changes the ways of their learning, thinking and communication. Now it is very tough to imagine life without technology.

Our society is shaped by technology, which has both beneficial and harmful consequences. The development in communication technology has made the world a smaller place, and the most important benefit of science and technology has brought to daily life. The mechanization of industrial processes has reduced human effort. Household appliances that are in daily use of the common man are a result of development in technology. Machines have replaced human beings in monotonous and risk-bearing tasks. Nowadays people are excessively using technology, which reduces their physical activities. There are also many cybercrimes happening every day.

Impact of Technology on Society

We utilize and rely on technology in our daily lives, and our technical requirements and demands continue to grow. Technology is used by humans to explore, connect, study and do work. The manner in which we use technology decides whether its effects are beneficial for society.

Positive Impacts of Technology on Society

Following are some positive impacts that technology brings to our life:

Improved Communication

Communication is the most important part of society. We build or transfer our thoughts with each other with the help of communication. Earlier, people used pigeons or birds to transfer their messages to their loved ones. After that, technology changed the medium of transferring information to mobile phones, emails, etc.

Easy Access to Information

We can easily access information via the internet. We can use it to enhance our knowledge and skills.

Conclusion

Undoubtedly, science and technology have made our life easier and faster. We should always make an effort and ensure that inventions and discoveries are used for the benefit of the entire human race. With the help of technology, let us make the world a better place for you, me and the entire human race.

Name: Arpita Thakur

Class: B.Sc Final Year

Roll No.: 23BSM015

31. PCOD (Polycystic Ovarian Disease)

PCOD is one of the most common hormonal disorders affecting young women today. In PCOD, the ovaries release immature eggs that may form small cysts, causing hormonal imbalance. This often leads to irregular periods, acne, weight gain, hair fall, and excess facial hair. Many college-going girls experience these symptoms but hesitate to seek help due to lack of awareness or social stigma.

Lifestyle factors such as stress, lack of physical activity, irregular sleep, and unhealthy eating habits are major contributors. If not managed early, PCOD can lead to long-term problems such as diabetes, infertility, and mood disturbances.

The good news is that PCOD is manageable. Regular exercise, a balanced diet, proper sleep, and stress control can significantly improve symptoms. Medical guidance from a gynecologist helps in proper diagnosis and treatment.

Awareness and open conversations can break myths and encourage young women to prioritize their health. Early detection and healthy lifestyle choices play a key role in managing PCOD effectively and improving overall well-being.

Name: Dipali Thakur

Class: M.Sc. 3rd Semester

Roll No.: 24MSZ001

32. HUMAN BRAIN AND NEURAL NETWORKS

The human brain is one of the most remarkable and complex structures found in nature. It serves as the control center of the body, regulating thoughts, emotions, memory, behavior, and countless biological functions. Modern science often compares the human brain to an advanced computer, but in reality, its capabilities far exceed any machine created so far. At the core of this extraordinary organ lies an intricate system called the neural network, responsible for processing information and generating responses.

The human brain weighs approximately 1.3 to 1.5 kilograms and contains nearly 86 billion neurons. These neurons are specialized cells that transmit information through electrical and chemical signals. Each neuron connects to thousands of others, creating a vast communication system. These connections, known as synapses, form highly dynamic pathways that strengthen or weaken based on experience, learning, and memory. This ability of the brain to reorganize itself is called neuroplasticity, which allows humans to learn new skills, adapt to changes, and recover from injuries.

A neural network functions by receiving a signal, processing it, and sending it forward. The brain is organized into different regions, each with a specialized function. The cerebrum controls thinking, reasoning, memory, and voluntary movements. The cerebellum maintains balance and coordination, while the brainstem regulates essential life functions such as breathing and heartbeat.

Understanding human neural networks has also inspired major advancements in technology. Artificial intelligence, robotics, machine learning, and cognitive science are all based on principles observed in the human brain. Scientists continue to study these networks to treat neurological disorders such as Alzheimer's disease, epilepsy, and stroke.

Conclusion

The human brain and its neural networks represent a masterpiece of biological engineering. The study of the brain not only deepens our understanding of ourselves but also shapes the future of science and technology.

Name: Kamila Thakur

Class: M.Sc. 3rd Semester

Roll No.: 24MSZ025

33. Peaceful Uses of Nuclear Energy

Nuclear energy is used for many peaceful purposes such as healthcare, food preservation, research, industry, and agriculture. It plays an important role in improving the quality of life and supporting scientific and technological development. Nuclear technology helps in producing high-quality medicines, diagnosing diseases, preserving food, and generating electricity for homes and industries.

Nuclear energy is a symbol of modern progress and has brought significant changes to societies around the world. Its applications have improved living standards and contributed to economic growth. The benefits of nuclear energy extend beyond electricity generation, influencing various sectors that are essential for human welfare.

Over the past several decades, evidence has shown that nuclear power can be a reliable and efficient source of electricity when operated safely. Many countries, including the United States, France, China, and Russia, use nuclear energy as part of their energy systems to meet growing power demands while reducing dependence on fossil fuels.

In conclusion, nuclear energy serves as an important tool for peaceful development. Its applications in medicine, agriculture, industry, research, and power generation continue to benefit society and contribute to a better future.

Name: Neha Devi

Class: M.Sc. 1st Semester

Roll No.: 25MSB002

34. MICROBIOME: “The Hidden Universe Inside the Human Body”

Inside the human body exists a vast, invisible world more complex than any rainforest or ocean ecosystem. This hidden universe is called the microbiome—a community of trillions of bacteria, fungi, viruses, and other microscopic organisms that live in and on us. Surprisingly, these tiny organisms are not our enemies; they are essential partners that help us survive, grow, and stay healthy.

The largest and most diverse microbiome lives in the gut, especially in the intestines. These microbes help in digesting food, producing vitamins such as B12 and K, and breaking down fibers that our bodies cannot digest on their own. Even our immune system depends heavily on gut microbes. Nearly 70% of the immune system is influenced by signals from these microscopic partners.

Interesting Facts About the Microbiome

You have more microbial cells than human cells in your body.

Gut microbes produce about 95% of the body's serotonin, a key mood regulator.

Each person's microbiome is unique, just like a fingerprint.

Your gut microbiome can change within 24 hours based on what you eat.

The microbiome plays a vital role in maintaining overall health and well-being. Scientists continue to study this hidden universe to better understand its effects on digestion, immunity, mental health, and disease prevention. Maintaining a healthy diet and lifestyle can help support a balanced and beneficial microbiome.

Name: Nancy

Class: M.Sc. 1st Semester

Roll No.: 25MSZ002



35. OZONE LAYER

The ozone layer is a thin but extremely important protective shield located in the stratosphere, about 15 to 35 kilometers above the Earth's surface. It is made up of ozone gas (O_3), which plays a crucial role in absorbing the Sun's harmful ultraviolet (UV) radiation. Without this natural filter, life on Earth would be exposed to dangerous levels of UV rays, leading to skin cancer, cataracts, weakened immune systems, and reduced plant and crop growth.

Unfortunately, over the past several decades, human activities have caused significant damage to this protective layer. Chemicals such as chlorofluorocarbons (CFCs), halons, and other industrial pollutants rise into the atmosphere and break apart ozone molecules, resulting in ozone depletion. This thinning is most severe over Antarctica, forming what is commonly known as the ozone hole.

Thanks to global cooperation and environmental agreements, the ozone layer has started to recover slowly. Efforts such as reducing the use of ozone-depleting substances have helped protect this vital shield.

Protecting the ozone layer means protecting all forms of life on Earth. Continued awareness, responsible environmental practices, and international cooperation are essential to ensure a safer and healthier future for our planet.

Name: Payal

Class: M.Sc. 1st Semester

Roll No.: 25MSC006



36. GLOBAL WARMING

Global warming refers to the gradual increase in the Earth's average temperature over time. It is mainly caused by the excessive release of greenhouse gases such as carbon dioxide, methane, and nitrous oxide into the atmosphere. Human activities like burning fossil fuels, deforestation, industrialization, and rapid urbanization have significantly contributed to this problem.

As the global population grows, the demand for energy and natural resources also increases. Excessive use of fossil fuels and the destruction of forests reduce the Earth's ability to absorb carbon dioxide, leading to a rise in global temperatures. Natural resources must be used carefully because they are limited, and their overexploitation can disturb the ecological balance.

Global warming has serious consequences for the environment. It contributes to climate change, causing extreme weather events such as storms, floods, droughts, heat waves, and avalanches. Rising temperatures also lead to melting glaciers, rising sea levels, loss of biodiversity, and threats to agriculture and water resources.

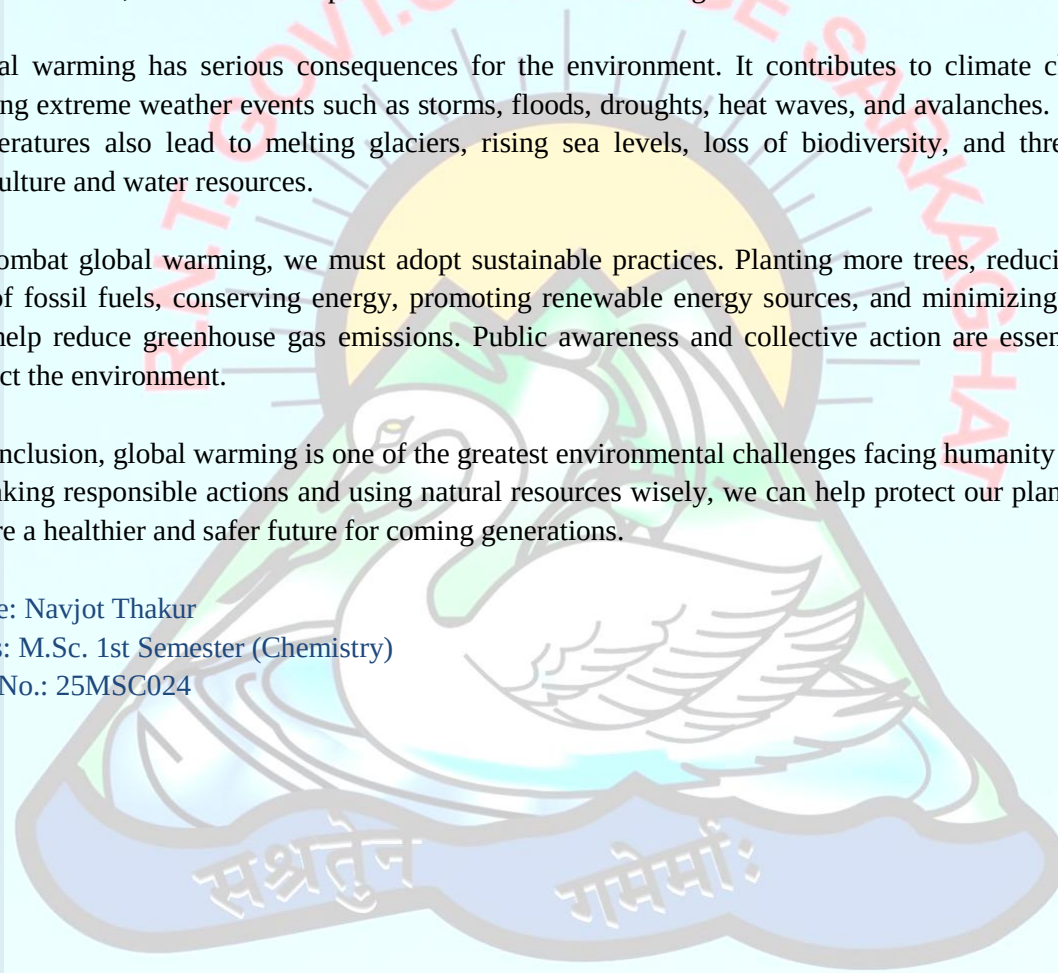
To combat global warming, we must adopt sustainable practices. Planting more trees, reducing the use of fossil fuels, conserving energy, promoting renewable energy sources, and minimizing waste can help reduce greenhouse gas emissions. Public awareness and collective action are essential to protect the environment.

In conclusion, global warming is one of the greatest environmental challenges facing humanity today. By taking responsible actions and using natural resources wisely, we can help protect our planet and ensure a healthier and safer future for coming generations.

Name: Navjot Thakur

Class: M.Sc. 1st Semester (Chemistry)

Roll No.: 25MSC024



PLANNING SECTION

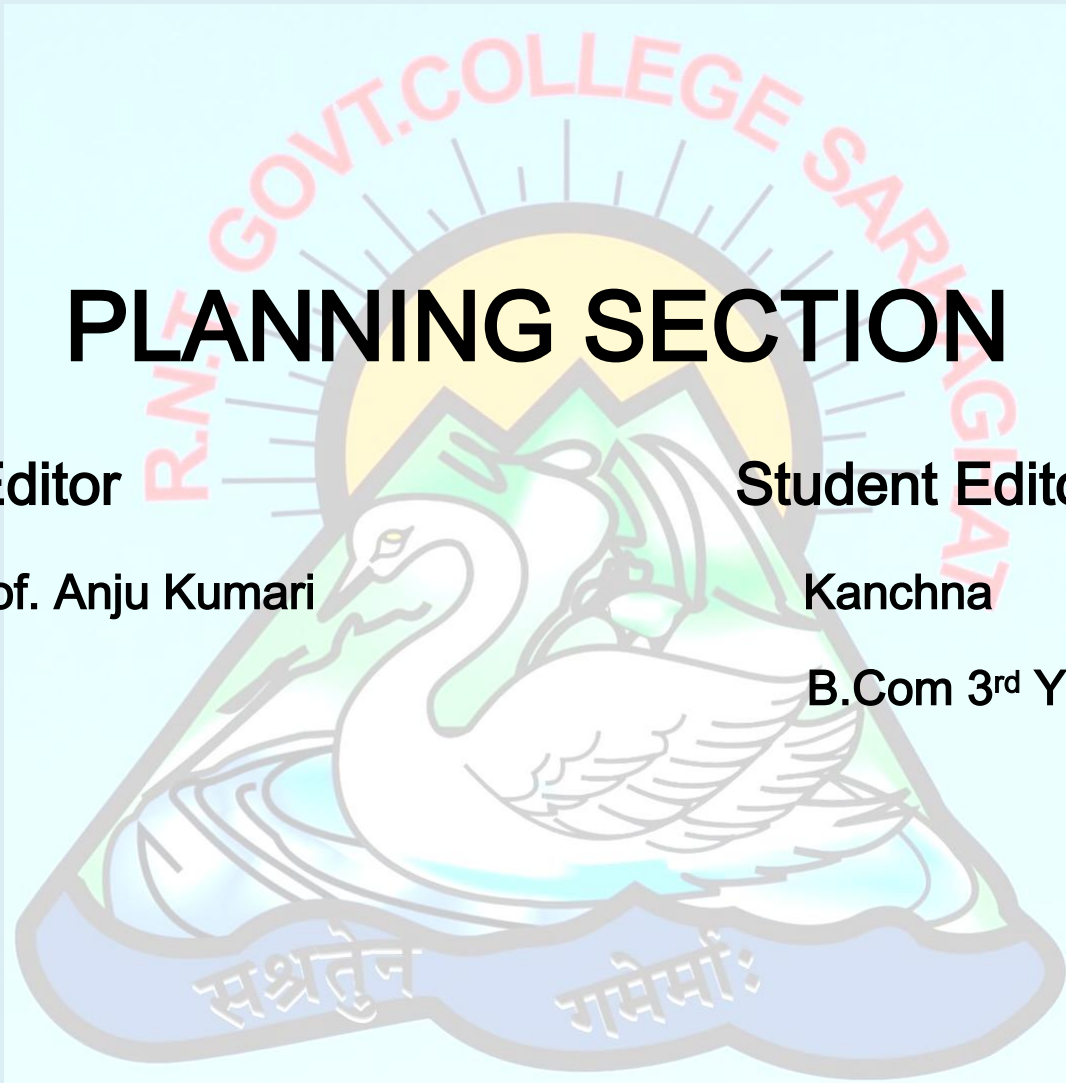
Editor

Prof. Anju Kumari

Student Editor

Kanchna

B.Com 3rd Year



Sr. No.	Topic	Name	Class
	By Teacher (Editor)	Prof. Anju Kumari	
1	Intro. By Student Editor & poem	Kanchna	B.Com 3rd year
2	योजना (कविता)	कल्पना	B.Com 3rd
3	Planning – Designing a life with purpose	Gouri	BCA 2nd year
4	What is Planning	Kangana Yadav	B.Com 3rd year
5	योजना : सफलता की सीढ़ियाँ	Kandika	1st year B.Com
6	The Art of Planning	Vinay Kumar	B.Com 1st year
7	Importance of planning toward country	Shivani	B.Com 3rd year
8	Benefits of Planning	Sapna	B.Com 3rd
9	Planning (Poem)	Tanika	B.Com 1st year
10	The Power of Planning	Rijanka	B.Com 3rd year
11	Student planning in daily life for college	Pallavi	B.Com 3rd year
12	Value of Planning	Mukesh Kumar	B.Com 1st year
13	अपरियोजित जीवन का खतरा	Manvi Patyal	B.Com 3rd year
14	जीवन के हर पहलू में योजना क्यों है जरूरी?	साक्षी	B.Com 3rd year



The Editor

The planning of this year's college magazine began with a vision – to create a platform that reflects the creativity, talent, and achievements of our students and faculty. Our editorial team started the journey months in advance, holding regular meetings to decide the theme, layout, and content flow of the magazine.

The first step was to invite articles, poems, artwork and reports from different departments. Each submission was reviewed carefully to ensure that it aligns with the spirit and values of our institution. The design team worked tirelessly to give a fresh and vibrant look to every page, while the editorial committee ensured that every piece of writing was polished and meaningful.

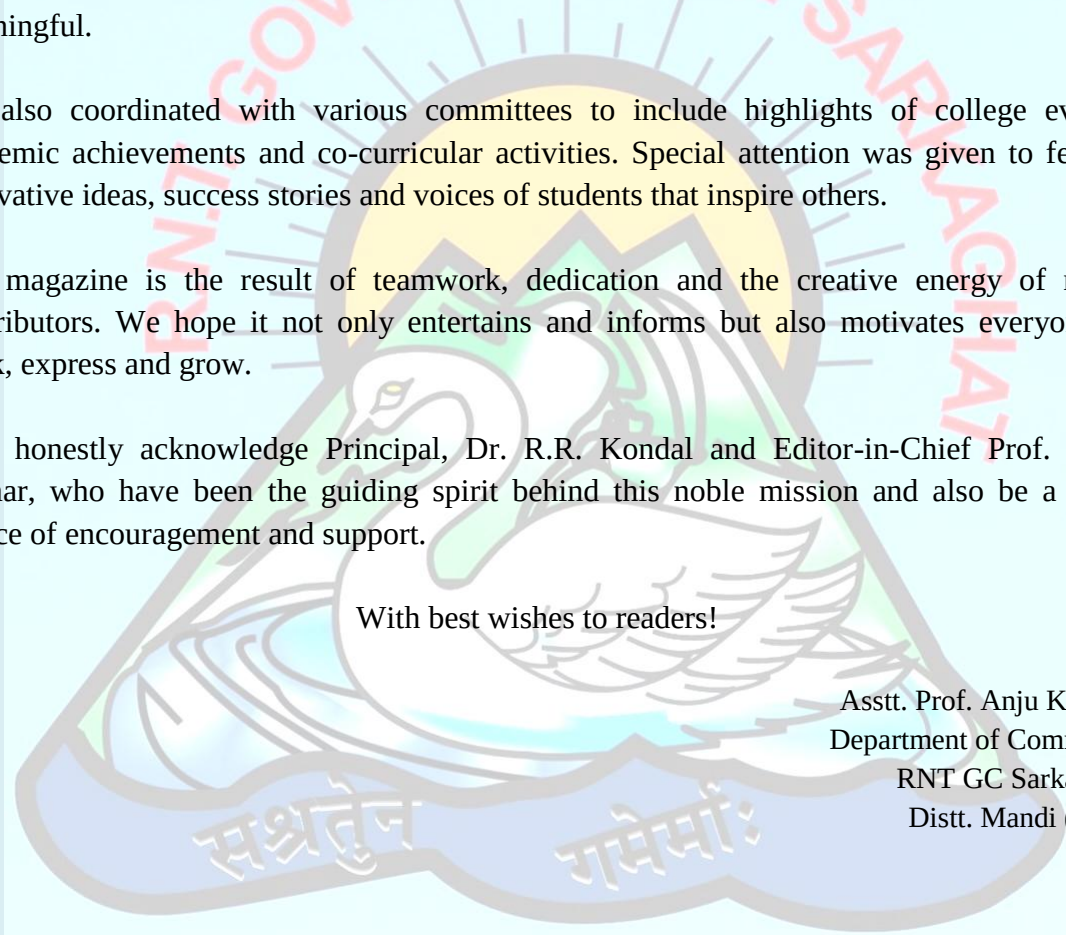
We also coordinated with various committees to include highlights of college events, academic achievements and co-curricular activities. Special attention was given to feature innovative ideas, success stories and voices of students that inspire others.

The magazine is the result of teamwork, dedication and the creative energy of many contributors. We hope it not only entertains and informs but also motivates everyone to think, express and grow.

I do honestly acknowledge Principal, Dr. R.R. Kondal and Editor-in-Chief Prof. Sunil Kumar, who have been the guiding spirit behind this noble mission and also be a great source of encouragement and support.

With best wishes to readers!

Asstt. Prof. Anju Kumari
Department of Commerce
RNT GC Sarkaghat,
Distt. Mandi (H.P.)



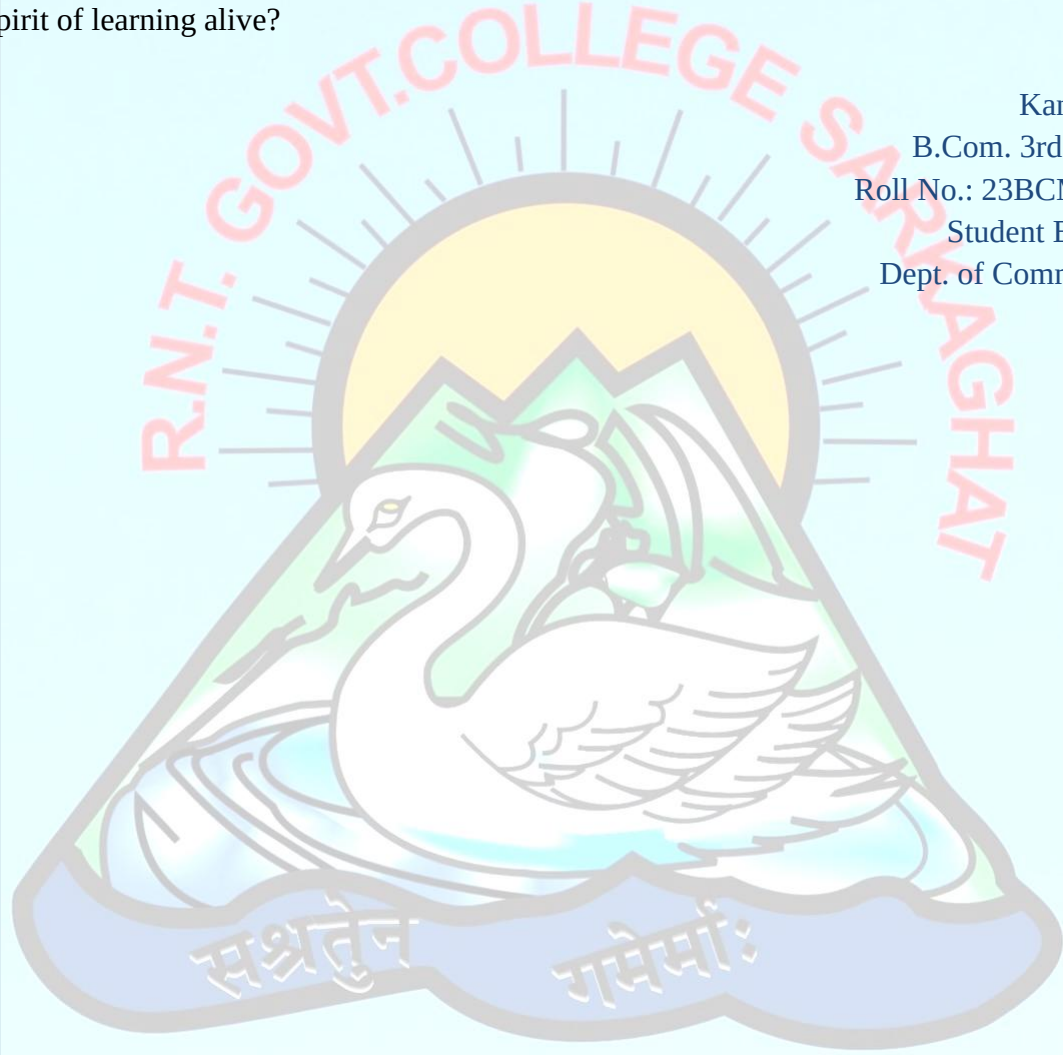
Student Editor



With pride and gratitude, I present the commerce section (department) of our college magazine. This platform reflects the thoughts, dreams and creative expression of our students who continue to shine through their ideas & efforts.

I extend heartfelt thanks to our mentors & editorial team for their guidance & constant support. May this edition inspire every reader to think beyond boundaries & keep the spirit of learning alive?

Kanchna
B.Com. 3rd Year
Roll No.: 23BCM011
Student Editor
Dept. of Commerce



1. The Power of Commerce

In the world of numbers, we find our way,
Where logic & wisdom lead the day.
Each balance sheet tells a hidden tale,
Of dreams that dared, & hearts that sail.

Commerce isn't about buying & selling,
It is where the stories of progress dwell.
From markets that rise to ventures that grow,
It teaches the rhythm that leaders know.

We learn to calculate, but also to care,
To trade with honesty, & values to share.
Behind every deal, a dream takes flight,
Guided by wisdom and ethical light.

From classroom lessons to real-world art,
Commerce enlightens both mind & heart.
It shapes our thinking, it builds our voice,
To face the future & make the choice.

So, here we stand with pride & grace,
As students of commerce, we find our place.
Let this magazine be a shining part,
Of dreams, efforts & a learner's heart.

2. योजना

योजना से जीवन में उजाला आता है,
हर सपना सच होने का रास्ता पाता है।
बिना योजना के राहें उलझ जाती हैं,
मंजिल की दूरी और बढ़ जाती है।

छोटे-छोटे कदम जब सोचकर बढ़ते हैं,
तभी बड़े सपने सच्चाइयों में ढलते हैं।
योजना हमें दिशा दिखाती है,
भटके कदमों को राह दिलाती है।

समय का सही उपयोग सिखाती है,
मेहनत को सही मुकाम दिलाती है।
हर दिन का लक्ष्य जब तय होता है,
जीवन का सफर आसान होता है।

योजना से आत्मविश्वास बढ़ता है,
मन में उम्मीद का दीपक जलता है।
जो सोच-समझकर आगे बढ़ते हैं,
वे सफलता की ऊँचाइयाँ छूते हैं।

इसलिए जीवन में योजना बनाओ,
हर लक्ष्य को पाने का रास्ता पाओ।
मेहनत और योजना साथ हो जाए,
तो सपने हकीकत बनकर मुस्काएँ।



Kanchna
B.Com Final Year
23BCM011

3. Planning: Designing a Life with Purpose

"Success doesn't happen by chance; it is created by choice and planning."

Every successful person has one thing in common: clarity. And clarity comes from planning. When we take time to think ahead, we don't just react to life—we take control of it. Planning allows us to organize our thoughts, set priorities, and move forward with confidence instead of confusion.

"Discipline is the strength that turns plans into achievements."

However, planning alone is not enough. It requires discipline—the commitment to follow through even when motivation fades. A good plan gives direction, but discipline gives results. Together, they create a powerful combination that leads to success.

"Balance is not found, it is planned."

Planning also teaches us balance. Life is not only about work or success; it is about peace, happiness, and growth. With proper planning, we can manage our studies, relationships, and personal time without feeling overwhelmed. It helps us live fully, not just exist.

"Your future is created by what you do today, not tomorrow."

The true beauty of planning lies in its ability to shape the future. Every small step taken today becomes a part of tomorrow's success. Even if plans change, the habit of planning keeps us grounded and prepared for whatever comes next.

Planning is not a burden—it is a form of self-care. It is a promise to yourself that your dreams matter. When you start planning your life with purpose, you stop living by chance and begin living by choice.

"Plan your life, or life will plan you."

Planning is not about being perfect; it is about being prepared. It is the quiet habit that turns confusion into clarity and dreams into reality. The moment you start planning your life, you stop waiting for the future and start creating it.

"Plan your life with purpose, because your dreams deserve more than just hope."

We often say we don't have enough time, but the truth is—we don't manage it well. Planning teaches you the value of every hour, every minute. It turns wasted time into meaningful action. Instead of wishing at the last moment, you begin to move with calm confidence.

"Time respects those who respect it."

"Don't just dream about the life you want—plan for it, work for it, and create it."

Planning is not just a habit—it is a mindset. It is the difference between hoping for a better life and actually creating one. The moment you start planning, you stop leaving your future to chance and start writing it with intention.

Gouri Saklani
BCA 2nd Year
24BCA028

4. What is Planning?

Planning is one of the most important functions of management and daily life. It means deciding in advance what to do, how to do it, when to do it, and who will do it.

Meaning:

Planning is the process of thinking before acting. It involves setting goals and deciding the best way to achieve them.

In simple words:

Planning = Thinking today for a better tomorrow.

Definitions:

“Planning is deciding in advance what is to be done.”

“Planning is deciding in advance what to do, how to do it, and who is to do it.”

Features:

- Goal-oriented: Planning always focuses on achieving specific objectives or goals.
- Future-oriented – It looks ahead and prepares for future situations.
- Continuous Process – Planning is not done once; it is done again and again as situations change.
- Decision-making Process – It involves choosing the best option from different alternatives.
- Intellectual Process – Planning requires thinking, analysis, and imagination.

Importance:

- Provides Direction – Planning gives a clear path to follow, reducing confusion.
- Reduces Risk and Uncertainty – By planning, we can prepare for possible problems and minimize risks.
- Improves Efficiency – Better resource usage and systematic work increase efficiency.
- Helps in Better Decision-Making – Planning helps in choosing the best course of action.
- Achieves Goals Effectively – It ensures that objectives are achieved on time.

Steps:

- A. Setting Objectives – Decide what you want to achieve.
- B. Developing Premises – Understand future conditions.
- C. Identifying Alternatives – Find different ways to achieve goals.
- D. Evaluating Alternatives – Compare all options.
- E. Selecting the Best Plan – Choose the most suitable option.
- F. Implementing the Plan – Put the plan into action.
- G. Follow-up and Review – Check progress and make improvements.

Name: Kangana Yadav

Roll No.: 23BCM047

Class: B.Com 3rd Year

5. योजना – सफलता की रीढ़

सपनों को सच करने का पहला आधार है योजना,
जीवन की हर जीत का यही अमूल्य तराना।
बिना योजना के कदम अक्सर भटक जाते हैं,
मंजिल के रास्ते भी धुंधले नज़र आते हैं।

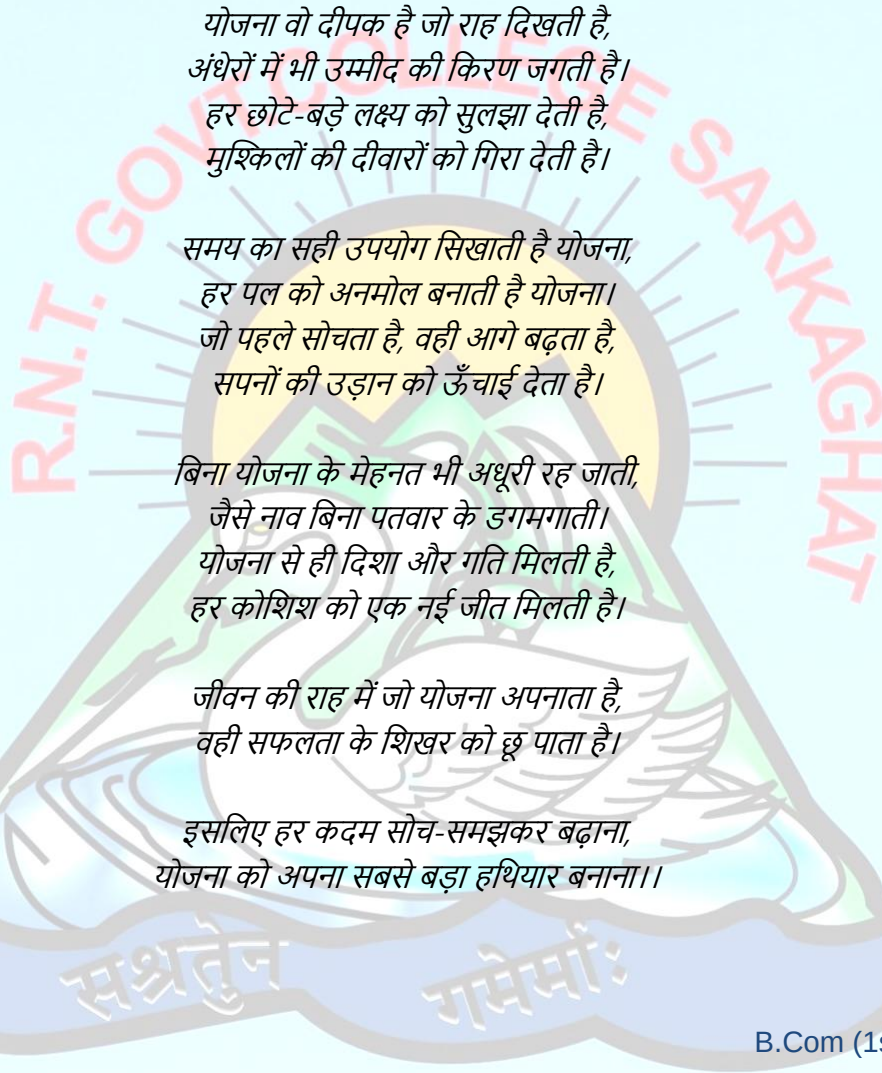
योजना वो दीपक है जो राह दिखती है,
अंधेरों में भी उम्मीद की किरण जगती है।
हर छोटे-बड़े लक्ष्य को सुलझा देती है,
मुश्किलों की दीवारों को गिरा देती है।

समय का सही उपयोग सिखाती है योजना,
हर पल को अनमोल बनाती है योजना।
जो पहले सोचता है, वही आगे बढ़ता है,
सपनों की उड़ान को ऊँचाई देता है।

बिना योजना के मेहनत भी अधूरी रह जाती,
जैसे नाव बिना पतवार के डगमगाती।
योजना से ही दिशा और गति मिलती है,
हर कोशिश को एक नई जीत मिलती है।

जीवन की राह में जो योजना अपनाता है,
वही सफलता के शिखर को छू पाता है।

इसलिए हर कदम सोच-समझकर बढ़ाना,
योजना को अपना सबसे बड़ा हथियार बनाना।।



6. The Art of Planning

In the quiet rhythm of our thoughts, where dreams softly rise and hopes begin to bloom, planning becomes the silent artist shaping our future with care and clarity. It is not loud or demanding, yet it holds the power to turn imagination into reality, guiding every step with purpose and meaning.

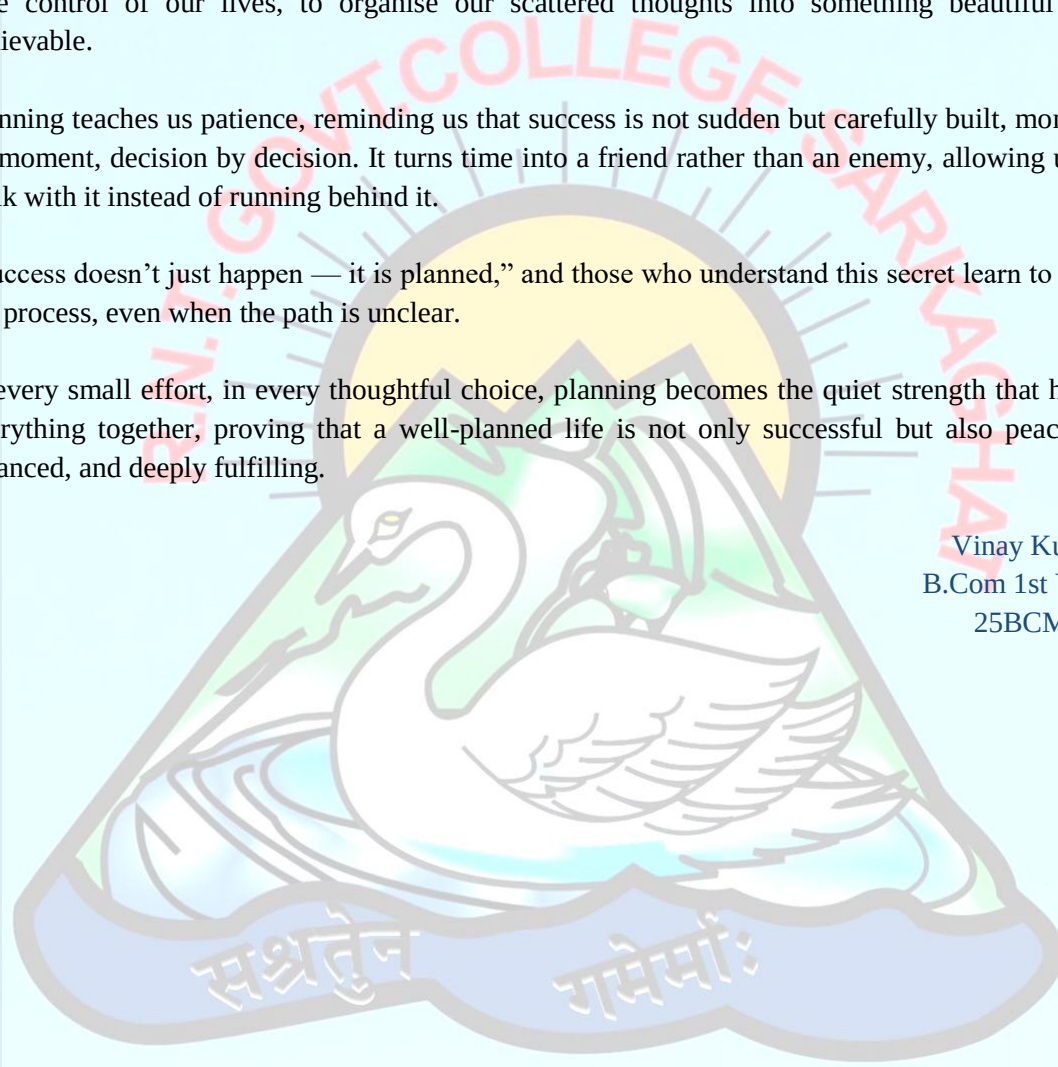
Like a gentle map drawn by the heart, it leads us through confusion toward direction, through chaos toward calm. “Well begun is half done,” and in that simple beginning lies the courage to take control of our lives, to organise our scattered thoughts into something beautiful and achievable.

Planning teaches us patience, reminding us that success is not sudden but carefully built, moment by moment, decision by decision. It turns time into a friend rather than an enemy, allowing us to walk with it instead of running behind it.

“Success doesn’t just happen — it is planned,” and those who understand this secret learn to trust the process, even when the path is unclear.

In every small effort, in every thoughtful choice, planning becomes the quiet strength that holds everything together, proving that a well-planned life is not only successful but also peaceful, balanced, and deeply fulfilling.

Vinay Kumar
B.Com 1st Year
25BCM012



7. Importance of Planning for Country or its Contribution towards the Country

Planning plays a vital role in the development and progress of a country. It is like a roadmap that guides a nation toward its goals, ensuring proper use of resources, balanced growth, and a better future for its citizens. Without planning, development becomes random and unorganised, which can lead to wastage of time, money, and efforts.

One of the main contributions of planning to a country is economic growth. Through proper planning, the government can decide how to use resources like land, labour, and capital effectively. It helps in setting targets for industries, agriculture, and services, leading to increased production and income. As a result, the overall economy of the country becomes stronger.

Planning also ensures balanced regional development. In many countries, some areas develop faster than others, creating inequality. With good planning, the government can focus on underdeveloped regions by providing infrastructure, education, and employment opportunities. This reduces the gap between rich and poor regions and promotes unity.

Another important aspect is the efficient use of resources. Resources in a country are limited, so planning helps in using them wisely without wastage. It encourages sustainable development, where present needs can be met without harming the ability of future generations to meet their needs.

Planning contributes significantly to social welfare. It helps the government design policies for education, healthcare, housing, and poverty reduction. Well-planned schemes improve the standard of living and ensure that basic needs of people are fulfilled. This leads to a healthier and more educated population.

It also plays a key role in employment generation. By planning industrial and agricultural development, the government can create job opportunities for people. This reduces unemployment and improves the economic condition of families.

Moreover, planning helps in crisis management. Whether it is natural disasters, economic recessions, or health emergencies, a country with proper planning can respond more effectively. Preparedness and quick action reduce losses and ensure safety.

Lastly, planning strengthens national goals and vision. It provides direction to the country, helping it move towards long-term objectives like technological advancement, environmental protection, and global development competitiveness.

8. Benefits of Planning

“A goal without a plan is just a wish.”

Introduction: Why Planning Matters

Planning is one of the most powerful habits a person can develop. In today's busy world, where life moves very fast, planning helps us stay organised and focused. It gives direction to our actions and turns our dreams into achievable goals. Without planning, even simple tasks can feel confusing and stressful.

Reduce Stress and Bring Clarity

“For every minute spent in planning, an hour is earned.”

One of the biggest benefits of planning is that it reduces stress. When we already know what to do and when to do it, we avoid last-minute pressure. Planning gives clarity and helps us stay calm, even during busy or difficult times.

• Saves Time and Increases Productivity —

Planning helps us use our time wisely. Instead of wasting time deciding what to do next, we follow a clear path. This increases productivity and allows us to complete tasks faster and more efficiently.

• Helps in Achieving Goals —

“Success doesn't just happen. It is planned.”

Planning makes big goals easier by breaking them into smaller steps. It keeps us focused and motivated. When we see progress, we feel confident and encouraged to keep going.

• Improves Decision-Making Skills —

When we plan, we think carefully about our priorities. This helps us make better decisions and avoid mistakes. Planning teaches us to act wisely instead of reacting quickly without thinking.

• Builds Discipline and Responsibility —

“Discipline is choosing between what you want now and what you want most.”

Following a plan requires consistency and commitment. Over time, this builds self-discipline and responsibility — two important qualities for achieving success in life.

• Creates Balance in Life —

Planning helps us manage different areas of life: studies, work, family, and personal time. It ensures that we give attention to everything important and maintain a healthy balance.

• Prepares Us for the Future —

A good plan helps us think ahead and be ready for challenges. Even if things don't go as expected, planning gives us direction and confidence to handle situations better.

• Conclusion: Start Planning Today —

“Well begun is half done.”

In conclusion, planning is not just about making schedules — it is about building a better life. It reduces stress, saves time, and brings us closer to our goals. By making planning a daily habit, we can live a more organized, confident, and successful life.

9. Planning.....

Planning is a guiding light,
It shows the path that is clear and bright.
Before we start, we think ahead,
And wisely choose the road we tread.

With goals in mind and steps in line,
Our work becomes both smooth and fine.
It saves our time, it clears our way,
And helps us grow a little each day.

From dreams to goals, from start to end,
Planning is our helpful friend.
It turns our hopes into a plan,
And brings success to every man.

Kanika
B.Com (1st Year)

10.The Power of Planning

Planning is the seed of every dream,
It builds the path and shapes the scheme.
Before we start, we think ahead,
To guide each step where are led.

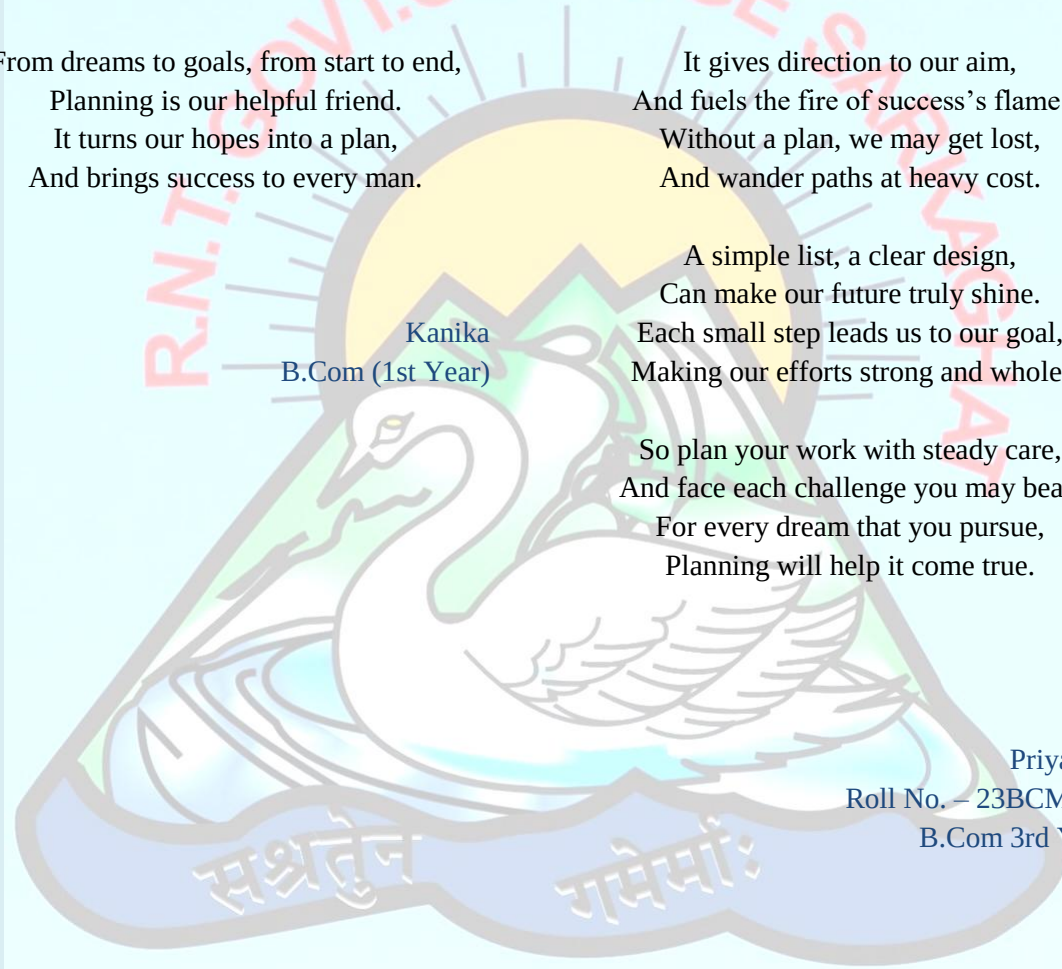
It shows the road that we must take,
And helps us learn from each mistake.
With thoughtful minds and careful sights,
Planning turns darkness into light.

It gives direction to our aim,
And fuels the fire of success's flame.
Without a plan, we may get lost,
And wander paths at heavy cost.

A simple list, a clear design,
Can make our future truly shine.
Each small step leads us to our goal,
Making our efforts strong and whole.

So plan your work with steady care,
And face each challenge you may bear.
For every dream that you pursue,
Planning will help it come true.

Priyanka
Roll No. – 23BCM023
B.Com 3rd Year



11. Student Planning in Daily Life for College

Planning in college life is essential for students to manage their studies, personal life, and future goals effectively. College life brings more freedom along with greater responsibilities. Without proper planning, students may feel stressed, miss deadlines, or fail to achieve their goals. Therefore, daily planning helps students stay organized, productive, and focused.

1. Meaning of Student Planning

Student planning in daily life means organizing daily activities such as attending classes, completing assignments, studying, participating in extracurricular activities, and taking care of health. It involves deciding what to do, when to do it, and how to do it in the best possible way.

2. Importance of Planning in College Life

- a) **Time Management:** College students have many tasks like lectures, homework, projects, and exams. Planning helps divide time properly for each activity and avoids last-minute pressure.
- b) **Reduces Stress:** When everything is planned, students feel more relaxed because they know what to do and when to do it.
- c) **Improves Academic Performance:** Regular study planning helps students understand subjects better and perform well in exams.
- d) **Balances Study and Personal Life:** Planning allows time for hobbies, friends, family, and rest along with studies.
- e) **Builds Discipline:** Following a daily plan develops good habits like punctuality, responsibility, and consistency.

3. Daily Planning Routine for College Students

A student's daily life planning may include the following:

- a) **Morning Planning**
 - Wake up early and start the day with a clear plan.
 - Review tasks for the day.
 - Attend all classes on time.
- b) **Academic Planning**
 - Make a timetable for studying different subjects.
 - Complete assignments before deadlines.
 - Revise class notes daily.
 - Prepare for upcoming tests and exams.
- c) **Time Allocation**
 - Divide time into study, rest, and activities.
 - Avoid wasting time on unnecessary distractions like excessive mobile use.
- d) **Breaks and Relaxation**
 - Take short breaks between study sessions.
 - Engage in activities like sports, music, and reading.

e) Evening Review

- Check what tasks are completed.
- Plan for the next day.
- Improve mistakes and adjust the plan if needed.

4. Tools and Methods for Planning

Students can use different tools to plan effectively:

- Timetable – A fixed schedule for daily activities.
- To-do List – A list of tasks to complete each day.
- Calendar – Helps track important dates like exams and deadlines.
- Mobile Apps – Useful for reminders and time management.

5. Challenges in Student Planning

Even with planning, students may face some difficulties:

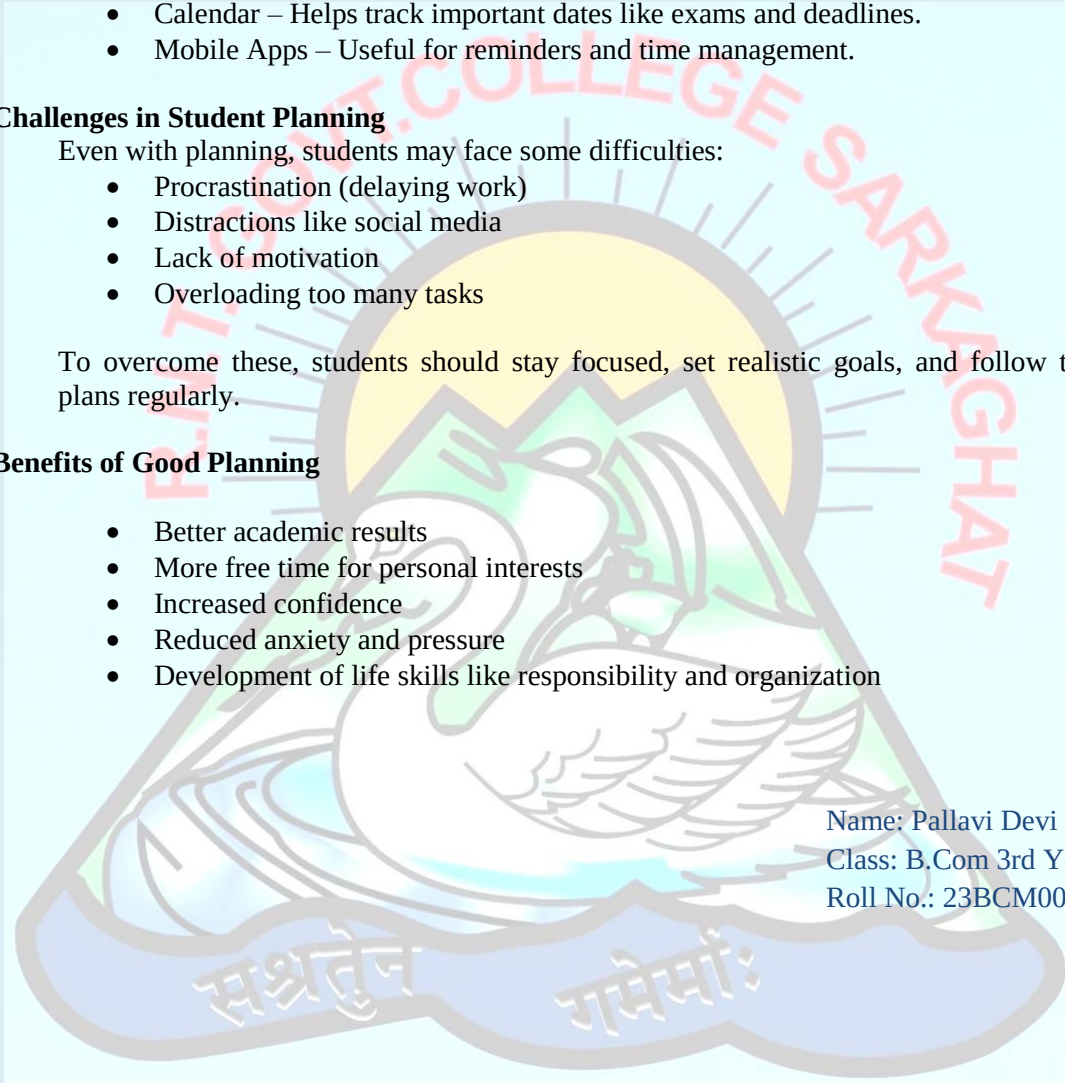
- Procrastination (delaying work)
- Distractions like social media
- Lack of motivation
- Overloading too many tasks

To overcome these, students should stay focused, set realistic goals, and follow their plans regularly.

6. Benefits of Good Planning

- Better academic results
- More free time for personal interests
- Increased confidence
- Reduced anxiety and pressure
- Development of life skills like responsibility and organization

Name: Pallavi Devi
Class: B.Com 3rd Year
Roll No.: 23BCM002



12.Value of Planning

Planning is the light that shows the way,
It helps us shape a better day.
With clear thoughts and steady aim,
It turns small dreams into big fame.

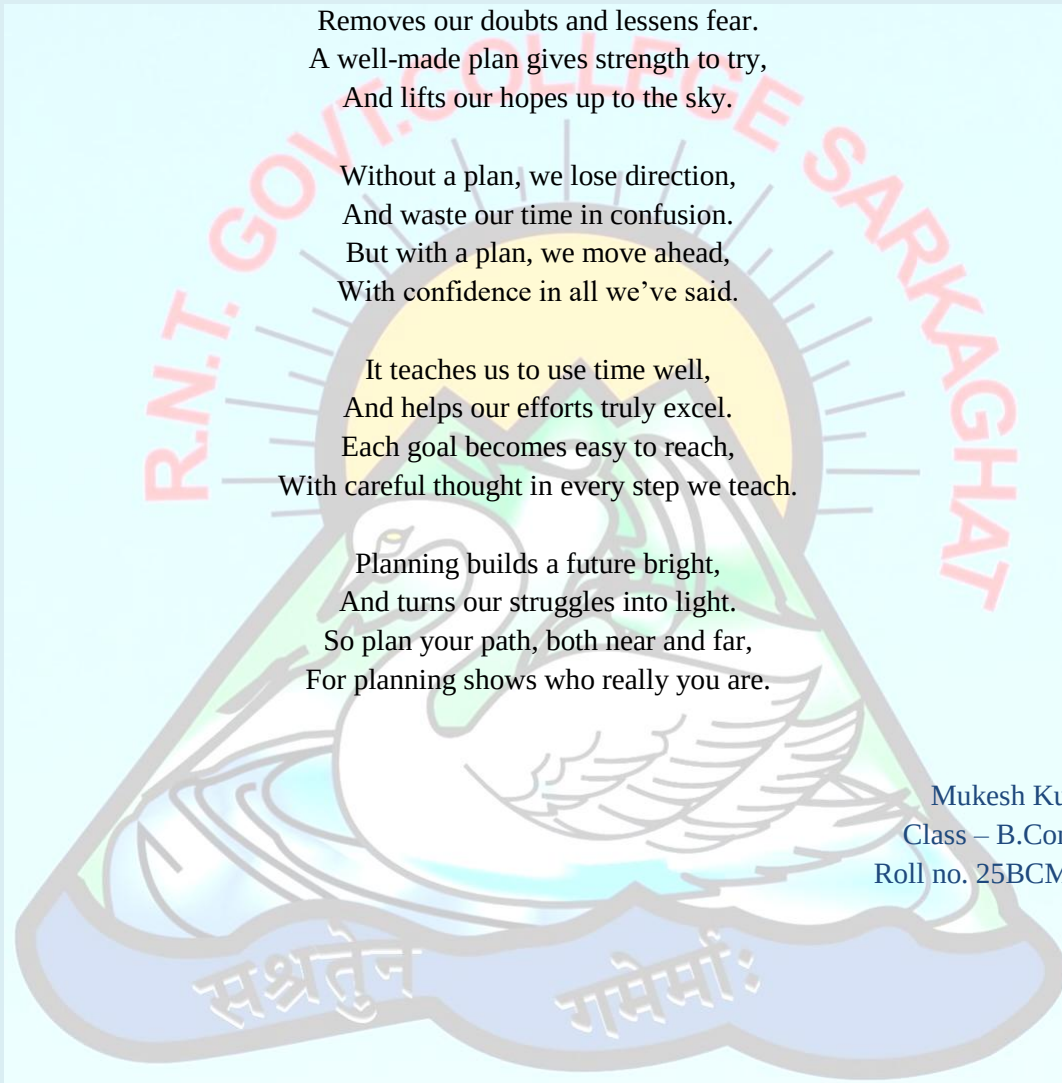
It guides our steps when paths seem unclear,
Removes our doubts and lessens fear.
A well-made plan gives strength to try,
And lifts our hopes up to the sky.

Without a plan, we lose direction,
And waste our time in confusion.
But with a plan, we move ahead,
With confidence in all we've said.

It teaches us to use time well,
And helps our efforts truly excel.
Each goal becomes easy to reach,
With careful thought in every step we teach.

Planning builds a future bright,
And turns our struggles into light.
So plan your path, both near and far,
For planning shows who really you are.

Mukesh Kumar
Class – B.Com 1st
Roll no. 25BCM014



13. अपूर्ण योजना का खतरा

अधूरी सोच, अधूरा सपना,
देती है जीवन को धोखा अपना।
योजना बिना ही कदम बढ़ाना,
जैसे अंधेरे में भटक जाना।

योजना जब हो कमजोर,
परिणाम भी होते हैं कठोर।
हर कदम पर रुकावट आती,
सफलता राह नहीं दिखाती।

थोड़ी सी भी लापरवाही,
बना देती मुश्किल भारी।
बिना तैयारी के जो चले,
अवसर रास्ते में ही ढले।

समय, श्रम सब व्यर्थ हो जाते,
सपने भी बिखरते जाते।
सोच-समझ कर कदम बढ़ाना,
यही है आगे का ठिकाना।

सही योजना, पूरा विचार,
देता है जीवन को आकार।
इसलिए अधूरी तैयारी से बचो,
और हर लक्ष्य को सच्चे मन से सोचो।

14. जीवन में एक पहलू है योजना का महत्व

जीवन की राहें सीधी नहीं,
कहीं कठिन तो कहीं आसान,
हर मोड़ पर दिशा दिखाती,
योजना बनती है पहचान।

बिना योजना के कदम बढ़ाओ,
तो भटकन ही मिलती है,
सपनों की वो ऊँची उड़ान,
अधूरी ही रह जाती है।

छोटे छोटे लक्ष्य बनाकर,
आगे बढ़ना सिखाती है,
हर मुश्किल की अँधेरी रात में,
रौशनी बन जाती है।

समय का सही उपयोग सिखाए,
हर पल का दे सम्मान,
व्यर्थ भटकने से बचाकर,
देती जीवन को नयी उड़ान।

पढ़ाई हो या काम की दुनिया,
हर जगह इसका साथ,
योजना से ही मिलती है,
सफलता की सच्ची बात।

संकट जब भी सामने आए,
मन को ये संभालती है,
ठोस कदमों की ताकत बन,
हर बढ़ा को टालती है।

सपनों को साकार करने का,
यही है पहला कदम,
योजना से ही मिलता है,
मेहनत का सच्चा फल हरदम।

इसलिए हर पहलू में जीवन के,
योजना है बेहद खास,
इसके बिना अधूरी हर मंजिल,
इसके साथ हर जीत पास।

Manvi Patyal

Roll No.: 23BCM017

B.Com 3rd Year

Saakshi

B.Com 3rd Year

23BCM048

Thank you

