

# आचरिष्ठा



2022-2023



**GOVERNMENT POSTGRADUATE COLLEGE FOR WOMEN  
SECTOR-14, PANCHKULA**

## *From Principal's Desk*



I welcome you all to this edition of *Archisha*. We, at college, constantly endeavour to provide meaningful learning experience to our students thus inculcating important values and skills that will prepare them to do well in an ever-changing global world. For this all of you are expected to imbibe dignity of work and perseverance in life, give your best at all times and realize your potential to the fullest. You should learn to be accountable for your dreams, ambitions and actions. Do nothing which will harm your life as life is too precious to be wasted in meaningless or negative activities. Live your life in such a way that you as well as your alma mater are proud of it.

Wishing you all the very best in life.

Dr. Richa Setia  
Principal

## From Chief Editor's Pen



With immense pleasure I present the 6th edition of our college magazine *Archisha*. I felicitate students and fellow colleagues who have showcased their creative talent and potential through the array of their writings. I owe my sincere most thanks to Ms. Apala Vatsa, a young freelance artist who through her art work gives shape and colour to unexpressed dreams and desires of women folk. Her beautiful and eloquent creation adorns the cover page of this year magazine . I appreciate and thank the Editorial Board for their sincere work and constant support.

At the same time, I feel privileged writing this editorial as it avails me an opportunity to address the whole lot of our students. From this platform I would share an issue which occupies utmost importance in their lives as youngsters and our minds as teachers and parents. Fashion is the signature of one's personality, background and style. Dressing fashionably enhances one's self-esteem and confidence. But youngsters tend to blindly follow the trends and imitate whatever is in vogue without understanding the real essence of fashion. Great personalities like Mahatama Gandhi, Vivekananda, Lincoln and Martin Luther King positively influenced the lives of generations, though their ways of life and sense of fashion were simple. Following their example we should remember that fashion, like beauty, is not, only skin deep. Simplicity of life and greatness of ideas should be the trend for us. The humane qualities like love, kindness, humility and forgiveness should be the fashion idioms. Fashion must include and promote intrinsic values like simplicity, decency and modesty. We should not forget our rich Indian cultural heritage which teaches us that to be dutiful is to be beautiful.

Taruna  
Editor-in-Chief  
Associate Professor in English

# \*\*\*\*\*

## English Section

**Staff Editor**

**Ms. Sukriti Bhukkal**

**Student Editor**

**Komal Singla**

### INDEX

Sr. No.	Topic	Name	Page No.
1.	Editorial	Ms. Sukriti Bhukkal	3
2.	Secrets Of Lasting Happiness	Dr. Kalpana	4
3.	Things To Do When Bored ...	Ms. Vibha Madan	5
4.	Experience Is The Best Teacher	Komal Singla	6
5.	For My Mother...	Minal	7
7.	Your Best	Jyoti Paweria	7
8.	Knowledge Is Power	Rani Kumar	7
9.	Adolescence	Mannat Verma	8
10.	Fascinating Facts About Our Feathered Friends	Seema	9
11.	Just For Laughs!	Babita	9
12.	Know About Environmental Pollution	Divya	10
13.	How English Became The Global Language?	Prachi	12
14.	Miles I Want To Go	Preeti	13
15.	My Favourite Quotes	Mamta	13
16.	Inspirational Quotes For Interviews	Nishu	14
17.	Who Is Malala?	Jyoti	14
18.	India @75	Nancy	15
19.	God Is One	Pooja Suri	15
20	College Life	Kamini	15

## Editorial



‘Quesais-je?’ i.e. ‘What do I know?’ was the motto of Michel de Montaigne, a 16th-century French essayist whose affable traits have managed to captivate the attention of several readers even in the contemporary era. His question intended to remind him that knowledge was supposed to be tried and tested. However, it also entailed that he, an educated and a prosperous man, considered to be well-read in possession of his own library of books, in fact knew very little.

It is often quoted in Latin, ‘Ars longa, vita brevis’ - skillfulness takes time and life is short. Mystics and gymnosophists believed that the first step to self-realisation is to understand that one knows very little. In this context, I would like to assert for our beloved students that it is not encouraged to feel disappointed or disheartened about one’s finite knowledge or ignorance. The awakening for not knowing paves the way for knowing. On the contrary, when one exists under the misconception that one knows so much, the path to gain further knowledge is hindered. For precisely these reasons, ancient India collectively chanted and invoked the spirit of knowledge/wisdom via the well - renowned hymn, ‘Tamasoma Jyotirgamaya’ - ‘may the light of knowledge remove the darkness of ignorance.’ Furthermore, to mention linguist and philosopher Ludwig Wittgenstein’s famous statement, ‘The limits of my language mean the limits of my world, the limits of one's reading and knowing mean the limits of one's world of knowledge.’ We, therefore, must keep broadening and augmenting those limits of knowledge, wisdom and awareness in order to become enlightened and educated in the truest sense of the word.

Happy reading!

Ms. Sukriti Bhukkal  
Assistant Professor  
Department of English

## Secrets of Lasting Happiness

The five Essentials for Lasting Happiness are Positive Mental Attitudes, Freedom From Negative Moods, Service to Others, The Inner Conditions of Happiness, and Affirmations.

- 1) **Positive Mental Attitudes:** If you have given up hope of ever being happy, cheer up. Never lose hope. Your soul, being a reflection of the ever-joyous Spirit, is, in essence, happiness itself. Happiness depends to some extent upon external conditions, but chiefly upon mental attitudes. Change your thoughts if you wish to change your circumstances. Since you alone are responsible for your thoughts, only you can change them. You will want to change them when you realise that each thought is created according to its own nature.
- 2) **Freedom From Negative Moods:** Nobody likes misery. Why not analyse yourself next time you are in a mood? You will see how you are willingly, willfully making yourself miserable. And while you are doing so, others around you feel the unpleasantness of your state of mind. Make up your mind that you are not going to be moody anymore; and if a mood comes in spite of your resolve, analyse the cause that brought it on, and do something constructive about it.
- 3) **Service to Others:** To live for oneself is the source of all misery. In being of spiritual, mental, and material service to others, you will find your own needs fulfilled. As you forget self in service to others, you will find that, without seeking it, your own cup of happiness will be full.
- 4) **The Inner Conditions of Happiness:** Learn to carry all the conditions of happiness within yourself by meditating and attuning your consciousness to the ever-existing, ever-conscious, ever-new Joy, which is God. Your happiness should never be subject to any outside influence. Whatever your environment is, don't allow your inner peace to be touched by it.
- 5) **Affirmations:** affirmations and instructions are following-Beginning with the early dawn, I will radiate my cheer to everyone I meet today. I will be the mental sunshine for all who cross my path this day. I form new habits of thinking by seeing the good everywhere, and by beholding all things as the perfect idea of God made manifest. I will make up my mind to be happy within myself right now, where I am today.



Dr. Kalpana  
Assistant Professor in Psychology

## Things to do when bored ...

- ❖ Take a picture every hour to record your day.
- ❖ Make a to-do list.
- ❖ Take a selfie.
- ❖ Hug a teddy.
- ❖ Try new outfits.
- ❖ Play an instrument be it piano or guitar.
- ❖ Sing a song.
- ❖ Blow the biggest bubbles you can.
- ❖ Write a short story or paragraph.
- ❖ Do an act of kindness.
- ❖ Pen down your thoughts in a diary.
- ❖ Hug a baby.
- ❖ Play a board game.
- ❖ Meditate for a while.
- ❖ Chat with someone on messenger.
- ❖ Solve a crossword puzzle like sudoku.
- ❖ Try home-made recipes.
- ❖ Try origami.
- ❖ Take a Drive.
- ❖ Try some art /craft work.
- ❖ Chant God's name.
- ❖ Organise your wardrobe.
- ❖ Read amazing facts and quotations.
- ❖ Do science experiments like invisible ink, egg drop etc.
- ❖ Paint rocks with paint colours .
- ❖ Play Chinese whisper.
- ❖ Read a book.
- ❖ Dance with your family .
- ❖ Make your family tree.
- ❖ Go for a walk.
- ❖ Call a friend.
- ❖ Chill out with friends.
- ❖ Do gardening.
- ❖ Paint your nails.
- ❖ Make a playlist.
- ❖ Do painting like glass painting, oil painting. and emboss painting.
- ❖ Find Bugs.
- ❖ Colour in a colouring book.
- ❖ Wear your favourite dress/apparel.
- ❖ Do Doodling.
- ❖ Follow Instagram.
- ❖ Organise your wallet.
- ❖ Try new recipes at home.
- ❖ Groom your dog or pet.
- ❖ Make homemade chocolates and cakes.
- ❖ Give gifts to your loved ones.
- ❖ Saying magical words like 'I am so sorry' 'Thank you' and 'Please' can change your life and mood as well.
- ❖ Learn a new language.
- ❖ Try a DIY.
- ❖ Explore Pinterest.
- ❖ Prank a friend over text.
- ❖ Put together a puzzle.
- ❖ Make your own movie or create a skit and make video of it.
- ❖ Bake something sweet .
- ❖ Create slime with your kids.
- ❖ Eat your favourite and delicious food.
- ❖ Make a Scrapbook and paste family photos.
- ❖ Choose a hobby.
- ❖ Work on the laptop for a few hours.
- ❖ Do exercise.
- ❖ Go to the gym.
- ❖ Sit and listen to your thoughts.
- ❖ Spend time in nature's lap.
- ❖ Listen to melodious music.
- ❖ Go for outing.
- ❖ Have ice cream for dinner.
- ❖ Make a smoothie.
- ❖ Spend time with grandparents and great grandparents.
- ❖ Visit your favourite neighbourhood shop.
- ❖ Play with children.

- ❖ Eat golgappas.
- ❖ Write a letter or a love letter.
- ❖ Observe nature.
- ❖ Learn to make earrings and other items on YouTube.
- ❖ Donate clothes to poor.
- ❖ Visit a hill station.
- ❖ Go to an old age home.
- ❖ Play online games/ video games.
- ❖ Go to an orphanage.
- ❖ Travel abroad.
- ❖ Try Starbucks drink/ coffee.
- ❖ Watch sports game.
- ❖ Clean out your fridge.
- ❖ Be a Facebook lover .
- ❖ Have a party with friends.
- ❖ Organise your kitchen.

- ❖ Play indoor games with family.
  - ❖ Spend time with animals.
  - ❖ Take online cooking class.
  - ❖ Spend time with family.
  - ❖ Go out for shopping or just window shopping.
  - ❖ Imagine you are a princess or a king.
  - ❖ Go to the park.
  - ❖ Learn salsa dance, break dance, hip hop dance.
  - ❖ Donate blood.
  - ❖ Follow some beneficial hacks that will make life simple and easy.
- .....So don't wait, try all of these, it really works.

Ms. Vibha Madan  
Assistant Professor in Psychology

## **Experience Is The Best Teacher**

“Experience is the best teacher, and the worst experiences teach the best lessons.”

Experience is the best teacher. Her great subject is the Art of Living.  
No one can teach us this as well as she can.

We should be glad to learn how to live alright from the experience of our fore fathers, as recorded in books or as taught by the advice of our elders. But somehow many young people simply do not learn. They mock warnings and advice, and go their own way. You may warn a child again and again against playing with matches; But he does not believe you, until he burns his hands. After that “the burnt child dreads the fire.” You may tell a boy not to meddle with stray dogs; But he does not listen, till he gets a nasty bite from one. After that “once bitten twice shy.” He has to learn from experience, and her lessons he will not forget.



All the lessons taught by experience are not unpleasant. Whether they are pleasant or unpleasant depends on ourselves. We can just as easily learn from experience that honesty pays in the long run, as that dishonesty does not; that temperance maintains health, as that excess ruins body and soul; that kindness to others brings us joy, as that selfishness breeds unhappiness; and that hard work brings success, as that idleness spells failure.

“The only source of knowledge is experience.”

Name : Komal Singla  
Class : M.A 1



## FOR MY MOTHER...

A mother is that beautiful gift of God, who has the power to find the best solution to all your problems. Someone has rightly said that God could not be present at all the places and so he created mother -

I know, however hard I will try,  
 I won't be able to find words,  
 To express my love for you,  
 Your love is incomparable, unparalleled.  
 Your Love is so pure a feeling,  
 I cannot express it in words,  
 I love you Mom,  
 And, I love God,  
 Because, He made you for me!  
 You are so light and yet so bright,  
 Mother, I haven't seen the heaven,  
 But, I can feel the heaven inside your heart,  
 Keep me in that heaven, inside your heart,  
 I feel so blessed to get space in your heart.

Name: Minal

Class : B.A. III

## YOUR BEST

If you always try your best  
 Then you'll never have to wonder  
 About what you could have done  
 If you'd summoned all your thunder.  
 And if your best  
 Was not as good  
 As you hoped it would be,  
 You still could say,  
 "I gave today  
 All that I had in me."

Name : Jyoti Paweria

Class : M.A 1

## Knowledge is Power

Knowledge is power. This is true. The power which knowledge gives can be used for good or for evil. By his medical knowledge, the doctor can cure disease and save his patient's life. But the Blackmailer, by his knowledge of some guilty secret, can bleed his victim while under the threat of disclosure. In general , the man who knows has an advantage over the man who does not know. In this way, the educated classes have always been able to rule over the ignorant.

During the middle ages in Europe, the only educated men were the priests. Great barons, brave knights, kings and ruling prince very often could not even read and write. Kings had to appoint priests as their ministers. Unless the king was a man of very strong character, the power, nominally his, was in the hands of a learned and clever priest. The soldier, the man of the sword, thought he was the master; but he was really in the hands of priests, the man of the pen. The pen was mightier than the sword. It was same in ancient India. The learned Brahmins were for ages the real rulers of Indian states. They dominated the lower, ignorant castes; and their knowledge enabled them to manage the Rajas and Maharajas.

Physically, man is a comparatively weak animal. He cannot naturally run like the horse, nor fly like the birds. He is no match in strength for the elephant or the lion. He has no natural weapons of defence. Yet he conquers all these strong and fierce beasts, and forces some of them to be his servants. It is his superior knowledge and intelligence that make him the master of creatures superior to him in physical strength.

"Knowledge is something that will serve you your whole life."

Name : Rani Kumari

Class : M.A. I

## ADOLESCENCE

### Understanding its Meanings and Challenges

India has the largest adolescent population in the world. As per estimates, about 253 million of the Indian population is adolescent. Adolescence, according to WHO, “is the phase of life between childhood and adulthood, from the age of 10 to 19.”

Adolescence is divided into three phases:

- (a) Early Stage : Ages 10 to 13
- (b) Middle Stage: Ages 14 to 17
- (c) Later Stage : Ages 18 to 21

Adolescence starts with puberty, and bodily changes are observed during these years. In this phase, for both genders, there is a rapid increase of height and a development of sexual glands and adrenal glands with hormonal changes. The development of facial hair and deepening of voice is seen in boys. In girls, there is a development in breasts and hips at the beginning of the menstrual cycle. In these years, the bodily changes are very distinctive.

Besides, there are changes in the characteristics of the brain. The amygdala processes stress and related emotions and affects instinctive reactions and reflexes. The frontal cortex also develops, which is responsible for rational thinking, morals, judgments, and self-control. These start to develop at the onset of the adolescence period and develop over the years.

Young people experiencing the adolescence phase are exposed to various social, psychological, and behavioural changes. Individuals learn about their orientation, experience an emergence of abstract thinking and introspection. They get an idea about values, skills, coping capabilities, and the importance of a family and its values.

Various psychiatric disorders are associated with adolescence. Young girls are at greater risk for sexual and substance abuse, depression and anxiety, and sleeping and eating disorders. Boys experience a source of pride and embarrassment and various changes in their mentality, both good and bad.

In the adolescent years, there is overall cognitive development. Improvements can be observed in selective and divided attention. Both working and long-term memory are developed. The speed of registering things and self-analysis increases with self-thinking and social insight with a developed knowledge of themselves. However, there are some social constraints associated with adolescence. The social structure and stereotypical mindset often influence the mentality of a young individual. They develop resilience and are also influenced by radical and divergent ideas and changes within society.

Social developments include maintaining and developing an identity, along with cultural and belief developments. There is a sense of self-awareness and awareness towards others living in the same society. The lifestyle of an adolescent is determined by their assigned roles in the family or society in general.

Young people experiencing adolescence are often involved in physical activities like sports, dance, drama, etc., and try to find their field of interest. They find these pleasurable and gratifying. But due to academic and societal pressure, most of them cannot participate in these activities. Although very important, extra-curricular activities have been curtailed these days, restricting the individual to find exposure. The increasingly important teenagers became a

driving force in music, TV shows, movies, and styling during the 1950s in many countries. In many countries, World War II's effect has been an economic boom where teenagers used to spend money freely. In these affluent countries, teenagers have very few meaningful responsibilities, whereas, in underdeveloped countries, the young generation struggles to survive.

In order to overcome adolescence related issues, the community as a collective needs to make this transition for the children a smooth one. As there is a saying that, 'there is no place like home',

therefore, the solution of the problem begins at home itself. Hence, the parents should be aware of the problems and should act as the pioneers of the resolution of any issue being faced. The parents should make the child aware of the changes that may occur due to adolescence beforehand, at an appropriate stage. They must also create a culture of open communication wherein topics like sex education can be discussed and learnt without any hesitation.

Name : Mannat Verma  
Class : B.A. II

## Fascinating Facts About Our Feathered Friends

Birds are some of the most captivating creatures in the world. They are covered in feathers and come in remarkable colours. From the hummingbird to the perching birds, we have over 18,000 species of birds all over the planet. Many birds fly, while some can jump, run and swim. Some of them are also quite bizarre.

What would our world look like without birds? Well, we will definitely miss the experience of seeing them beautify the sky on a bright day.

What else do we know about these creatures called birds?

1. There are more than 18,000 bird species in the world.
2. Birds are the only animals with feathers.
3. All female birds lay eggs.
4. We can find birds all over the continents of the world.
5. Birds flock together to protect themselves.
6. Birds evolved from dinosaurs.
7. Some birds can mimic human speech.
8. The ostrich has the largest eyes of any land animal.
9. Some birds sleep with one eye open.
10. Hoatzin chicks have claws on their wings.

Name : Seema  
Class : B.A. III

## JUST FOR LAUGHS!

- ✓ What is a little bear with no teeth called?  
- A gummy bear.
- ✓ What's an alligator in a vest called?  
- An investi-gator.
- ✓ What's the best way to throw a birthday party on Mars?  
- You planet.
- ✓ Why did the toddler toss the butter out the window?  
- So she could see a butter-fly
- ✓ What's one way we know the ocean is friendly?  
- It waves.
- ✓ What's one animal you'll always find at a baseball game?  
- A bat
- ✓ What did the maths book say to the guidance counsellor?  
- I have so many problems.

Name : Babita  
Class : B.A.III

## KNOW ABOUT ENVIRONMENTAL POLLUTION

The environment is the surrounding of an organism. The environment in which an organism lives is made up of various components like air, water, land, etc. These components are found in fixed proportions to create a harmonious balance in the environment for the organism to live in. Any kind of undesirable and unwanted change in the proportions of these components can be termed as pollution. This issue is increasing with every passing year. It is an issue that creates economic, physical, and social troubles. The environmental problem that is worsening with each day needs to be addressed so that its harmful effects on humans as well as the planet can be discarded.

### **Causes of Environmental Pollution**

With the rise of the industries and the migration of people from villages to cities in search of employment, there has been a regular increase in the problem of proper housing and unhygienic living conditions. These reasons have given rise to factors that cause pollution.

Environmental pollution is of five basic types namely, Air, Water, Soil, and Noise pollution.

### **How Pollution Harms Health & Environment**

The lives of people and other creatures are affected by environmental pollution, both directly and indirectly. For centuries, these living organisms have coexisted with humans on the planet.

### **1. Effect on the Environment**

Smog is formed when carbon and dust particles bind together in the air, causing respiratory problems, haze, and smoke. These are created by the combustion of fossil fuels in industrial and manufacturing facilities and vehicle combustion of carbon fumes.

Furthermore, these factors impact the immune

systems of birds, making them carriers of viruses and diseases. It also has an impact on the body's system and organs.

### **2. Land, Soil, and Food Effects**

The degradation of human organic and chemical waste harms the land and soil. It also releases chemicals into the land and water. Pesticides, fertilisers, soil erosion, and crop residues are the main causes of land and soil pollution.

### **3. Effects on water**

Water is easily contaminated by any pollutant, whether it be human waste or factory chemical discharge. We also use this water for crop irrigation and drinking. They, too, get polluted as a result of infection. Furthermore, an animal dies as a result of drinking the same tainted water.

Furthermore, approximately 80% of land-based pollutants such as chemical, industrial, and agricultural waste wind up in water bodies.

Furthermore, because these water basins eventually link to the sea, they contaminate the sea's biodiversity indirectly.

### **4. Food Reaction**

Crops and agricultural produce become poisonous as a result of contaminated soil and water. These crops are laced with chemical components from the start of their lives until harvest when they reach a mass level. Due to this, tainted food has an impact on our health and organs.

### **5. Climate Change Impact**

Climate change is also a source of pollution in the environment. It also has an impact on the ecosystem's physical and biological components.

Ozone depletion, greenhouse gas emissions, and global warming are all examples of environmental pollution. Because these water basins eventually link to the sea, they contaminate the sea's biodiversity indirectly.

Furthermore, their consequences may be fatal for future generations. The unpredictably cold and hot climate impacts the earth's natural system.

Furthermore, earthquakes, starvation, smog, carbon particles, shallow rain or snow, thunderstorms, volcanic eruptions, and avalanches are all caused by climate change, caused entirely by environmental pollution.

### **How to Minimise Environmental Pollution?**

To minimise this issue, some preventive measures need to be taken.

**Principle of 3R's:** To save the environment, use the principle of 3 R's; Reuse, Reduce and Recycle.

Reuse products again and again. Instead of throwing away things after one use, find a way to use them again. Reduce the generation of waste products.

**Recycle:** Paper, plastics, glass, and electronic items can be processed into new products while using fewer natural resources and lesser energy.

To prevent and control air pollution, better-designed equipment, and smokeless fuels should be used in homes and industries. More and more trees should be planted to balance the ecosystem and control greenhouse effects.

Noise pollution can be minimised by better design and proper maintenance of vehicles. Industrial noise can be reduced by soundproofing equipment like generators, etc.

To control soil pollution, we must stop the usage of plastic. Sewage should be treated properly before using it as fertilisers and as landfills. Encourage organic farming as this process involves the use of biological materials and avoiding synthetic substances to maintain soil fertility and ecological balance.

Several measures can be adopted to control water pollution. Some of them are water consumption and usage that can be minimised by altering the techniques involved. Water should be reused

with treatment.

The melting icebergs in Antarctica resulted in rising sea levels due to the world's environmental pollution, which had become a serious problem due to global warming, which had become a significant concern. Rising carbon pollution poses a risk for causing natural disasters such as earthquakes, cyclones, and other natural disasters.

The Hiroshima-Nagasaki and Chernobyl disasters in Russia have irreversibly harmed humanity. Different countries around the world are responding to these calamities in the most effective way possible.

Different countries around the world are responding to these calamities in the most effective way possible. More public awareness campaigns are being established to educate people about the hazards of pollution and the importance of protecting our environment. Greener lifestyles are becoming more popular; for example, energy-efficient lighting, new climate-friendly autos, and the usage of wind and solar power are just a few examples.

Governments emphasise the need to plant more trees, minimise the use of plastics, improve natural waste recovery, and reduce pesticide use. This ecological way of living has helped humanity save other creatures from extinction while making the Earth a greener and safer ecology.

### **Conclusion**

It is the responsibility of every individual to save our planet from these environmental contamination agents. If preventive measures are not taken then our future generation will have to face major repercussions. The government is also taking steps to create public awareness. Every individual should be involved in helping to reduce and control pollution.

Name : Divya  
Class : M.A. II

## HOW ENGLISH BECAME THE GLOBAL LANGUAGE

People often talk about English as a global language or lingua franca. With more than 350 million people around the world speaking English as a first language and more than 430 million speaking it as a second language, there are English speakers in most countries around the world. Why is English so popular, though? And why has it become a global language?

People often call English the international language of business, and it's increasingly true as international trade expands every year, bringing new countries into contact. Many of the best MBA programs are taught in English, so speaking it well can put you in a position to get the best training and credentials. Most multinational companies require a certain degree of English proficiency from potential employees so in order to get a position with a top company, more and more people are learning English.

If your ambitions lie in Science or medicine, you can't neglect English either. Much of the technical terminology is based on English words, and if you want to learn about the latest developments and discoveries from around the world, you'll read about them in journals and research reports published in English, no matter whether the scientists who wrote them are from China or Norway. And, of course, with good conversational English, you'll be able to network and make important contacts at conferences and seminars.

English also opens doors in the academic world. Of course, if the best program in your field is in an English-speaking country, English will give you the opportunity to study with the top scholars. Western universities are attracting more and more visiting scholars, students and professors from all around the world, and their common

working language is English. As well as studying and teaching, attending international conferences and publishing in foreign journals are some of the key steps to success in academia. In order to speak at these conferences or publish in these journals, excellent English is essential.

Journalists and writers around the world are finding a good command of English to be an increasingly useful skill. Even if you're writing your articles and doing interviews in your own language, with good English you can get background material from international wire services and papers and magazines from around the world. You can interview foreign businessmen, diplomats and maybe even get sent to cover overseas stories. Good English skills mean that you are not reliant on translators and can work faster and more accurately with English information sources.

If you want a career in aviation, English is absolutely essential. As the international language of aviation, pilots and cabin crew all need to speak English. Even if you're not up in the air, speaking English accurately will ensure you are able to communicate with clients and suppliers all over the world.

So, what's stopping you from learning this global language? With all the resources available on the internet and so many other English speakers around the world to practise with, there's never been a better time to start learning English. Pick up a book, learn a few words, or even start a course today and take your first step towards becoming one of nearly 800 million English speakers in the world.

Name : Prachi  
Class : B.A. II

## MILES I WANT TO GO

**SRI LANKA:** Golden beaches, wildlife-rich jungles, rolling tea plantations, and mist-shrouded mountains make Sri Lanka one of the best Asian countries to visit. Tourists marvel at the beauty and physical diversity of this island. The view from the top of Sri Lanka's fourth highest peak, Adam's peak, is known to be stunning.

**GERMANY:** It is an attractive proposition for world travellers, thanks to its beautiful coastlines, top hiking spots and postcard perfect villages. It's packed with countless quirky attractions, like the onion museum in Weimar, the dumping ground/open-air museum in Berlin and the gnome museum in Thuringian Forest, to name a few. The German Christmas market is a class apart. Nothing can beat the sizzling sausages and sweet-smelling gingerbread that are available here. Apart from its never-ending coastlines, Germany also boasts of great mountains, like the Alps and the lesser known Harz ranges in the north of Germany.

**ZIMBABWE:** Zimbabwe is one of the most underrated South African countries, with several hidden gems waiting to be explored. It is home to four World Heritage Sites, namely Victoria Falls, Mana Pools National Parks, the Great Zimbabwe Ruins and the Kama Ruins. The chances of spotting the Big Five (leopard, lion, rhino,

elephant and buffalo) on a safari tour of the country's well-renowned national parks is extremely high.

**INDONESIA:** Often when people think of Indonesia, all that comes to mind is Bali. Comprising over 17,000 islands, there's so much more to the country. Indonesia is home to more than 20% of the world's coral reefs. There are many opportunities available for snorkelling and scuba diving for both beginner and experienced divers. Dating back to the 9th century, Borobudur – the largest Buddhist temple in the world is found in Java.

**EGYPT:** Mummies, sphinxes, and tombs are all that come to mind when one mentions Egypt. But little do people know that there is much to this land of the Pharaohs that has been welcoming and bewitching travellers from around the world since forever! With classic monuments in deserts, charming hamlets near the Nile, expansive museums guarding the ancient history and artefacts, lofty pyramids, to its delicious food and vivid culture, this mysterious paradise is sure to give you one hell of a vacation! Some of its most renowned attractions include the Pyramids of Giza, the Great Sphinx, the Valley of the Kings, Egyptian Museum, and many more.

Name : Preeti  
Class : B.A. III

### MY FAVOURITE QUOTES

- An investment in knowledge pays the best interest.
- Develop a passion for learning. If you do, you will never cease to grow.
- Don't limit a child to your own learning, for he was born in another time.
- He who opens a school door, closes a prison.
- What sculpture is to a block of marble, education is to the soul.

Name : Mamta  
Class : B.A. I

## INSPIRATIONAL QUOTES FOR INTERVIEWS

During an interview, you may be asked some challenging questions or be faced with a trial assignment that requires determination. These quotes about being persistent can help you to remember to try your best:

- "If you're going through hell, keep going." - Winston Churchill
- "Opportunities don't happen, you create them." - Chris Grosser
- "The best way out is always through." - Robert Frost
- "Don't be afraid to fail. Don't waste energy trying to cover up failure. Learn from your failures and go on to the next challenge." - H. Stanley Judd
- "In the middle of difficulty lies opportunity." - Albert Einstein
- "You miss 100% of the shots you don't take." - Wayne Gretzky
- "It does not matter how slowly you go as long as you do not stop." - Confucius
- "Trust yourself. You know more than you think you do." - Dr. Benjamin Spock
- "Optimism is the faith that leads to achievement." - Helen Keller
- "I believed, and still believe, that you can build your dreams brick by brick. That you can accomplish anything with persistence." - Maurene Goo
- "There is only one way to avoid criticism: Do nothing, say nothing, and be nothing." - Elbert Hubbard
- "It's not whether you get knocked down. It's whether you get up." - Vince Lombardi
- "A mind troubled by doubt cannot focus on the course to victory." - Arthur Golden
- "There are no shortcuts to any place worth going." - Beverly Sills
- "One important key to success is self-confidence. An important key to self-confidence is preparation." - Arthur Ashe
- "I am convinced that life is 10% what happens to me and 90% of how I react to it." - Charles Swindoll
- "Success is not final, failure is not fatal: it is the courage to continue that counts." - Winston Churchill

## WHO IS MALALA?

"One child, one teacher, one pen, and one book can change the world."

Malala Yousafzai came to public attention at the age of eleven by writing for BBC Urdu about life under the Taliban. Using the pen name Gul Makai, she often spoke about her family's fight for girls' education in her community.

In October 2012, Malala was targeted by the Taliban and shot in the head as she was returning from school on a bus. She miraculously survived and continues her campaign for education.

In recognition of her courage and advocacy, Malala was the winner of the Youth Peace Prize in 2011 and was nominated for the International Children's Peace Prize in the same year. She is the youngest person ever nominated for a Nobel Peace Prize. She was one of four runners-up for Time magazine's Person of the Year and has received numerous other awards.

Malala continues to champion universal access to education through the Malala Fund, a nonprofit organization investing in community-led programs and supporting education advocates around the world.

Name : Nishu  
Class : B.A. III

Name : Jyoti  
Class : B.A. I

## INDIA @75

Azadi Ka Amrit Mahotsav is a government-sponsored initiative to celebrate and remember 75 years of progressive India and the glorious history of its people, culture, and accomplishments. It does this through 5 themes which are primarily concerned with what has been accomplished thus far, its significance, and what can be accomplished in the future to raise India to new heights



**Freedom Struggle :** It helps to recreate the stories of the unsung heroes whose sacrifices made our freedom a reality, and revisits milestones from the historical journey leading up to August 15, 1947, freedom movements, and more.

**Ideas@75 :** This theme focuses on programs and activities inspired by the thoughts and ideals that shape us and that will guide us through this age of Amrit Kaal (25 years between India@75 and India@100).

**Revolve@75 :** This theme focuses on our collective resolve and determination to shape the destiny of our nation. As we move towards 2047, each of us must stand up and do our part as individuals, groups, civil society, government agencies, and more. Translating ideas into action is only possible through our collective determination, thoughtful action planning and determined effort.

**Actions @75 :** This topic highlights all the efforts being made to help India take its rightful place in the emerging new world order in a post-COVID world, focusing on steps taken to implement policies and deliver on commitments.

**Achievement@75 :** This theme focuses on marking the passage of time and all the milestones we have along the way. It aims to publicly showcase our collective achievements as a 75-year-old independent nation with a legacy of more than 5,000 years.

Name : Nancy  
Class : B.A. III

## GOD IS ONE



Flowers are many, But garden is one.  
Planets are many, But universe is one.  
Ways are many, But goal is one.  
Members are many, But family is one.  
States are many, But nation is one.  
Religions are many, But God is one.

Name : Pooja Suri  
Class : M.A. 1

## COLLEGE LIFE

In the college life,  
It's the memories we found,  
An echo from another place,  
Another time, another sound.

Name : Kamini  
Class : B.A. III



# \* \* \* \* \*

## हिन्दी अनुभाग

प्राध्यापक सम्पादिका  
डॉ. सुनीता रानी

छात्र सम्पादिका  
पारूल

### अनुक्रमणिका

क्रम	विषय	नाम	पृष्ठ संख्या
1.	सम्पादकीय	पारूल	17
2.	सही समय और सही निर्णय	माही	18
3.	खुद से खुद की जंग	अंजली	18
4.	सपनों की उड़ान	मनीषा	19
5.	जीवन के पल	मनीषा	19
6.	उत्साह	प्रो० चरणजीत कौर	19
7.	असली मित्र	पारूल	20
8.	हॉस्टल लाईफ	सोनी	20
9.	जिन्दगी	सोनी	21
10.	छोटी सी कली	गुरजिन्द्र कौर	21
11.	आत्मविश्वास	भारती भगल	21
12.	सुई और तलवार	सिमरन	22
13.	चुटकुले	नेहा सिंह	22
14.	विदाई	मनीषा	23
15.	टीचर्स	रजनी	23
16.	जीना - मरना आना जाना	सोनी	23
17.	कैसे सकारात्मक बने	प्रो० विभा मदान	23
18.	प्रकृति मेरा जीवन	पूनम वर्मा	24
19.	समस्या और समाधान	डॉ. सुनीता रानी	24
20.	भारत की संस्कृति	हर्षिता	24
21.	परिश्रम का फल	फिरोजी खातून	25
22.	पर्यावरणीय गिरावट	मन्नत वर्मा	27
23.	क्रोध पर नियंत्रण	सरस्वती	27
24.	बेटी परिवार को जोड़ती है	भारती भगल	27
25.	प्रेरक विचार	पारूल	28
26.	कोशिश कर	भारती भगल	28
27.	पहेलिया	मुस्कान	28

## सम्पादकीय

सभी पाठकों को सादर नमस्कार। मुझे गर्व की अनुभूति हो रही है कि राजकीय महिला महाविद्यालय सैकटर - 14 पंचकूला की वार्षिक पत्रिका 2022 - 23 का अंक प्रकाशित किया जा रहा है। मुझे इस बात की प्रसन्नता है कि मुझे इस पत्रिका के हिन्दी अनुभाग का सम्पादक कार्यभार सौंपा गया है।

किसी भी कॉलेज की वार्षिक पत्रिका उस कॉलेज के विद्यार्थियों की प्रतिभा अभिव्यक्ति करने का सबसे अच्छा माध्यम होता है। इसके द्वारा प्रत्येक विद्यार्थी अपनी प्रतिभा व रचनात्मकता प्रस्तुत करते हैं। हिन्दी हमारे गैरव, संस्कृति और सभ्यता की प्रतीक है। यह केवल हमारी राष्ट्रीय भाषा ही नहीं अपितु हमारी मातृभाषा भी है। मातृभाषा में विचारों की अभिव्यक्ति हम सशक्त रूप में कर सकते हैं।

हमारे महाविद्यालय की यह वार्षिक पत्रिका अभिव्यक्ति के साथ - साथ छात्राओं की रचनाओं के माध्यम से समाज में बदलाव को भी प्रेरित करती है। इसके लिए मैं हिन्दी विषय की प्राध्यापिका प्रो. चरणजीत कौर एवं डॉ. सुनीता जी का आभार व्यक्त करती हूँ कि उन्होंने मुझे निरंतर प्रोत्साहित करके मेरा मार्गदर्शन किया है।

मैं आशा करती हूँ कि सभी को हमारे रचनात्मक लेख पसंद आएंगे।

नाम : पारूल

कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष

छात्रा सम्पादिका



## सही समय और सही निर्णय

एक बार की बात है। किसी शहर में एक प्रोफेसर साहब अपने 25 साल के बेटे के साथ रहते थे। वह अपने बेटे की हमेशा कन्फ्यूज़ रहने की आदत से बेहद परेशान रहते थे।

उनका बेटा कभी भी सही समय पर कोई काम नहीं करता, कोई निर्णय नहीं ले पाता, इस वजह से कई बार उसकी नौकरी छूटती। लेकिन उसे यह बात समझ नहीं आती थी कि जीवन में सही निर्णय कब लिया जाए।

प्रोफेसर साहब हमेशा उससे कहा करते, यदि समय पर निर्णय नहीं लोगे, तो तुम्हे नुकसान उठाना पड़ेगा, लेकिन बेटे के कान पर जूँ नहीं रेगती। एक दिन प्रोफेसर साहब को एक युक्ति सूझी। उन्होंने अपने बेटे को लैब में बुलाया। बेटा वहाँ पहुँचा, तो उसने देखा कि प्रोफेसर साहब ने एक मेंढक को मँगवा रखा है।

उन्होंने चूल्हे पर एक पतीले में पानी चढ़ाया। उसे उबलने दिया। पानी जब पूरा उबल गया, तो उन्होंने मेंढक को उस पानी में डाल दिया।

मेंढक को जैसे ही पानी गरम लगा, तो उसने तुरंत छलांग लगाई और खोलते पानी से बाहर आ गया। बेटे को कुछ समझ नहीं आया कि क्या हो रहा है।

प्रोफेसर साहब ने बेटे को बैठने और वहाँ जो कुछ हो रहा है। देखने को कहा। अब उन्होंने एक दूसरे पतीले में पानी लिया, उसमें मेंढक को डाल दिया और पानी को गरम करने लगे।

थोड़ी देर में पानी खौल गया, लेकिन मेंढक ने छलांग नहीं लगाई। और कुछ देर में डूब कर मर गया। बेटे को यह सब देखकर आश्चर्य हुआ।

अब प्रोफेसर साहब ने उससे पूछा, बेटे अब जरा बताओ कि पहले मेंढक ने छलांग लगा दी, लेकिन अब वह मर गया, इसका क्या कारण है?

बेटा कुछ समझ नहीं पाया। प्रोफेसर साहब ने कहा, पहले जब मेंढक को खोलते पानी में डाला गया, तो उसे पानी के गरम होने पर अहसास हुआ और छलांग लगा दी। पर बाद में जैसे - 2 पानी गरम हुआ, मेंढक अपनी अदरं की ऊर्जा को खर्च कर स्वयं को उस पानी के लायक बनाता रहा और जब पानी पूरी तरह गर्म हो गया, तब तक उस मेंढक के अदरं इतनी ऊर्जा नहीं बची थी कि वह बाहर छलांग लगा पाता क्योंकि उसने सारी ऊर्जा पानी के तापमान के बराबर खर्च कर दी।

यदि पानी के गर्म होने की शुरूआत में वह मेंढक सही निर्णय लेकर छलांग लगा देता, तो उसकी यह गति नहीं होती, इसलिए जीवन में सही समय पर आकलन कर सही निर्णय लेना बहुत आवश्यक है।

पिता की बात सुन बेटे की आँखों में चमक आ गई, मानो उसे जीवन को देखने का एक नया नजरिया मिल गया हो।

नाम : माही  
कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष

## खुद से खुद की जंग

हर दिन एक जंग है।  
खुद ही हम एक सुरंग है।  
खोदो खुद को जितना खोद सकते हो।  
खुद को बेहतर बनाने की तरंग है॥

रोना भी पड़ता है।  
हँसना भी पड़ता है।  
तड़प भी उठती है।  
दिल भी रोता है।  
आसमान में उड़ने की उमंग है।  
खुद की जंग है॥

हम हैं मुसाफिर।  
अंजान शहर में आए हैं।  
घर की याद आती है।  
सपनों के द्वारा सताएँ हैं।  
खुद को खुद से बचा रहे हैं।  
अपना भविष्य बना रहे हैं॥

दुनिया ने हमें सताया॥  
पर मानी हमने कभी हार नहीं।  
अपने काम से देंगे हम सबको जवाब।  
अभी शुरू किया हमने प्रहार नहीं॥

पहला इश्क बन चुकी है कामयाबी।  
दर्द भी प्यारा लगता है।  
आँखों की चुभन भी प्यारी लगने लगी है।  
शरीर की थकान अच्छी - सी लगती है।  
कहीं यह वही प्रसंग तो नहीं,  
खुद - से - खुद की जंग तो नहीं॥

कामयाबी राह देख रही है।  
तू खुद पर मेहनत करता जा।  
तपा खुद को सूरज की तरह दिन - रात।  
मेहनत करता - जा, करता - जा॥

अब दूर तेरा लक्ष्य नहीं।  
थोड़ा - सा चलना है। चलेगा नहीं?  
अपने कार्य को इतनी लगन से कर ऐ मुसाफिर।  
कि किस्मत बोले ये तेरा हक है मुसाफिर॥

नाम: अंजली  
कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष

## सपनों की उड़ान

आसमाँ में उड़ना चाहती हूँ  
 अपने ख्वाबों को जीना चाहती हूँ  
 अपने सपनों की उड़ान भरना चाहती हूँ  
 अपनी मंजिल तक पहुँचना चाहती हूँ  
 कहते हैं कि  
 सपने इंसान से क्या कुछ नहीं करवाता,  
 यदि सपने बड़े हो, तो संघर्ष भी बड़ा होता है।  
 जिन्दगीं को जियो,  
 अपने सपनों की उड़ान भरो,  
 अपने ख्वाबों को सच करो,  
 अपनी मंजिल तक पहुँच,  
 सपने चाहें जो भी हों  
 ये सपने तेरे अपने हैं,  
 इन सपनों को पूरा करने की  
 कोशिश करो, कोशिश करो  
 बस कोशिश करो।

नाम : मनीषा

कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष

## जीवन के पल

जिन्दगी है खुबसूरत बस जीना आना चाहिए,  
 हर एक पल खुबसूरत है  
 बस महसूस करना आना चाहिए,  
 न जाने कब क्या हो जाए, ये कौन जानता है,  
 हर एक पल खुबसूरती से बस जीना आना चाहिए।  
 न खो देना इन खुबसूरत पलों को,  
 बस यही सोचकर, मत हो जाना खमोश,  
 इन पलों में खुशियाँ रास्ता देख रही हैं,  
 इन्हें खोज लेना तुम।

आसमान से बरसती हैं खुशियाँ  
 इनमें कोई भीगता क्यों नहीं,  
 एक बार भीग कर देखो इनमें,  
 मिलता क्या नहीं।

नाम : मनीषा

कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष

## उत्साह

उत्साह वीर रस का स्थायी भाव है उत्साह की प्रेरणा उमंग से होती है। कर्म सौन्दर्य की आराधना उत्साह का मूलाधार है। आचार्य रामचन्द्र शुक्ल के अनुसार दुख के वर्ग में जो स्थान भय का है वही स्थान आनन्द के वर्ग में उत्साह का है उत्साह जीवन संग्राम की धूरी है जिस पर कर्म का चक्र निरन्तर धुमता रहता है इसलिए उत्साह के बिना जीवन निष्पाण है।

जिन कर्मों में किसी प्रकार का कष्ट या हानि सहने का साहस अप्रेक्षित होता है उन सबके प्रति उत्कण्ठापूर्ण आनन्द उत्साह के अन्तर्गत लिया जाता है। पर केवल कष्ट या पीड़ा सहन करने के साहस में ही उत्साह का स्वरूप स्कुरित नहीं होता उसके साथ आनन्दपूर्ण प्रयत्न या उसकी उत्कण्ठा का योग चाहिए। यदि किसी प्रिय मित्र के आने का समाचार पाकर हम चुपचाप ज्यों के त्यों आनन्दित होकर बैठे रह जाए या थोड़ा हंस दे तो यह हमारा उत्साह नहीं कहा जाएगा। हमारा उत्साह तभी कहा जाएगा जब हम अपने मित्र का आगमन सुनते ही उठ खड़े होंगे उससे मिलने के लिए दौड़ पड़ेगे उसके ठहरने के प्रबन्ध में प्रसन्न - मुख कार्य करेंगे। अर्थात् प्रयत्न और कर्म संकल्प उत्साह नामक आनन्द के लक्षण हैं। मान लीजिए कि एक ऊँचे पर्वत के शिखर पर विचरते हुए किसी व्यक्ति को नीचे बहुत दूर तक गई हुई सीढ़ियाँ दिखाई दे और यह मालूम हो कि नीचे उत्तरने पर सोने का ढेर मिलेगा वह व्यक्ति उस स्वर्ग राशि के साथ एक प्रकार का मानसिक संयोग अनुभव करने लगेगा उसे एक - एक सीढ़ी स्वर्णमयी दिखाई देगी और वह प्रसन्नता के साथ स्वर्णराशि तक पहुँचेगा। जिस आनन्द से कर्म की उत्तेजना होती है और जा आनन्द कर्म करते समय बराबर चलता है उसी का नाम उत्साह है।

सारांश यह है कि किसी व्यक्ति या वस्तु के साथ उत्साह का सीधा लगाव नहीं होता। समुद्र लाँघने के लिए जिस उत्साह के साथ हनुमान उठे हैं उसका कारण समुद्र नहीं समुद्र लाँघने का विकट कर्म है कर्म भावना ही उत्साह उत्पन्न करती है, वस्तु या व्यक्ति की भावना नहीं।

श्री कृष्ण ने कर्म मार्ग से फलास्वित की प्रबलता हटाने का बहुत ही स्पष्ट उपदेश दिया। कर्म के मार्ग पर आनन्दपूर्वक चलता हुआ उत्साही मनुष्य यदि अन्तिम फल तक न पहुँचे तो भी उसकी दशा कर्म न करने वाले की अपेक्षा अधिकतर अवस्थाओं में अच्छी रहेगी, क्योंकि एक तो कर्म काल में उसका जीवन बीता सन्तोष और आनन्द में बीता, फल की अप्रप्ति पर भी उसे यह पछतावा न रहा कि उसने प्रयत्न नहीं किया। कर्म में आनन्द अनुभव करना ही उत्साह है। धर्म और उदारता के उच्च कर्मों के विधान में ही एक ऐसा दिव्य आनन्द भरा रहता है कि कर्ता को वे कर्म ही फलस्वरूप लगते हैं।

नाम: प्रो० चरणजीत कौर  
 हिन्दी - विभाग

## असली मित्र

एक व्यक्ति था, उसके तीन मित्र थे। एक ऐसा जिससे वह प्रतिदिन मिलता था। दूसरा ऐसा जिसे वह प्यार करता था पर मिलता था एक दो सप्ताह में। और तीसरा ऐसा था जिसे वह महीनों के बाद कभी - कभी मिलता था। एक बार उस व्यक्ति पर मुकदमा बन गया। वकील ने कहा मुकदमा बहुत सख्त है। तो ऐसा गवाह तैयार करो जो कहे कि तुम्हें जानता है और तुम पर लगे आरोप को गलत समझता है। वह व्यक्ति अपने पहले मित्र के पास गया। बोला एक मुकदमा बन गया है मेरे ऊपर तुम चलकर मेरे पक्ष में गवाही दो। मित्र न कहा देखों भाई हमारी मित्रता अवश्य है लेकिन गवाही देने के लिए मैं



तुम्हारे साथ एक कदम भी नहीं जाऊँगा। व्यक्ति बहुत निराश और दुखी हुआ। तभी उसे दूसरे मित्र का विचार आया। उसने उसे चलकर गवाही देने को बोला फिर वह मित्र बोला मैं तुम्हारे साथ कचहरी तक जाऊँगा पर गवाही नहीं दूँगा। वह फिर दुखी हुआ। फिर उसे अपने तीसरे मित्र का रव्याल आया जिससे वह महीनों बाद थोड़ी देर के लिए मिलता था। उसने उसे अपनी बात कही। तीसरे मित्र ने जोश के साथ कहा मैं चलूँगा तेरे साथ, तेरे पक्ष में गवाही दूँगा और दावा है मेरा कि मुकदमा समाप्त हो जाएगा। तू बरी हो जाएगा। परन्तु वह मित्र कौन है? वह है आत्मा। पहली मित्र है, धन संपत्ति और भूमि जिन्हे मनुष्य अपना समझता है। और जिनके लिए रात - दिन हर समय चिंता करता है। दूसरा मित्र है ये सबंधी, रिश्तेदार, स्त्री, बच्चे परिवार जिसके लिए मनुष्य प्रत्येक कष्ट उठाता है। तीसरा मित्र है प्रभु - प्रेम और कर्म जो प्रभु प्रेम के कारण किए जाते हैं।

शिक्षा : दोस्त वो नहीं होते जो रोने पर आते हैं, दोस्त वो होते हैं जो रोने ही नहीं देते।

नाम: पारुल

कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष

## हॉस्टल लाईफ



राह देखी थी इस दिन की कब से  
आगे के सपने, सजा रखे थे न जाने कब से  
बड़े उतावले थे यहाँ से जाने को  
पर न जाने आज दिल में कुछ और आता है  
वक्त को रोकने को जी चाहता है॥

जिन बातों को लेकर रोते थे,  
आज उन पर हँसी आती है  
ना जाने क्यों आज उन पलों की याद आती है॥  
न भुलने वाली कुछ यादें रह गई  
यादें, जो अब जीने का सहारा बन गई।  
मैं पूछती हूँ -  
अब कौन रात भर साथ जागकर पढ़ेगा  
कौन मेरे नए - नए नाम बनाएगा।  
कौन मुझे मेरी गलती का अहसास करवाएगा।  
मैं अब बिना मतलब किस से लड़ूँगी  
बिना टॉपिक के किससे फालतू बात कंरूंगी  
कौन फेल होने पर दिलासा दिलाएगा  
और कौन टॉप करने पर गालियाँ सुनाएगा  
मुवीं मैं किसके साथ देखूँगी  
किसके साथ वोरिंग लेक्चर झेलूँगी  
कौन मुझे रात को मैंगी बनाकर खिलाएगा  
और कौन सुबह कॉलेज जाने के लिए उठाएगा  
कौन मुझे मेरी काबिलियत पर भरोसा दिलागा  
और ज्यादा हवा में उड़ने पर जमीन पर लाएगा  
मेरी खुशी में सच में मुझसे खुश कौन होगा  
मेरे गम में मुझसे ज्यादा दुखी कौन होगा  
कह दो दोस्तों ये दोबारा कब होगा.....

नाम : सोनी

कक्षा : बी. कॉम तृतीय वर्ष



## जिन्दगी

पन्नो को पलटने से  
जिन्दगी नहीं पलटती  
जिन्दगी को पलटने  
के लिए, हर लाइन  
पर लिखना पड़ता है  
यू ही नहीं मिलती मंजिले,  
सबको, उसको पाने के लिए  
खुद को भी टूटना पड़ता हैं,  
यू ही नहीं मिलती रवाहिशे  
सबको उसको पाने के लिए  
खुद को कुछ खोना पड़ता है  
बिछे है हर राह पर काटे  
कुछ इस तरह, की अब तो  
उनको रोन्द चलना पड़ता है''  
पन्नो को पलटने से  
जिन्दगी नहीं पलटती  
जिन्दगी को पलटने  
के लिए, हर लाइन  
पर लिखना पड़ता है  
“(मेरा सब कुछ बिखर रहा है  
मोला अब तो सब संभालो हार न  
जाऊ कहीं टूट-टूट कर मोला,  
अब तो गले से लगालो।)''

नाम: सोनी  
कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष

## छोटी सी कली

छोटी सी कली है वो  
क्यूँ समझा बोझ उसे हमने  
कहते हैं लक्ष्मी उसको  
मारा फिर भी कोख में हमने।  
  
क्या नहीं उसे जीने का हक  
हक तो है सबका  
मारा फिर भी कोख में हमने।  
  
क्यूँ करते हम अंतर इतना  
समझे आगर एक समान  
ईश्वर के दोनों बच्चे  
फिर भी इतने क्यूँ असमान।  
  
एक ही सूरत, एक ही दिल,  
है एक ही मन,  
समझा न, फिर भी इन्हे समान  
ना जाने कब, मिटेगी ये असमानताएँ  
होगा कब, इनमें एक सा व्यवहार।  
  
समझेंगे एक समान सभी  
फिर क्या बेटा, क्या बेटी  
होगा ना इनमें कोई अंतर  
सब रहेंगे एक समान।  
बदलनी है सोच हमे  
फिर क्यों समझे बोझ इन्हे  
फिर क्यों समझे बोझ इन्हे।

नाम : गुरजिन्द्र कौर  
कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष

## आत्मविश्वास

ये आसामा छीन गया तो क्या ?  
नया ढूँढ़ लेगे,  
हम वो परिदें नहीं  
जो उड़ना छोड़ देंगे !!  
मत पूछ, हौसले हमारे  
आज कितने विश्रब्ध हैं,  
एक नई शुरुआत, नया  
आरंभ तय है.....  
माना अभी हम निःशब्द है !  
ये पारावर छुट गया तो क्या ?  
नया सागर ढूँढ़ लेंगे,  
हम वो कश्तियां नहीं जो,  
तैरना छोड़ देंगे !!  
कदम चलते रहेंगे  
जब तक श्वास है,  
परिस्थिति से परे  
स्वयं पर हमें विश्वास है,  
एक रास्ता मिला नहीं तो क्या,  
नई राहें ढूँढ़ लेंगे,  
हम वो मुसाफिर नहीं जो  
चलना छोड़ देंगे !!  
हम वो राहीं नहीं  
जो अपनी तलाश छोड़ देंगे !!

नाम: भारती भगल  
कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष

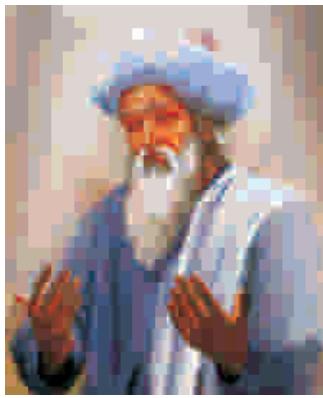
## सुई और तलवार

एक बार बाबा फरीद से मिलने के लिए एक राजा आया। राजा अहंकारी था। वह बहुत सोच - विचार कर बाबा के लिए उपहार स्वरूप एक तलवार लेकर आया। वह तलवार बेशकीमती, अनूठी और नायाब थी। सोने से बनी उस तलवार में हीरे और रत्न जड़े हुए थे। तलवार भेट करते हुए राजा बोला, 'बाबा, यह भेट मैं आपको देना चाहता हूँ।' तलवार को देख बाबा फरीद राजा से बोले, 'राजन, मैं तुम्हारा शुक्रगुजार हूँ कि तुम मेरे लिए उपहार में बेशकीमती तलवार लाए हो। लेकिन यह मेरे किसी काम की नहीं हैं। यदि तुम मुझे कुछ देना ही चाहते हो तो मुझे सुई के साथ विनम्रता का उपहार दो। वह उपहार मेरे लिए ऐसी सौ तलवारों से भी अधिक कीमती होगा।' बाबा फरीद की बात सुनकर राजा उलझन में पड़ गया। वह बोला, 'बाबा, भला सुई और विनम्रता ऐसी सौ तलवारों का मुकाबला कैसे कर सकती है? बाबा बोले, 'राजन, तलवार लोगों को मारने - काटने का काम करती है, जबकि सुई सिलने का काम करती है। एक नन्ही सी सुई चीजों को जोड़ती है। तोड़ना आसान है और जोड़ना बहुत कठिन। उसी तरह विनम्रता से कोई उन व्यक्तियों को भी जीत लेता है जिन्हें वह अहंकार से नहीं जीत सकता। विनम्रता और प्रेम के आगे सब पराजित हो जाते हैं। अब तुम्हीं बताओ, ऐसे में कौन ज्यादा कीमती है? तलवार और अहंकार या सुई और विनम्रता।'

राजा बाबा का संकेत समझ गया और उनके चरणों में अपना सिर रखकर बोला, 'बाबा, आज आपने मेरे जीवन की दिशा ही बदल दी है। आज से मैं सुई की भाँति जोड़ने का काम करूंगा और विनम्रता से अपनी प्रजा की सेवा करूंगा। इसके बाद उसने उस कीमती तलवार को फेंका और विनम्रता को धारण कर अहंकार का त्याग कर दिया। इसके बाद वह राजा बाबा फरीद की बात को ध्यान में रखकर सुई की भाँति जोड़ने का काम करने लगा।

शिक्षा - विनम्रता और प्रेम से सबको जीता जा सकता है।

नाम: सिमरन  
कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष



## "चुटकुले"

माँ : बेटा क्या कर रहे हो?

बेटा : पढ़ रहा हूँ माँ

माँ : शाबाश! क्या पढ़ रहे हो?

बेटा : आपकी होने वाली बहु के एस एम एस  
(दे थप्पड़, दे थप्पड़)



पति व पत्नी का जोरदार झगड़ा होता है।

तब पति गुस्से से : तेरी जैसी 50 मिलेंगी।

पत्नी हँसके : अभी भी मेरी जैसी ही चाहिए।

पत्नी : डॉ. साहब मेरे पति को रात में बड़बड़ाने की आदत है, कोई उपाय बताये?

डॉक्टर : आप उन्हे दिन में बोलने का मौका दिया करें।

पत्नी ने गुस्से में पति से कहा : मैं तंग आ गई हूँ रोज की किच - किच से मुझे तलाक चाहिए।

पति : ये लो चॉक्लेट खाओ

पत्नी (रोमांटिक होते हुए) : मना रहे हो मुझे

पति : नहीं रे पगली, माँ कहती है, अच्छा काम करने से पहले मीठा खाना चाहिए।

उसने मुझसे पूछा, चाहोगे मुझे कब तक?

मैंने भी मुस्कुरा के कह दिया,

मेरी बीवी को न पता चले तब तक

इंग्लिस ग्रामर की टीचर : आज हम 'नाउन' पढ़ेगे।

टीचर : लड़की सबसे हँस के बात करती है। इसमें 'लड़की क्या है?

पप्पू : मैडम जी वो लड़की बिगड़ी हुई है किसी लड़के के चक्कर में पड़ी है।

नाम : नेहा सिंह

कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष

## विदाई

कन्या का कर दो दान पिता जी  
यही रीत सदा चली आई है,  
आज मैं हो गई पराई  
मेरी डोली चल कर आई है।



हंसते हुए चेहरे पर  
ये कैसी उदासी छाई है,  
कन्या का कर दो दान पिता जी,  
यही रीत सदा चली आई है।  
सब ने धन - दौलत दे दी,  
एक पिता ने बेटी दान की  
इससे बढ़कर और क्या दोगे,  
ये रीत पुरानी चली आई है।  
कन्या का कर दो दान पिता जी,  
ये रीत पुरानी चली आई है।  
  
जिस माँ ने जन्म दिया इसको  
कैसे कर दे नजरों से दूर  
ये रीत न जाने किसने बनाई  
बेटी आज हो गई पराई।  
कन्या का कर दी दान पिता जी,  
ये रीत पुरानी चली आई है।  
  
नजरों से जो ना दूर हुई  
वो चली आज ससुराल  
विदाई वो लम्हा है, जो  
सब कुछ लेकर जाए।  
कन्या का कर दो दान पिता जी,  
ये रीत पुरानी चली आई है।

नाम : मनीषा  
कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष

## टीचर्स

टीचर्स है मेरी वंदना, तरुणा, संगीता, सुनीता।  
इनके बिना अधूरी है मेरी ये कविता॥  
तरुणा मैम की कविता काँच के गिलास।  
जिसने जगा दी जिंदगी जीने की आस॥  
सुनीता मैम हमें यह बताती।  
अच्छे बुरे का भेद कराती॥  
संगीता मैम ने हमें सिखवलाया।  
जीवन में योग व स्वच्छता का महत्व बताया॥  
वंदना मैम ने हमें बताया।  
संविधान, कर्तव्य, अधिकार का बोध कराया॥  
टीचर्स के बिना जिंदगी हमारी अधूरी है।  
कौन कहता है कि इनके बिना भी पढ़ाई पूरी है॥  
कौन है ऐसा इंसान।  
जिसको नहीं दिखे अपने टीचर्स में भगवान॥  
बुमन इम्पावरमेंट की है ये टीचर्स मिसाल।  
इसलिए हमें ये टीचर्स ही चाहिए अगले साल॥

नाम : रजनी  
कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष

## जीना - मरना आना जाना

न जाने भगवान ने भी यह  
कैसा नियम बनाया है  
किसी को भेजा है  
तो किसी को अपने पास बुलाया है  
क्या करेगा तू सब कुछ पाकर  
एक दिन यह सब यही छूट जाएगा  
जी ले इस दुख की मस्ती में  
क्योंकि फिर न यह वक्त वापस आयेगा  
अपने एक छोटे से स्वार्थ के लिए  
मत खो, अपनों को  
वरना फिर पागल इन्सान  
यह सोच कर पछताएगा  
  
मृत्यु का ख्याल भी  
एक दिन तेरे मन में आएगा,  
तब जीवंत हो जाएगे तेरे कर्म  
तेरी आँखों के सामने,  
कर्म अच्छे होंगे तो मरना  
भी आसान हो जाएगा।

नाम : सोनी

कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष

## कैसे सकारात्मक बने

- खुद पर अटल विश्वास रखे और अपने काम पर कोई सदेह न करें।
- हमेशा यह सोच रखे कि मैं खुश हूँ और भाग्यशाली हूँ। हर समय परमात्मा का आभार अभिव्यक्त करें।
- सदा यह सोच रखे कि मैं कुछ भी कर सकता हूँ और मुझ में सकारात्मक ऊर्जा विद्यमान है।
- खुद को और उन सभी लोगों को माफ करें जिन्होंने आपके साथ गलत व्यवहार या सलूक किया है।
- सदैव यह सोच रखे कि मेरे पास बहुत अच्छे

विचार और आइडियाज है जिससे मैं अपना जीवन बेहतर कर सकता हूँ।

- आप अपनी तुलना किसी से न करें क्योंकि हर व्यक्ति अलग है।
- हमेशा अपने आप को मजबूत समझे और जीवन में आगे बढ़ते चले।
- हमेशा सफल इन्सान बनने का प्रयास करें और इस तरह कामयाबी आपके कदम चूँगेगी।

नाम: प्रो० विभा मदान

सहायक प्रो० मनोविज्ञान विभाग

## प्रकृति मेरा जीवन

प्रकृति को देखकर मन को सुकून मिल जाता है  
ऐसे लगता है जैसे कोई दोस्त मिल जाता है।

प्रकृति हमारी माता है  
इसकी छाव में आनंद बड़ा आता है  
हरा रंग मुझे भाता है।

तितलियों का उड़ना मुझे भाता है  
ऐसे लगता है जैसे लक्ष्य मुझे मिल जाता है।  
खुदको मैं प्रकृति में खो देती हूँ, ऐसे लगता है  
जैसे आँखों में, राहत पा लेती हूँ।

प्रकृति के साथ ऐसा अवसर पा लेती हूँ  
ऐसे लगता है जैसे जन्नत पा लेती हूँ।  
फूलों से सजे पेड़ों को देखकर  
भूख, घ्यास गर्भ, सर्दी सब मिट जाती है  
ऐसे लगता है जैसे स्वर्ग पा लेती हूँ।

प्रकृति की सुंदरता को देखकर राही खुश हो जाता है  
ऐसे लगता है जैसे उसे भगवान मिल जाता है।  
शीतल हवा मन को छू जाती है  
ऐसे लगता है जैसे हमारा मन पवित्र हो जाता है।  
प्रकृति को देखकर मन को सुकून मिल जाता है  
ऐसे लगता है जैसे कोई दोस्त मिल जाता है।

नाम : पूनम वर्मा  
कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष



## समस्या और समाधान

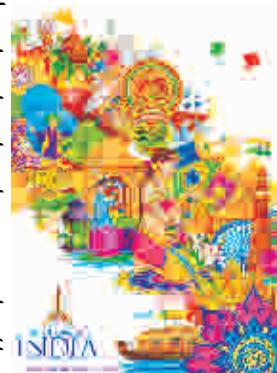
इस संसार में कोई भी ऐसा नहीं है जिसके जीवन में समस्या न हो। हम किसी न किसी समस्या से जूँझ रहे होते हैं। अगर हम इस प्रश्न विचार करें क्या ये समस्याएं जीवन ले आता है या फिर उन्हें हम ही जन्म देते हैं? तो हम पाएंगे कि हमारी अपरिपक्वता और अक्षमताएं ही इन समस्याओं का कारण है। हम कहीं न कहीं शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक स्तर पर अपूर्ण होते हैं। इस कारण हम इन समस्याओं में घिर जाते हैं।

समस्या है तो समाधान भी अवश्य होता है दोनों साथ - साथ चलते हैं। हमें बस धैर्यपूर्वक अवलोकन करना होता है कि समस्या का मूल कारण क्या है। कारण पता कर किसी को भी दोष न दे कर उसका समाधान तलाशना चाहिए। इस प्रकार करने से हमें समस्या का समाधान भी अवश्य मिल जाएगा। समस्याएं कठिन परिस्थितियां तो हमारे जीवन के अंग हैं ये आते जाते रहते हैं। इसलिए हमें अपने जीवन में आने वाली समस्या का धैर्य, दृढ़ता से सामना करना चाहिए। मेरे साथ ही ऐसा क्यों हुआ, किसकी वजह से हुआ को छोड़कर, कारण चाहे कुछ भी रहा हो, ये घटित हो चुका इसे बदला नहीं जा सकता लेकिन इसका समाधान हो सकता है अतः हमें समाधान खोजने का प्रयास करना चाहिए। इससे हमारा जीवन सरल बन सकता है।

डॉ. सुनीता रानी  
हिन्दी विभाग

## भारत की संस्कृति

भारत की संस्कृति पूरे विश्व में मशहूर हैं। हमारे देश की संस्कृति यहां की वेशभूषा और रहन - सहन काफी अच्छे हैं, जिसे देश के लोग और विदेश से आने वाले लोग भी काफी पसंद करते हैं। भारतीय संस्कृति के बारे में इतना ही कहना काफी नहीं कि यह केवल एक संस्कृति हैं। यह मात्र एक संस्कृति ही नहीं है बल्कि यह भारत की एक विशेष पहचान हैं। भारत की संस्कृति में यहां का लोक संगीत, देश भर में फैली खुबसूरत वादियाँ और यहां के लोगों का रहन - सहन ही हमारे देश की संस्कृति की पहचान हैं। हमें एक भारतीय होने के नाते हमारे देश की इस संस्कृति पर गर्व करते हैं। हमारें देश की संस्कृति को बनाए रखने के लिए यहां के लोगों ने आजादी से पूर्व काफी संघर्ष किए हैं। हम आज भी प्रयासरत है कि हमारे देश की संस्कृति की दुनिया में ओर भी पहचान बने। विश्व में काफी देशों से लोग भारत हमारी संस्कृति देखने के लिए भी आते हैं। भारत की संस्कृति में मुख्य रूप से भारत का रहन - सहन और खान - पान प्रमुख है। भारत की संस्कृति को काफी देशों में अपनाया भी जा रहा है। जो हमारे लिए बहुत गर्व की बात है।



नाम: हर्षिता  
कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष

## परिश्रम का फल

एक गाँव में मोहन अपने परिवार के साथ रहता था। मोहन का परिवार कभी भी सुखी नहीं रहता था। उनका जीवन खाली जगह जैसा



था। “कहते हैं कि कोशिश करने वालों की कभी हार नहीं होती” इसी प्रकार नृत्य और उसका परिवार कड़ी मेहनत करके कठिनाई में भी एक साथ खड़े रहें। नृत्य केवल यारह साल की हैं। और उसके परिवार में चार सदस्य हैं। नृत्य के पिता जी (मोहन) एक किसान है, मोहन की एक लड़की व एक लड़का है। मोहन की पत्नी नेत्रहीन हैं। जिसके कारण घर का सारा काम नृत्य को करना पड़ता है। नृत्य का छोटा भाई केवल छः साल का हैं। मोहन अपने खेतों में धान की खेती करना चाहता था। लेकिन मोहन के पास धन न होने के कारण हर बार उसकी फसल नष्ट हो जाती हैं। खेती करने में अधिक धन व मजदूरों की आवश्यकता होती हैं। मजदूरों को पैसा देने तक का धन नहीं है। जिसके कारण मोहन खेती नहीं कर पाता है। लेकिन इस साल मोहन का परिवार बहुत गरीबी में जी रहा है। मोहन के परिवार वालों के पास न

तो अच्छे कपड़े थे न ही दो वक्त की रोटी। वो दिन कठिनाइयों से भरा था।

घर में जब सब खाना खा कर बैठ जाते हैं तो मोहन एक बात कहता है नृत्य बेटा मैं खेती करना चाहता हूँ परंतु मेरे पास प्र्याप्त धन नहीं हैं। नृत्य कहती है, पिता जी इस बार मैं आपकी मदद करूँगी। पिताजी मैं किसी के घर जाकर काम करूँगी और पैसे इकट्ठा करूँगी। खेतों के कामों में वो पैसे लगा दूँगी मोहन, नहीं बेटा ऐसा काम मत करो अभी तुम बहुत छोटी हो पढ़ाई - लिखाई करो, लेकिन नृत्य अपने पिता की एक नहीं सुनती।

अगले दिन पिताजी के मना करने पर भी वह काम करने चली जाती हैं कुछ महीनों बाद खरीफ की फसल उगाने शुरू हो जाती हैं। नृत्य को जो पैसे मिलते हैं उन्हें वह खेतों में लगा देती है। जिससे नृत्य और मोहन खेतों में काम करना शुरू कर देते हैं। नृत्य तेज धूप में भी अपने पिताजी के साथ काम करती रहती है। न तो खाना खाने का वक्त मिलता न ही पानी पीने का। नृत्य दूसरों के घरों में काम करने के बावजूद जल्दी आकर खेतों के काम में लग जाती। नृत्य और मोहन धूप और गर्मी कुछ नहीं देखते बस इस बार अपनी खेती उन्हें अच्छे से करनी थी। ताकि वह फसल बेचकर अपनी व अपने परिवार का पेट भर सके तथा गरीबी मिटा सके। किसी ने क्या खुब कहा है “मेहनत करते रहों कामयाबी बुलन्दीयों को छू जाती है” इसी तरह नृत्य व उसके पिताजी सारा दिन खेतों में काम करते रहे। लेकिन अचानक बाढ़ आने के कारण उनकी धान की फसल में आवश्यकता से अधिक पानी आ जाता है। इसके कारण फसल बर्बाद होने का डर था। नृत्य के पिता अपना सिर पकड़कर रोने लगे और कहने लगे की इस बार फिर हमारी मेहनत पर पानी फिर गया। हम बर्बाद हो गए। अब क्या करेगें। हे भगवान! कुछ तो रहम करो किस जन्म की सजा दे रहे हो। लेकिन नृत्य ने इस मुसिबत का हल होशियारी से काम लिया न की जल्दबाजी से। नृत्य ने अपने खेत से पानी को निकालने के लिए मजदूरों को न बुलाकर पिता व छोटे भाई के साथ मिलकर 3 - 4 दिन में पानी की मात्रा कम कर देते हैं। केवल आवश्यकता अनुसार पानी ही खेत में रहने देते हैं, और धान की फसल लहराने लगती है। और कुछ दिनों के बाद उनकी मेहनत रंग लाती है और धान की फसल कटने को वक्त हो गया। सबकी फसल बाढ़ से बर्बाद हो गई लेकिन मोहन की फसल अच्छे तरीके से पैदा हुई। कहते हैं। कि “सब्र का फल मीठा होता है” इसलिए कर्म करते रहो फल अपने आप मिल जाता है। जिस कारण धान खरीदारों की सख्ती अधिक हो गई। और मोहन ने अपनी फसल उचित दाम में बेच दी। मोहन और उसका परिवार बहुत खुश हुए,

परिश्रम का फल मीठा होता है।

नाम : फिरोजी खातून

कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष

## पर्यावरणीय गिरावट

पिछले कुछ दशकों में पर्यावरणीय गिरावट मानव जाति के लिए एक आम चिन्ता बन गई है। वर्तमान पर्यावरणीय समस्याओं की विशिष्ट प्रकृति यह है कि वे प्राकृतिक घटनाओं की तुलना में मानवजनित साधनों से अधिक उत्पन्न होती है। पर्यावरण क्षरण हवा, पानी और मिट्टी जैसे संसाधनों की कमी परिस्थितिकी तंत्र के विनाश और वन्यजीवों के विलुप्त होने के माध्यम से पर्यावरण की गिरावट है।

पर्यावरणीय गिरावट पहले ही बहुत बड़ी और बढ़ती मानव आबादी के संयोजन, लगातार बढ़ती आर्थिक वृद्धि और संसाधनों की कमी और प्रदूषणकारी प्रौद्योगिकी के उपयोग के कारण होती है।

### पर्यावरण गिरावट के कारण

#### 1. जलवायु परिवर्तन :-

जलवायु परिवर्तन ग्रीनहाउस गैसों द्वारा वातावरण के प्रदूषण के कारण होता है। यह जीवाश्यम ईंधन के जलने, कृषि से होने वाले उत्सर्जन और वनों के विनाश, सफाई और जलने के साथ होने वाले भू-उपयोग परिवर्तनों परिणामस्वरूप होता है जलवायु परिवर्तन के पहले से ही ध्यान देने योग्य पारिस्थितिक और सामाजिक प्रभाव है और इसके अनुमानित प्रभावों से वैश्विक औसत सतह के तापमान, समुद्र स्तर, समुद्र परिसंचरण, वर्षा पैटर्न, जलवायु क्षेत्रों प्रजातियों के वितरण और पारिस्थितिकी तंत्र के कार्य में गहरा परिवर्तन हो सकता है।

#### 2. वनों की कटाई :-

वनों की कटाई कई कारणों से होती है, लेकिन अधिकांश वनों की कटाई अब तब होती है जब उष्णकटिबंधीय जंगलों को कृषि और पशुचारण के लिए साफ किया जाता है। अन्य कारणों में लकड़ी का कोयला उत्पादन के लिए पेड़ों का विनाश और इमारती लकड़ी के लिए जंगलों की कटाई शामिल है। उष्णकटिबंधीय वन जलवायु को विनियमित करने में मदद करते हैं, वे मिट्टी के कटाव से बचाते हैं और वे बड़ी संख्या में पौधों और जानवरों की प्रजातियों के लिए आवास प्रदान करते हैं।

#### 3. ओजोन अवक्षय:-

क्लोरोफ्लोरोकार्बन द्वारा वातावरण में प्रदूषण होता है जिसके कारण ओजोन का ह्वास होता है। यह एक महत्वपूर्ण चिन्ता का विषय है क्योंकि उच्च ऊंचाई पर सुरक्षात्मक ओजोन की कमी के परिणामस्वरूप हानिकारक सौर परावैगनी विकिरण पृथ्वी की

सतह तक पहुंच जाता है, जिससे स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों और पारिस्थितिक प्रभावों की एक श्रृंखला होती है।

#### 4. वायु और पानी के गुणवत्ता में गिरावट:

विभिन्न रिपोर्टों के अनुसार, लगभग एक अरब लोग जो उन क्षेत्रों में रहते हैं जिनमें मुख्य रूप से औद्योगिक शहर शामिल हैं, प्रदूषण से सबसे अधिक पीड़ित हैं। और कुछ वनस्पति को नुकसान पहुंचा सकते हैं।

प्रदूषण के कारण होने वाली अशुद्धियों से पानी की गुणवत्ता भी गंभीर रूप से खराब हो सकती है, जिससे कई तरह के स्वास्थ्य संबंधी और पारिस्थितिक प्रभाव पैदा होता है। कई अन्य मानवीय गतिविधियों से जल प्रदूषण होता है, जिसमें खनन और औद्योगिक प्रक्रियाएं शामिल हैं, जो जहरीले अपशिष्टों का निर्वहन कर सकती हैं। तेल रिसाव, प्लास्टिक का जमाव और लगातार कार्बनिक रसायनों का जैव संचय समुद्री पर्यावरण के गंभीर क्षरण के कुछ अन्य कारण हैं।

#### पर्यावरणीय गिरावट के प्रभाव

##### 1. जैव विविधता के नुकसान :-

प्रदूषण से मुकाबला करने, पोषक तत्वों को बहाल करने, जल स्त्रोतों की रक्षा करने और जलवायु को स्थिर करने के रूप में पारिस्थितिकी तंत्र के संतुलन को बनाए रखने के लिए जैव विविधता महत्वपूर्ण है। वनों की कटाई, ग्लोबल वार्मिंग, अत्यधिक जनसंख्या और प्रदूषण जैव विविधता के नुकसान के प्रमुख कारण हैं।

##### 2. पर्यटन उद्योग को नुकसान :-

पर्यावरण की बिगड़ती स्थिती के लिए पर्यटन उद्योग की तीव्र गतिविधियां भी जिम्मेदार हैं जो अपनी दैनिक आजीविका के लिए पर्यटाकों पर निर्भर हैं। हरे रंग के कवर के नुकसान, जैव विविधता की हानि, लैंडफिल, वायु और जल प्रदूषण में वृद्धि के रूप में पर्यावरणीय क्षति अधिकांश यात्रियों के लिए एक बड़ा मोड़ हो सकती है।

##### 3. आर्थिक प्रभाव :-

पर्यावरणीय क्षरण के कारण एक राष्ट्र को जो भारी लागत वहन करनी पड़ सकती है, उसका हरित आवरण की बहाली, लैंडफिल की सफाई और लुप्तप्राय प्रजातियों के संरक्षण के संदर्भ में भारी आर्थिक प्रभाव पड़ सकता है। आर्थिक प्रभाव पर्यटन उद्योग के नुकसान के रूप में भी हो सकता है। मानव आर्थिक गतिविधि की संभावना क्षेत्रीय और विश्वव्यापी संघर्षों की ओर ले जाती है,

विशेष रूप से वातावरण में खतरनाक गैसो के उत्सर्जन के परिणामस्वरूप कृषि उत्पादन में परिवर्तन होता है और संसाधनों की दुर्गमता अंततः भोजन की कमी का कारण बनती है।

#### 4. भौतिक पर्यावरण:-

स्वस्थ भौतिक पर्यावरण हमारी आर्थिक और सामाजिक सुदृढ़ता के लिए मूलभूत आवश्यकता है। समय की मांग है कि वायु, जल और यहाँ तक कि ध्वनि प्रदूषण भी न हो। ताज़ा वातावरण लोगों के स्वास्थ्य स्तर में सुधार करेगा। यह स्वस्थ मन और स्वस्थ शरीर का निर्माण करेगा। नतीजतन स्वास्थ्य, ऊर्जाविन और कुशल कार्य बल राष्ट्र के उत्पादन और उत्पादकता में काफी वृद्धि करेगा।

पर्यावरणीय आपदाओं का प्रभाव किसी देश या क्षेत्र की सामजिक, आर्थिक और पर्यावरण प्रणालियों के साथ-साथ वैश्विक पारिस्थितिकी तंत्र पर विनाशकारी हो सकता है। पर्यावरणीय आपदाएँ मानव निर्मित सीमाओं को नहीं पहचानती हैं और एक स्वच्छ और सहायक वातावरण की भावी पीढ़ियों के लिए छोड़ी गई विरासत को खतरे में डालती है।

इस प्रकार सरकारों, अंतर्राष्ट्रीय संगठनों और समुदायों के सभी स्तरों पर एक साथ मिलकर काम करना चाहिए ताकि पर्यावरणीय क्षरण और इसके योगदान कारकों जैसे कि जलवायु परिवर्तन से जुड़े जोखिमों को कम किया जा सके और साथ ही कंपनियों, संगठनों और व्यक्तियों को यह भी सुनिश्चित करना चाहिए कि उनका काम पर्यावरण के अनुकूल और टिकाऊ हो। हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि प्रदूषण की समस्या हम सभी का प्रभावित करती है।

इस समस्या को दूर करने के लिए सामाजिक जागरूकत फैलाना बहुत ज़रूरी है। यदि पर्यावरण की रक्षा करनी है तो जनसंरच्चा वृद्धि को रोकना आवश्यक है। पर्यावरण संरक्षण के हित में व्यापक वनरोपण अभियान चलाया जाना चाहिए। नदियों के जल को स्वच्छ बनाना चाहिए। ठोस कचरे का नियोजित प्रबंधन बहुत आवश्यक है। यह सुझाव दिया जाता है कि ग्रामीण कचरे को खाद में परिवर्तित किया जाए। आदि से पर्यावरणीय गिरावट को दूर किया जा सकता है।

नाम : मन्नत वर्मा

कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष

## क्रोध पर नियन्त्रण

अमेरिकी राष्ट्रपति अब्राहम लिंकन के मंत्रिमंडल के रक्षा मंत्री एक बार अपनी सेना के प्रमुख अधिकारी पर अपना आदेश ना मानने के कारण अत्यधिक क्रोधित हो गए। लिंकन को जब यह बात पता चली तो उन्होंने रक्षा मंत्री को कहा कि बोलने से अच्छा है एक कड़ा पत्र उनके नाम लिखो, और भेजने से पहले मुझे दिखाओ।

रक्षामंत्री ने कड़ा पत्र लिखा और लिंकन के पास लेकर आया, लिंकन ने उसे पढ़ा और कहा कि बहुत अच्छा लिखा है। अब इसे फाड़ दो।

रक्षामंत्री चौक गया, लिंकन ने आगे कहा कि मैं भी आवेश में होता हूँ तो ऐसा ही करता हूँ पत्र लिखता हूँ और बाद में उसे फाड़ देता हूँ।

आवेश के समाप्त हो जाने के पश्चात् सर्वधित व्यक्ति को निकट बुलाकर समझाता हूँ रक्षामंत्री एकदम स्तब्ध रह गए।

शिक्षा :- कभी भी क्रोध में कोई निर्णय नहीं लेना चाहिए क्रोध मानव का शत्रु है।

नाम: सरस्वती  
कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष

## बेटी परिवार को जोड़ती है

कहते हैं दो, परिवार को जोड़ती है बेटी,  
समाज के लिए, अपना ही घर छोड़ती है बेटी  
कहने को बेटी देवी है, शक्ति है, अकेले में छुप-छुप कर  
सिसकती है, कह ना पाए दर्द बाबुल से दूर होकर भी,  
मायका नहीं छोड़ती है बेटी, कहते हैं दो परिवारों को  
जोड़ती है बेटी, सुसराल में खुश ना भी हो, तब भी दिखाती  
है, सब ठीक, पिता के सामने मुस्कुराना,  
नहीं छोड़ती है बेटी। बेटी का मायका, ना सुसराल होता है,  
उसका अपना, मुस्कुराकर भेदभाव की हर पीड़ा झेलती है।  
बेटी, कभी सास कभी पति के लिए अपना दिल तोड़ती है,  
बेटी, क्योंकि दो - दो परिवारों को जोड़ती है। बेटी पूजा में  
हर - रोज मांगती है, मायके की खुशहाली, अंतिम सांस  
तक मायके को नहीं भुलती है बेटी।

नाम : भारती भगल  
कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष

## प्रेरक विचार

1. नसीब हर किसी का अच्छा नहीं होता, अपना नसीब खुद बनाना पड़ता है, जो अपना नसीब बनाता है, वही इतिहास रचता है।
2. क्यों रुक जाते हो चार दिन की मेहनत के बाद, और वक्त लगता है बीज को फसल बनने में,
3. यू जमीन पर बैठकर क्यों आसमान देखता है। परंखों को खोल जमाना सिर्फ उड़ान देखता है।
4. फर्क होता है खुदा और फकीर में फर्क होता है किस्मत और लकीर में, अगर कुछ चाहें और न मिले तो समझ लेना कि कुछ और अच्छा लिखा है तकदीर में
5. रात की पढ़ाई सबसे अच्छी पढ़ाई होती है क्योंकि तब किताबें हमारे लिए और हम किताबों के लिए जागते हैं।

नाम : पारुल  
कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष

## कोशिश कर



कोशिश कर, हल निकलेगा,  
आज नहीं तो, कल निकलेगा।  
अर्जुन सा लक्ष्य रख, निशाना लगा,  
मरुस्थल से भी फिर, जल निकलेगा।  
मेहनत कर, पौधों को पानी दे,  
बजार में भी फिर, फल निकलेगा।  
ताकत जुटा, हिम्मत को आग दे,  
फोलाद को भी, बल मिलेगा।  
सीने में उम्मीदों को, जिंदा रख,  
समन्दर से भी, गगां जल निकलेगा।  
कोशिशों जारी रख, कुछ कर गुजरने की,  
जो कुछ थमा - थमा है, चल निकलेगा।  
कोशिश कर, हल निकलेगा,  
आज नहीं तो, कल निकलेगा।

नाम : भारती भगल  
कक्षा : बी.ए. प्रथम वर्ष

## ‘पहेलियाँ’



1. खुली रात में पैदा होती हरी धास पर सोती हूँ  
मोती जैसी मूरत मेरी  
बादल की मैं पोती हूँ  
बताओं क्या?
- उत्तर : - ओस की बूंद
2. खुशबू है पर फूल नहीं  
जलती है पर जलन नहीं?
- उत्तर : - अगरबत्ती

3. मैं अलबेला कारीगर,  
काटू काली धास,  
राजा, रंक और सिपाही  
सिर झुकाते मेरे पास ?  
उत्तर : - नाई

4. ऐसा क्या है जिसे आप दिन में  
कई बार उठाते हैं और रखते हैं।  
उत्तर : - कदम

5. खाना कभी नहीं खाता वह,  
और न पीता पानी  
उसकी बुद्धि के आगे,  
हार गये बड़े - बड़े ज्ञानी।  
उत्तर : - कंप्यूटर

6. मुर्गी अंडा देती है और गाय  
दुध देती है।  
पर ऐसा कौन है जो अंडा और  
दुध दोनों ही देता है।  
उत्तर : - दुकानदार

7. काला मुँह लाल शरीर  
कागज को वह खाता  
रोज शाम को पेट फाड़कर कोई  
उन्हे ले जाता ?  
उत्तर : - लेटर बॉक्स

8. एक ऐसी चीज जो आपके  
साथ - साथ बढ़ती है पर कभी  
घटती नहीं।  
उत्तर : - उम्र

9. न कभी आता है, न कभी यह  
जाता है, इसके भरोसे जो रहे  
हमेशा पछताता है?  
उत्तर : - कल

नाम : मुस्कान  
कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष





## \*\*\*\*\* Glimpses of Cultural Activities \*\*\*\*\*



**Days Celebrated in the Session**



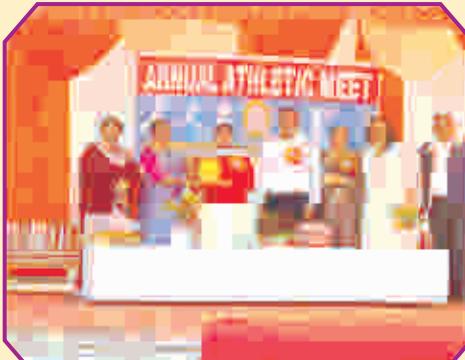
**Science Exhibition**



**Legal Literacy Cell**



## SPORTS MEET



---

# \* \* \* \* \*

## Commerce Section

**Staff Editor**  
**Dr. Isha Goyal**

**Student Editor**  
**Nisha Sheokhand**

### INDEX

Sr. No.	Topic	Name	Page No.
1.	Editorial	Dr. Isha Goyal	30
2.	Artificial Intelligence (AI) in Banking and Finance	Dr. Madhu	31
3.	क्रिप्टो करेंसी क्या है?	अंचल शर्म	32
4.	मतलबी दुनिया	गुजन्न शर्मा	32
5.	औरत	दीक्षा	33
6.	अनुशासन	तनिषा कुमारी	33
7.	Dont Give Up	Nisha Sheskand	34
8.	कभी - कभी	प्रमीना देवी	34
9.	Swachh Bharat Abhiyan	Laxmi	34

## Editorial



Discipline is one of the most important personality traits in everyone's life. It refers to a set of rules and regulations which are to be followed while undergoing any task or activity. It is a way of being honest, hard-working, motivated, and encouraged while doing any task. It is a character trait that helps individuals to complete the tasks within a given fixed deadline. The role of discipline in our life is to set orderliness, efficiency, punctuality, organization, and focus on our tasks. "Life without discipline is just like a ship without radar." Therefore, the importance of discipline in life just cannot be ignored. A well-disciplined student who has a positive attitude in life and is focused. Discipline teaches students to be concentrated and motivated toward their studies as well as other areas of their life. Someone with strong goals is more focused and always keeps his job on time in daily life. It helps the student to remain calm and composed. This helps him/her to maintain focus and to keep moving on with the problems. Self-discipline means self-control, the ability to avoid unhealthy excess of anything that could lead to negative consequences. It's a show of courage not to offer everything you really like. You may make or break the best decisions in life, and this sort of individual seems to make the right choices. Wherever you practice this self-restraint, it will add, the role of discipline in our lifelong achievement. A disciplined life, instead of being dull and boring, can free you from the shackles of your impulses and cravings.

Dr Isha Goyal  
Editor  
Commerce

## Artificial Intelligence (AI) in Banking and Finance

Artificial intelligence is transforming the way we live, work, and interacts. Artificial intelligence (AI) refers to the simulation or approximation of human intelligence in machines. AI is being used today across different industries from finance to healthcare. One of the simplest and most straightforward definitions of AI was presented by John McCarthy, a professor of computer science at Stanford University, as “the science and engineering of making intelligent systems.”

Indian banks are leading in implementing and adopting artificial intelligence. Artificial Intelligence in Banking accelerates digitization in end-to-end banking and finance processes. Nearly 40% to 50% of financial and banking service providers are using AI in their processes to harness the power of next-generation AI capabilities. The companies believe that AI is the future of banking sector which can perform a range of banking operations in faster, easier, and more secure ways.

**Applications Of AI In Banking and Finance Sector** AI in banking and finance is boosting the performance and competitiveness of banks and financial companies.

◆ **AI Chatbots :** Chatbots in banking industry can assist customers 24\*7 and give accurate responses to their queries. These chatbots provide a personalized experience to users.

◆ **AI Enhances Customer experience:** Implementation of AI and Machine Learning in banking help companies in tracking user behavior and delivering highly personalized services to customers.

◆ **Brings Automation & Makes The Process Seamless:** AI software helps banks in streamlining and automating every task which is done by humans and making the entire process simple and virtual.

◆ **Data Collection & Analysis :** AI machines process massive data sets and extract valuable insights into data. This analysis will help banks to predict the future of their business and market trends with ease.

◆ **AI for Portfolio Management :** It is one of the best benefits of AI in Banking and Finance sector. Wealth and portfolio management can be done more powerfully with artificial intelligence.

◆ **AI For Risk Management:** For instance, checking financial status, document verification, and releasing loans are risk-related activities for bankers. The use of AI and machine learning in banking can tackle this intelligently.

◆ **AI for Analyzing Sentiments :** AI models can predict the market conditions and provide insights into the market trends.

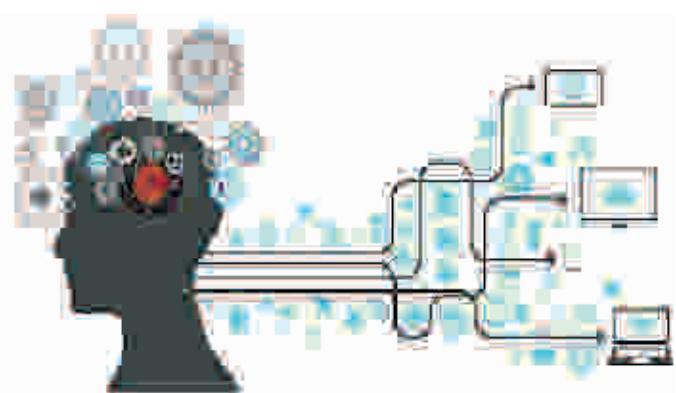
◆ **Next-gen Security Is Guaranteed :** Top mobile app development companies are integrating AI and developing the most advanced banking apps that monitor every transaction and protect the entire process like a firewall.

◆ **AI Mobile Apps Detects Fraud :** Artificial intelligence banking apps detect risks and minimize fraudulent acts. AI technology can scan transactional data and detect irregular user behavior patterns.

◆ **AI for Compliance In Banking :**

Artificial intelligence-based software products can actively find the rules that apply to the banks and make them compliant with those rules.

Dr. Madhu  
Assistant Professor Commerce



## क्रिप्टो करेंसी क्या है?

क्रिप्टो करेंसी एक डिज़िटल करेंसी है जिससे आप नोट की तरह जेब में नहीं रख सकते। ये हमारे ऑनलॉइन वॉलट में रखी जाती है। यानि बिना किसी समस्या के आप इसे एकसेस कर सकते हैं।



क्रिप्टो करेंसी दो शब्दों से मिलकर बना

है। क्रिप्टो + करेंसी। क्रिप्टो का अर्थ है छिपा हुआ (Secret) है, करेंसी का अर्थ पैसा। यानि क्रिप्टो करेंसी से आप जो भी लेन - देन करोगो वो सब छुपा हुआ होगा अर्थात Secure होगा।

क्रिप्टो करेंसी भारत में कैसे आई?

सबसे पहले भारत में Barter System था जैसे आटे के बदले चीनी, चावल के बदले जूते इत्यादि। क्योंकि इस system में बहुत सी मुश्किल थी तो ये system ज्यादा देर तक नहीं चला। फिर भारत में मुद्रा का चलन शुरू हुआ जैसे चाँदी के सिक्के, तांबे के सिक्के इत्यादि। लेकिन इनके भारी वजन के कारण लोग इनको इधर - ऊधर नहीं ले जा सकते थे। इसलिए इसके बाद पेपर करेंसी यानि नोट आना शुरू हुआ। और उसके बाद QR Scan, जैसे गुगल पे, पेटीएम, फोन पे, पेटेम पे आदि। 2009 में भारत में क्रिप्टो करेंसी आई।

पहले किसी को भी इसका पता नहीं था लेकिन अब ये बढ़ रहा है। क्रिप्टो करेंसी का चलन 2009 में हुआ था। जब सातोशी नाकामोतो ने एक virtual currency बनायी। Bitcoin एक क्रिप्टो करेंसी है। कई बड़ी - बड़ी Company आज Bitcoin से Payment लेती है।

क्या आपको पता है कि अगर आपने 2009 में 1 Bitcoin खरीदा होता तो आज आपके पास घर बैठे - बैठे 16 लाख रु होते।

लेकिन आज इथेरियम, तेथेर, डौजकौइन जैसी 19000 क्रिप्टो करेंसी बन चुकी है। इन करेंसी को हम खरीद सकते हैं, बेच सकते हैं और इनमें invest भी कर सकते हैं। क्रिप्टो करेंसी को हम छू नहीं सकते।

क्रिप्टो करेंसी का कंट्रोल कौन करता है?

क्या आपको पता है कि क्रिप्टो करेंसी का कंट्रोल हम स्वयं करते हैं। इसे कोई बैंक या Third party control नहीं करता। ये Transaction Direct होती है। ये लेन - देन एक वायलट से दूसरे वायलट में सीधे होती है।

पहले भारत में इसे Ban किया गया था। लेकिन मार्च 2020 में भारत ने इस के ऊपर से Ban हटा दिया था। और Finance Minister श्रीमती सीतारमन जी ने 2020 - 2022 के Budget में Digital rupee launch करने की बात की थी। ये त्था छंदा द्वारा संनदेशी की गई थी। और इसे Physical currency से exchange किया जा सकता है।

नाम : अंचल शर्मा  
कक्षा : बी. कॉम तृतीय वर्ष

## मतलबी दुनिया

कोई नहीं होता है अपना  
हर एक व्यक्ति जैसे कोई सपना  
मुंह पर हो हँसी दिखाते  
पीठ के पीछे सब हँसी उड़ाते  
कोई नहीं समझ सका दूसरे को  
क्या हो गया इस दुनिया को  
एक जैसे परिवारों में है पलते  
फिर इतनी अलग राहों पर क्यों हैं चलते  
दुनिया तो है एक जाल  
जो फंसा उस का हो जाता बुरा हाल  
भले लोगों की हँसी उड़ाते  
गलत बाते कह कर उन्हें चिढ़ाते  
सर पर लेकर धूमते सुरूर  
जाने किस बात का है गुरुर  
दुर्खा कर दुसरों का दिल  
उनके चेहरे जाते हैं रिविल  
दूसरों को देख कर रोता  
मनुष्य खुशी से होश है खोता  
कहां चली गयी वो दया  
क्या इंसानियत का जमाना गया!  
हर किसी का न माने अपना  
उड़ जाते हैं वो बनकर सपना!

नाम : गुजन शर्मा

कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष

individuality	executive direction vanity
self-love	conceited confident proud
desire	self-satisfaction narcissistic narcissist attitude
immoral	narcissism admiration selfless
pride	egocentrism self-esteem narcissus
need	presumptuous egocentric
superior	individual egotistical egoist
sufficiency	smug narcissism self arrogance
boss	egotism arrogant confidence behaviour
ego	pretentious personality egoism
trait	interest empathy

**Selfish Greedy**

# आैरत

ये कैसी आवाज़ है मुझमें  
जो हर पल मुझसे कछु कहती है?



अपनी ना सुन, तू क्यों हर पल  
दूसरों की खुशी में बहती है?  
अपने हक में तू क्यों  
खुल के किसी से कुछ नहीं कहती है?  
दिन रात मेहनत कर तू क्यों  
हर दर्द भी खुशी से सहती है।  
सुन ज़रा देख तो, तेरी खुद की  
धड़कन भी तुझसे कुछ कहती है।  
तुझे भी खुद की पहचान के लिए  
कुछ अनोखा करना है।  
ये दुनिया तो औरत के चरित्र पर,  
बे बुनियाद, इल्ज़ाम लगाती है।  
मुश्किलों में जो साथ दे  
वही तेरा सच्चा साथी है।  
अपने को ना पहचान,  
तू क्यों दूसरों से उम्मीद लगाती है?  
है आदि शक्ति - तुझे बस खुद को समझना  
ने को भूल बस तुझे बस खुद को समझना  
अपने को भूल बस तुझे  
दुनियाँदारी में ही नहीं उलझना है।

नाम : दीक्षा  
कक्षा : बी. कॉम तत्त्वीय वर्ष

## अनुशासन

अनुशासन व्यक्तिगत और व्यवसायिक विकास का एक महत्वपूर्ण पहलू है जो किसी के लक्ष्यों को प्राप्त करने और जीवन की समग्र गुणवत्ता में सुधार करने पर गहरा प्रभाव डाल सकता है।

अनुशासन जीवन के किसी भी क्षेत्र में सफलता पाने के लिए आवश्यक है, चाहे वह शिक्षा, करियर, रिश्ते या व्यक्तिगत विकास हो। इसके लिए आत्म सुधार, आत्म-नियंत्रण और दृढ़ता के प्रति प्रतिबद्धता की आवश्यकता होती है, जो किसी के लक्ष्यों को प्राप्त करने के सभी प्रमुख घटक हैं।

अनुशासन किसी की उत्पादकता और दक्षता में सुधार करने में मदद कर सकता है क्योंकि यह व्यक्तियों को अपने लक्ष्यों और प्राथमिकताओं के अनुरूप कार्यों पर अपना समय और उर्जा केंद्रित करने के लिए प्रोत्साहित करता है। यह किसी के आत्म-सम्मान और उपलब्धि की भावना को भी बढ़ा सकता है, क्योंकि अनुशासन के माध्यम से लक्ष्य प्राप्त करना उद्देश्य और अर्थ की भावना प्रदान पर सकता है।

इसके अलावा अनुशासन किसी के जीवन में संरचना और नियंत्रण की भावना प्रदान करके तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकता है। यह व्यायाम, पोषण और नींद जैसी स्वस्थ आदतों और दिनचर्या को बढ़ावा देकर किसी के शारिरिक स्वस्थ में भी सधार कर सकता है।

अंत में, अनुशासन व्यक्तिगत और व्यवसायिक सफलता का एक महत्वपूर्ण घटक है, और यह किसी के जीवन की समग्र गुणवत्ता पर महत्वपूर्ण प्रभाव डाल सकता। अनुशासन की खेती करके, व्यक्ति अपनी उत्पादकता, आत्म-सम्मान शारिरिक स्वास्थ्य और उद्देश्य और पूर्ति की समग्र भावना में संधार कर सकता है।

नामः तनिषा कुमारी  
कक्षा : बी. कॉम द्वितीय वर्ष



## Don't Give Up

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

Name : Nisha Sheskand  
Class : B.Com III



### कभी – कभी

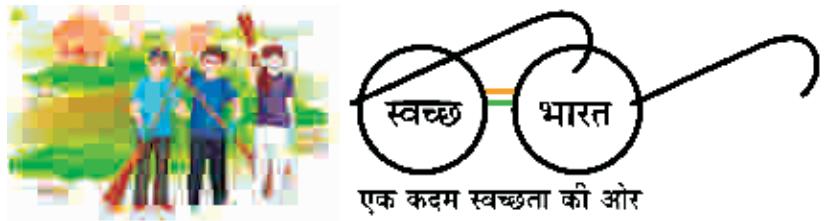
कभी – कभी काला बादल ही  
पूरा अम्बर लगता है।  
माना की उम्मीदों से भी,  
कभी – कभी डर लगता है।  
पर बिना लड़े डर से कोई भी नौका।  
कभी पर नहीं लगती।  
अगर साथ हो कोई तो  
उम्मीदें कभी भार नहीं लगती।

नाम : प्रमीना देवी  
कक्षा : बी. कॉम द्वितीय वर्ष



## Swachh Bharat Abhiyan

1. Swachh Bharat Abhiyan is a scheme of making India clean.
2. This scheme was launched on 'October 2, 2014' as a mark of respect to the father of the Nation, Mahatma Gandhi.



3. It was organised by the Government of India, led by prime minister Narendra Modi, with participants from all walks of life.
4. This is a national level campaign to clean all the rural as well as urban areas all over India.
5. This is India's biggest ever cleanliness drive and millions of government employees, school and college and college students have participated in this movement.
6. Lakhs of toilets were constructed under this scheme.
7. We should also plant more trees and take care of them.
8. There is still a long way to go before we can achieve the goal of making India clean and green.
9. We all need to do our bit to keep our environment clean and green.
10. It is our responsibility as citizens of India to help fulfill Gandhi ji's vision of clean India.

Name : Laxmi

Class : B.Com II

---



---

# \*\*\*\*\*

## Science Section

**Staff Editor**

**Ms. Tara Jayant**

**Student Editor**

**Amandeep**

### INDEX

Sr. No.	Topic	Name	Page No.
1.	Editorial	Tara Jayant	40
2.	Adolescence Drug Abuse	Khushi	37
3.	What Is 5g?	Mamta	37
4.	Environmental Chemistry	Mehak	38
5.	Neurology And Depression	Monika	38
6.	Chemistry In Everyday Life	Nidhi	39
7.	Bermuda Triangle	Rakhi	40
8.	Environmental Pollution	Saloni Choudhary	41
9.	Cancer Awareness	Amandeep	42
10.	Why Heart Attack Is Increasing In Youngsters?	Sarika	43
11.	Hope Molecules	Divyansha	44
12.	Concepts Important To Understand Human Health Risk Assessment	Nancy	44
13.	Biotechnology	Jyoti	45
14.	Do Aliens Exist?	Tara Jayant	46

## Editorial



Anything that has mass is made up of matter – an all-encompassing word for atoms and molecules that make up our physical world. We describe this matter as existing in states (sometimes referred to as phases). Most people are familiar with three states of matter – solids, liquid and gases – but there are two more that are less commonly known but just as important – Plasmas and Bose-Einstein condensates. Solids, liquids and gases are three states of matter. In solids, the particles are tightly packed together. In liquids, the particles have more movement, while in gases, they are spread out. Particles in chemistry can be atoms, ions or molecules. The particles that make up matter are not ‘small bits of solid’ or ‘small drops of liquid’ but atoms and molecules. The physical characteristics of those atoms and molecules decide its state. Something is usually described as a solid if it can hold its own shape and is hard to compress (squash). The molecules in a solid are closely packed together - they have a high density. In liquid, the molecules have the ability to move around and slide past each other. A liquid will take on the shape of the container it is being held in. a liquid is easier to compress than a solid. Water is an example of a liquid, and so is milk and juice. In gases, the atoms are much more spread out than in solids or liquids, and the atoms collide randomly with one another. A gas will fill any container, but if the container, but if the container is not sealed, the gas will escape. Gas can be compressed much more easily than a liquid or solid. Air is a mixture of gases containing many elements such as oxygen, nitrogen and carbon. Plasma is very similar to gas. The easiest way to describe plasma is as a gas that can carry an electrical charge. Plasma is a form of matter that exists when atoms are in an excited state. They are so excited that they jump an energy level and, in doing so, give off light. Plasma particles are spread out and move around randomly, but unlike gas, they contain some free ions and electrons, which gives plasma its ability to conduct electricity. On earth, plasmas are commonly found in some kinds of fluorescent lights and neon signs. To understand a Bose-Einstein condensate, we must first know a bit about temperature. There is a temperature at which molecular motion (therefore everything) stops, this is called absolute zero (0K or around -273 C). just a fraction above this temperature – and only for some elements – a BEC occurs. The atoms start behaving like little waves and start overlapping one another until they eventually act like one wave and essentially become a superatom. They are not bonded or mixed – they have become indistinguishable from one another, having the same qualities and existing in the same place.

Tara Jayant  
Associate Professor in Zoology  
Editor (Science Section)



## ADOLESCENCE DRUG ABUSE

Adolescence has very often been associated with alcohol and drug abuse. But, before we discuss that, let us first understand the meaning of adolescence. Adolescence is a period that links childhood and adulthood in one's life. The age between 12 to 18 years is usually considered the adolescence age, which is also known as Teenage.

The teenage period of life is considered very crucial in a person's life as it is the time when a lot of physical, as well as psychology changes occur. Most teenagers can be influenced by many external and internal factors. This emotional upheaval makes adolescents vulnerable to alcohol and drug use. Once they are exposed to the use of alcohol and drugs, it is highly likely for them to get addicted to them thus resulting in alcohol and drug abuse. Increasing stress and peer pressure on adolescents today have also led to drug and alcohol abuse.

During the teenage period of life, addiction occurs when there is frequent use of drugs and there will be changes in brain function over time. The changeover from voluntary to compulsive drug use reproduces changes in the brain's natural inhibition.

### Prevention and Control

Medical help may be given in situations where counselling and talking cannot help. Counselling and education are some of the best ways of dealing with cases of alcohol and drug abuse.

Avoidance of peer pressure could help in bringing down these habits to a large extent. Help from family and friends could do a lot damage control as people are closer to family and friends. Hence, talking to our loved ones helps in coming up with such situations. There are many rehabilitation centers mainly launched to help the alcohol and drug abuse patients from exerting control over the impulse to use drugs even when there are negative consequences.

Name : Khushi

Class : B.Sc II (Medical)

## WHAT IS 5G?

5G is the 5th generation mobile network. It is a new global wireless standard after 1G, 2G, 3G, and 4G networks. 5G enables a new kind of network that is designed to connect virtually everyone and everything together including machines, objects, and devices.

The 5G rollout is set to enhance efficiency, productivity, and security by helping the police access critical information in real-time and nab criminals. 5G has high bandwidth and low latency, so its adoption would ensure the best performance of police devices such as body cams, facial recognition technology, automatic number-plate recognition, drones, and CCTVs. 5G promises to transmit clearer images. With 5G, the police can remotely access and analyse crime data and information from other infrastructure such as traffic lights.

### Challenges

The government and telecommunication companies must first ensure that law enforcement agencies have the necessary infrastructure to take full advantage of all that 5G can offer. Even if law enforcement agencies get access to secure data from telecom operators, they will still need tools to access this data. Also, most police systems are outdated and may not be compatible with 5G.

### Cyber security concerns

Deploying 5G when we have a shaky cyber security foundation is like erecting a structure on soft sand. As 5G lacks end-to-end encryption, hackers can plot their attacks more precisely and perpetrate cybercrimes by hacking into systems or disseminating illegal content. 5G may also make it easier for criminals to perpetrate cyber bullying.

Name : Mamta

Class : B.Sc III (N.M)

## ENVIRONMENTAL CHEMISTRY

Environmental chemistry is the study of the chemical and biochemical phenomena that occur in nature. It involves the understanding of how the uncontaminated environment works, and which naturally occurring chemicals are present, in what concentrations and what are its effects. Without this it would be impossible to study accurately the effects that humans exert on the environment through the release of chemical species. It is a multi-disciplinary science, that in addition to chemistry, involves physics, life science, agriculture, material science, public health, sanitary engineering, and so on. More or less, it is the study of the sources, reactions, transport, effects, and fate of chemical species in the air, water, and land, and the effect of human activities upon the various environmental segments, such as atmosphere, hydrosphere, lithosphere, and biosphere.

Importance of the environment across the developed countries was realized in 1960s and reached its climax in 1970, with the celebrations of "Earth Day" under the auspices of the United Nations. From 1972 onwards, in Stockholm, the important environmental issues were percolated across India and other developing nations. The need for environmental education, both formal and non-formal, was keenly felt at the national level. The objective of environmental education is to enlighten the public about the importance of protection and conservation of our environment and about the needs to restrain human activities that lead to indiscriminate release of pollutants into the environment.

At present, many environmental issues exist that have grown in size and complexity day to day, threatening the survival of mankind on earth. The various incidences of such environmental issues include London smog of 1952, killing about 4000 people, the Mediterranean sea turning into Dead Sea in 1950s, unable to support aquatic life, death of a number of Japanese people because of eating fish from the Minamata Bay in 1960s, historical monuments and statues in Greece and Italy and white marble of Taj Mahal in India getting damaged by the effect of rainwater.

Name : Mehak  
Class : B.Sc II (Medical)

## NEUROLOGY AND DEPRESSION

For decades, we thought that the primary cause of depression was some abnormality in some neuro-transmitter specifically serotonin or norepinephrine.



However, norepinephrine and serotonin did not seem to be able to account for the symptoms of depression. Instead, the chemical messengers between the nerve cells in the higher centers of the brain involved in regulating mood and emotions. Which include glutamate and GABA, were possibilities as alternative causes for the symptoms of depression.

We know that these two are the most ubiquitous and abundant neurotransmitters in brain.

Actually they regulate how the brain is changing over time and adapting. When we are exposed to severe and chronic stress like people experience when they have depression, we lose some of this connection between the nerve cells and the communication in these circuits become inefficient and noisy.

Because of the noisy communication in the circuits involved in regulating mood and emotion, we think that the loss of these synaptic connections contribute to the biology of depression.

**Conclusion:-**Chemical messenger play important role in depression, regulating mood and emotions

Name : Monika  
Class : M.Sc Zoology

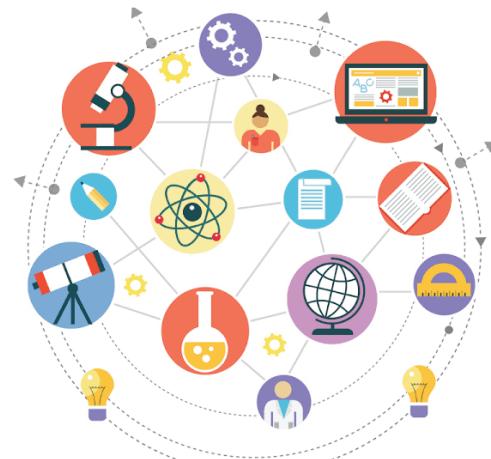
# CHEMISTRY IN EVERYDAY LIFE

Chemistry is the branch of science which deals with the investigation of the properties and changes of matter. From the way how our body exchanges oxygen to how our universe was created, all have a side of chemistry associated with it.

## **Chemicals of food in Everyday life**

In food materials following chemicals are widely used:

- Flow stabilizers ,Binding substance, Artificial sweeteners, Antioxidants, Minerals.
- Vitamins – Except vitamins remaining substances do not have nutritional value.



**Artificial Preservatives:** These prevent spoilage of food by stopping the growth of microorganism. For example, Sodium benzoate, sodium meta bisulphite.

**Artificial Sweeteners:** These do not impart any calories to the body. Since these substances are excreted through urine. For example; Aspartame which is used in cold drinks and ice-creams, Alitame which is 2000 times sweeter than sucrose.

**Antioxidants:** These prevent the spoilage of food by preventing the oxidation of food. For example, Butylated hydroxyl tolerance (BHT), Butylated hydroxyl anisole (BHA).

**Dyes:** Dyes are coloured organic compounds that are used to impart colour to the various substances, including paper, leather fur, hair, drugs, cosmetics.

## **Chemistry of Cleansing Agents in Everyday life**

Soaps are sodium or potassium salt of higher carboxylic acid such as stearic acid, palmitic acid and oleic acid, whereas detergents contain a long chain of alkyl groups. Detergents in comparison to soaps can also function in hard water.

## **Chemistry of cosmetics in Everyday life**

**Cosmetics contains the following types of chemicals:**

- **Emulsifiers:** These increases the stability of the emulsion. For example, Potassium cetyl sulphate.
- **Preservatives:** These are added to cosmetics to increase their shelf life. For example, benzyl alcohol, salicylic acid.
- **Thickeners:** These given an appealing consistency. For example, Cetyl alcohol, Stearic acid.
- **Emollient:** These soften the skin by preventing water loss. For example, Glyceride, zinc oxide.
- **Glimmers and Shiners:** For example, mica, bismuth oxychloride.

## **Conclusion**

Chemistry is a big part of our everyday life. We find chemistry in daily life in the foods we eat, the air we breathe, our soaps and literally every object we can see or touch. Without chemistry, our life is impossible so it is one medium to live a better life.

Name : Nidhi  
Class : B.Sc II

## BERMUDA TRIANGLE

Bermuda triangle, also known as the Devil's Triangle, happens to be one of the most mysterious places on this planet, located off the southeastern coast of the US in the Atlantic Ocean, between Bermuda, Florida and Puerto Rico. The weather above the Bermuda triangle always remain misty and cloudy and dull. During summer slight changes occurs. Some people think this is because of some paranormal or extraterrestrial existence. This region has become the Centre of unresolved mysteries.

Covering an area of 440,000 miles of sea, the Bermuda triangle is part of a busy shipping route, with several vessels heading to America, Europe and the Caribbean crossing through every day. Over the centuries, many ships and planes have been reported to have mysteriously disappeared in this region. Also, this Devil's Triangle has been blamed for the disappearance of thousands of people in the past decades.

The term "Bermuda Triangle" was first used by Vincent Gaddis in 1964. However, the mysterious behavior of the region came to the public attention only in the 20th century when the Navy cargo ship, USS Cyclops, with more than 300 people on board, went missing in the Bermuda Triangle.

The role of paranormal activities and the presence of aliens have been strongly suggested by those who believe something odd is happening. While many with scientific views disputed this argument offering rational explanations to the phenomenon. Amongst the few proposed scientific explanation, the most popular is the theory of electromagnetic interference that causes compass problems. This theory claims that there is a very high pull of the earth's natural magnet, which redirects the compass and other sophisticated equipments, and disallows them to



take their intended route through the water.

This is a list of the most noted stories of disappearance or the unresolved mysteries of ship accidents in the Devil's Triangle.

### Famous Bermuda Triangle Stories

1. Mary Celeste :- Possibly, on 4th December 1872 the entire crew, was starting its journey from New York to Genoa, seven crew members and Captain Benjamin Briggs, his wife, and their two-year-old daughter aboard the vessel, located with raw alcohol. The ship was unmanned with no crew abroad, and the life boat was also missing. No trace of the people aboard the vessel or the missing lifeboat has ever been found.

Studies of the ship clearly ruled out the possibility of a pirate attack since everything on this ship, including the barrels of alcohol it was transporting and the crew's valuable belongings, were intact.

2. On 30 January 1948, BSAA G-AHNP "Star Tiger" was lost due to unknown causes while flying from Lisbon, Portugal to Bermuda.

The reasons for the mysteries pervading the Bermuda Triangle area are unusual hexagonal clouds creating 170 mph air bombs full of wind. These air pockets cause all the mischief, sinking ships and downing planes.

Name : Rakhi  
Class : B.Sc II (Medical)

## ENVIRONMENTAL POLLUTION

“Pollution is the introduction of substances (or energy) that causes adverse changes in the environment and living entities.”

Pollution need not always be caused by chemical substances such as particulates (like smoke and dust). Forms of energy such as sound, heat or light can also cause pollution. The substances that cause pollution are called pollutants.

Pollution, even in minuscule amounts, impact the ecological balance. Pollutants can make their way up the food chain and eventually find their way inside the human body.

### Types of Pollution

As stated before, there are different types of pollution, which are neither caused by natural events (like forest fires) or by man-made activities (like cars, factories, nuclear wastes, etc.) These are further classified into the following types:-

**(1) Air Pollution :** It refers to the release of harmful contaminants (chemicals, toxic gases, particulates, biological molecules, etc.) into the earth atmosphere. These contaminants are quite detrimental and in some cases, pose serious health issues. Some causes that contribute to air pollution are:

- Burning fossils fuels
- Mining operations
- Exhaust gases from industries and factories

**(2) Water Pollution:** Water Pollution is said to occur when toxic pollutants and particulate matter are introduced into water bodies such as lakes, rivers and seas.

Other significant causes of water pollution include:

- Dumping solid wastes in water bodies
- Disposing untreated industrial sewage into water bodies
- Human and animal wastes
- Agriculture runoff containing pesticides and fertilizers.

**(3) Soil Pollution:** It is also called soil contamination and refers to the degradation of land due to the presence of chemicals and other man-made substances in the soil. The xenobiotic

substances alter the natural composition of soil and affect it negatively. These can drastically impact life directly or indirectly. For instance, any toxic chemicals present in the soil will get absorbed by the plants. Since plants are producers in an environment, it gets passed up through the food chain. Compared to the other types of pollution, the effects of soil pollution are a little more obscured, but their implications are very noticeable.

**(4) Noise pollution:** It refers to the excessive amount of noise in the surroundings that disrupts the natural balance. Usually, it is man-made, through certain natural calamities like volcanoes can contribute to noise pollution.

In general, any sound which is over 85 decibels is considered to be detrimental. Also, the duration an individual is exposed plays an impact on their health. For perspective, a normal conversation is around 60 decibels and a jet taking off is around 150 decibels. Consequently, noise pollution is more obvious than the other types of pollution.

### Noise Pollution has several contributors, which include:

- Industry oriented noises such as heavy machines, mills, factories, etc.
- Transportation noises from vehicles, aero planes etc.
- Construction noises
- Noise from social events (loudspeakers, firecrackers, etc.)
- Household noises (such as mixers, TV, washing machines, etc.)

Noise pollution has now become very common due to dense urbanisation and industrialization. Noise pollution can bring about adverse effects such as:

- |                      |                          |
|----------------------|--------------------------|
| • Hearing loss       | • Tinnitus               |
| • Sleeping disorders | • Hypertension (high BP) |

### Conclusion:

While the effect of pollution on materials, vegetation, and animals can be measured, health effect on human can only be estimated from epidemiological evidence.

Name : Saloni Choudhary  
Class : B.Sc II (Medical )

## CANCER AWARENESS

In India, the incidence of cancer is increasing rapidly; therefore it is important to step up cancer literacy and knowledge amongst the population.

We hope that this will lead to early detection which is important in the management and treatment of cancer and also prevention by making necessary changes in lifestyle.

Breast cancer is rapidly rising amongst women in urban areas and it is the most common cancer in India. Early detection is essential in its management and treatment. Due to ignorance, fear, and social stigma many women are present with stage III or IV cancer which requires surgery and extensive treatment. If detected early, then in most cases there will be less aggressive treatment and better chances of recovery.

Cervical cancer is the second most common cancer among women in India. It is the only preventable cancer and it can be detected in the pre-cancerous phase and can be cured.

Oral and Lung cancers are highest among men and women in the urban as well as rural population and these can also be prevented to a large extent. Therefore, making people aware of the dangers of chewing tobacco and smoking is of great importance.

### **Ways to prevent cancers:**

Do not smoke or chew tobacco.

Limit alcohol consumption.

Eat a balanced diet with plenty of fruits, vegetables and grains.

Get screened and get medical check up regularly.

### **Main types of cancer:-**

**1. Breast cancer:-** One in 25 women has a chance of getting breast cancer in India. Screening by mammography for women over 45 or post menopause, clinical breast examination by a doctor and self breast examination are methods of early detection.



**2. Oral cancer:-** This is among the top cancers in India due to rampant use of chewing tobacco and smoking. High consumption of alcohol is also a risk factor. Doctors check for red or white patches in the mouth and for lumps in the mouth and throat. A regular dental check for sharp edges of teeth is also recommended.

**3. Cervical cancer:-** This cancer is 2nd highest among women in India. This can be detected in the pre-cancerous stage and treated before it turns into cancer. Screening tests are Pap smear, VIA and HPV.

**4. Colorectal cancer:-** This is also a common cancer and tests can be done to detect it early.

**5. Prostate cancer:-** This is a cancer that affects older men and there are screening tests for this cancer.

### **Myths about cancer**

Cancer only mean death.

One gets cancer because of bad karma.

Cancer is contagious.

Stress, hair dye, deodorants do not cause cancer.

Cancers are always hereditary.

Some forms of tobacco do not cause cancer.

### **Conclusion:-**

1. Prevention is the best cure.
2. Early detection and prompt treatment is the key to higher chances of survival.
3. Do not ignore. Use the knowledge you have acquired today.

Name : Amandeep  
Class : B.Sc II

## WHY HEART ATTACK IS INCREASING IN YOUNGSTERS?

It is not surprising to see the rising incidence of heart disease among the youth in today's age.

According to recent American research, it has been observed that there is a 13% increase in sudden cardiac arrest among those aged mid-30s to mid 40s.

Further, as per Indian Heart Association, when heart diseases strike Indians, it tends to do so at an earlier age than other demographics, often without warning.

Some of the reason behind these growing cases of heart diseases in young adult can be:-

**High Blood Pressure:** Over time high blood pressure can damage our arteries by impacting their elasticity, which leads to decreased blood flow of oxygen to our heart.

**Diabetes:** People with diabetes are at high risk of developing cardiovascular diseases. Higher level of blood sugar may damage our blood vessels called arteries. This affects the blood flow to the heart and hence leads to a heart attack.

**High cholesterol level:** Munching on junk food may be one of the favorite parts of young adult's routine, but this may impact their cholesterol levels.

**Chronic stress:** The moving lifestyle and change in people's day – to – day activities leads to chronic stress disorders. This can result in high

blood pressure and eventually causes attacks and stroke.

**Being overweight or obese:** The increase in body fat will result in atrial enlargement, ventricular enlargement leading to higher risk of heart attack.

**Smoking & Alcohol consumption:** Alcohol consumption and smoking trigger the risk of a heart attack.

More sitting in front of a computer screen.

Decreased physical activity.

Eating more ultra – processed foods and fast food meals.

### Conclusion:-

Heart attack is a concerning factor for young adults, but it can be prevented by introducing a healthy and productive life style. We can do this by making lifestyle changes and taking proper medication whenever required to maintain our health. By avoiding alcohol, cigarettes, controlling cholesterol we can keep ourselves healthy. As an adult there are so many things we can do to keep ourselves healthy. Introduce a healthy lifestyle and prevent the danger of heart attack.

“Don't forget a healthy heart is the key to happiness in life”

Name : Sarika

Class : M.Sc. I Zoology

## Hope Molecules

“Every time we move our muscles, we are giving an intravenous dose of hope”.

Lots of us are experiencing an unsettling absence of hope right now, on some level. It's more important than ever to become guardians of our mental health.

Scientists have found that whenever we move a muscle (anywhere in our body), we produce hope molecules.

During movement, proteins called myokines are released into our bloodstream. They are special chemicals that your muscles create and secrete when you contract them. These pass through the blood-brain barrier to change the structure of the brain and have an antidepressant effect, which makes us more resilient to stress and trauma. Researchers started calling myokines “hope molecules” because they appear to work at the brain level to help it recover from stress.

The good news is that all muscles can produce myokines. Whether you go for a gentle stroll, lifts weights or run a marathon, regardless of your age, gender and level of fitness, it's never too late to start moving.

Our muscles are like an endocrine organ. When you contract your muscles in any type of movement, they are secreting chemicals into your bloodstream that are really good for every system of your body; they're heart health, your immune function, and some of them can kill cancer cells. All the stuff we know exercise is good for. But a big part of these proteins and chemicals that are being released by your muscles, which are called

myokines, has profound effects on the brain. Increasing the intensity of movement will increase the number of hope molecules released into the bloodstream.

Exercise can have more of a long – term impact on depression than meditation.

“This isn't just a small temporary boost to your mood we're talking about. Studies indicate that specific level of exercise can alleviate depression as much as or more than antidepressant medication.”

Name : Divyansha

Class : M.Sc I Zoology

## **CONCEPTS IMPORTANT TO UNDERSTAND HUMAN HEALTH RISK ASSESSMENT**

There are a number of concepts and definitions used in human health risk assessment. Key definitions include ‘health hazard’, ‘health risk’ and ‘exposure’.

### **Health Hazard**

A hazard is something that has the potential to cause harm – it could be a biological substance, or a chemical, or something with a particular physical property, or an activity.

A hazard cannot potentially cause harm unless people or section of the environment is exposed to that hazard.

A health hazard is therefore something that has the potential to cause harm to the health of individuals, group of people or the border community.

### **Health Risk**

A risk is the probability (or likelihood) that a hazard will cause harm.

A health risk is therefore the probability (or likelihood) that exposure to a health hazard will cause harm.

### **Exposure**

Exposure is the amount (sometimes referred to as

‘the dose’) or concentration (i.e. amount of a health hazard in air, soil or water etc) in contact with or taken up into the body over a known length of time.

### **Human health risk assessment**

Human health risk assessment is a way of assessing the potential impact of a hazard on the health of a person, group of people or a community. Factual, technical information is used to understand the potential health effects.

Each human health risk assessment is unique to the situation and population being assessed. The population in focus may be a community or specific groups within a community such as workers, children, older people or those with particular health conditions such as asthma.

### **Exposure assessment**

Develop a site or situation model including pathways connecting sources of each hazard to people; collect and analyse data about each hazard, e.g. assess/sample the amount in air, water or soil; identify populations that may be affected and how they may be exposed to each hazard.

Name : Nancy

Class : B.Sc II

## Subject Societies and Departmental Activities



## **Alumni Meet**



## **Placement Cell**



## **Parents Teachers Meet**



## **Youth and Red Cross**



## **Yoga And Meditation**



## Traffic and Road Safety Awareness



## Entrepreneurship Development Cell



## College in News



## BIOTECHNOLOGY

Biotechnology is defined as the broad area of biology which uses both the technology and the application of living organisms and their components to develop, modify and to produce a useful product for human welfare. The term 'Biotechnology' was coined in the year 1919 by an agricultural engineer Karoly Ereky, hence he is called as the father of Biotechnology.

Let us have a look at some the important applications of Biotechnology.

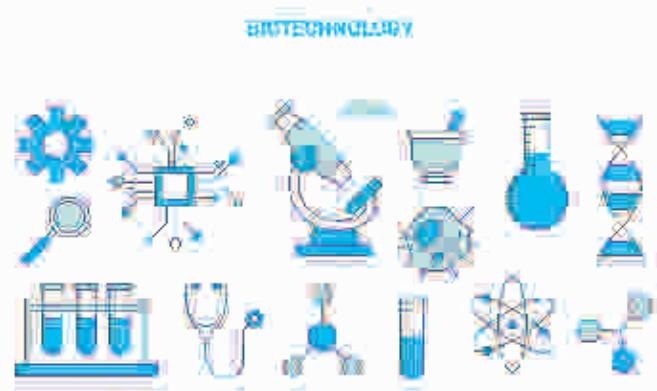
### Applications of Biotechnology

Biotechnology is widely used in different fields to modify and produce a useful product for human benefits. These applications include:

#### 1. Application of Biotechnology in Agriculture

The application of Biotechnology in fields of agriculture is known as Green Biotechnology or Green Revolution. Biotechnology has contributed a lot to the field of agriculture and they include:

1. Organic agriculture
2. Agro-chemical based agriculture
3. Genetically engineered crop-based agriculture



The application of Biotechnology has tripled the yield and the food supply. Apart from the regular crop production, pest-resistant plants and genetically modified crops are introduced to increase food production and to feed the growing human population.

Genetically modified crops have their genes altered by inserting the genes with desired characteristics. Bt cotton, Bt brinjal, golden rice are few examples of Genetically modified crops.

#### 2. Application of Biotechnology in Medicine

The recombinant DNA technology has added to the advancements in the field of healthcare by permitting mass production of safe and more effective therapeutic drugs.

The drugs are mainly produced by the process of genetic engineering. Humulin, the genetically modified insulin, is used to diabetes is produced through genetic engineering.

Biotechnology has developed gene therapy which helps in the removal of the genetic disorders in the embryo. Other applications of Biotechnology in the field of medicines and molecular diagnosis include:

1. ELISA
2. PCR

Name : Jyoti  
Class : B.Sc IIInd year

## DO ALIENS EXIST?

Mainstream media has not once but multiple times portrayed aliens as beings with limbs, big bulgy eyes and an unreasonably large body but what we miss out on is that if these aliens travelled millions of light years to reach us, wouldn't they need a body that can withstand the effects of time? Now that is hardly possible in a human-like form due to our biological limitations and even if we do manage to find planets which could potentially hold life, there biosignatures would be so bizarre that we might not be able to fathom, let alone recognize them. In such a situations excuses like "we'll know it when we see it" by scientists would not be enough. A lot of scientific theories would need to be bent for a discovery of that sort.

The possession of AI is an indisputable need in order to move through interstellar space. Considering our life span of about 100 years with our peak performance capacity being at age 40-60, we would need to reach Alpha Centauri (earth's next closest sun after Sol), in that sort amount of time and without time dilation, that is out of the question. Luckily the answer to that is artificial intelligence and artificial bodies which are much better suited to the rigors that space travel would put us through. In the 21st century we have already arrived at the middle ground between completely all-natural and fully artificial bodies by inventing intelligent prosthetics and pacemakers. Some futurists have already pictured uploading our brain maps on chips and ultimately the road to digital immortality by using AI to pick up our DNA and other information in order to replicate our brains in silico in a simulated world or a robot body on Mars and achieve transhumanism. Transhumanism simply refers to using technology to enhance human ability and transcend human limitations. This isn't just theoretically possible, it's inevitable. Furthermore, it's already happening today. Just consider the Elon Musl-funded company Neuralink, which is in the process of developing a brain-machine interface to be implanted in the human brain. This is not science fiction, the company recently made huge headlines for announcing that they would be ready for human trials of this technology next year. The perfect, finished version of a BMI interface would let us interact with computers at the speed of thought.

With that in mind it's not so hard to think of a version of us in the future where we transcend the limitations of three dimensions and move on to become a more advanced type of civilization, technically making us aliens to our current selves.

Tara Jayant  
Associate Professor  
Department of Zoology



# संस्कृत अनुभागः



प्राध्यापक सम्पादिका  
कमलेश शर्मा

छात्र सम्पादिका  
रूपा

## क्रमांकः

क्र. संख्या	शीर्षक	लेखक	पृष्ठ न.
1.	सम्पादकीयम्	कमलेश शर्मा	48
2.	भातु भारतम्	रूपा	49
3.	वृक्षाः	प्रीति	49
4.	उत्सवम् आगते	प्रीति	49
5.	स्त्री - शिक्षा	रीतु देवी	50
6.	मित्रस्य लक्षणम्	रूपा	51
7.	योग्यतापरीक्षा	प्रीति	51
8.	विद्याधनं सर्वधनप्रधानम्	रूपा	52
9.	समृतिसौरभम्	निशा	52
10.	वैदिक संस्कृति	निशा	53

## सम्पादकीयम्



सर्वेभ्यः विद्यार्थिभ्यः नमः

समस्ते विद्यार्थिनः सदैव प्रगतिशीला भवन्तु। शिक्षायाम् सफलतां प्राप्तं अत्यन्तम् महत्वपूर्ण इति प्रत्येकः ज्ञातमस्ति। अतः विद्यार्थिनाम् मुख्यं कर्तव्यव्यस्ति विद्याऽध्ययनम्। विद्यार्थिभिः सर्वदा विद्याप्राप्तो अत्यधिका श्रमः करणीयम्। अस्मिन् काले जीवनं विकासोन्मुखं भवति, इन्द्रियाणि प्रसन्नानि भवन्ति, मनोनिर्मलं बुद्धिश्च तीक्ष्णा भवति, स्मरणशक्तिः

उत्तमा भवति, आत्मा च पवित्रो भवति। अयमेव समयः भावी जीवननिर्माणस्य समयः। तेषां मुख्योद्देश्यम् विद्यार्जनम्, चरित्रनिर्माणम्।

विद्या ददाति विनयं विनयाद्याति पात्रनाम्।

पात्रत्वद्वन्माप्नोति धनाद्वर्घस्ततः सुखम्॥

साहित्यस्य विविधासु काव्यविधा कवोन्तरिकभावनां संवेगानाज्य अभिव्यक्तिरेव। वस्तुतः काव्यरचनायै हृदयगत्भावनां प्रस्फुटनं, भावनानाम् अभिव्यक्तये सक्षया परिष्कृताः भाषा, विषय प्रतिपादनयोग्या कवि प्रवृत्तिरित्यादीनां सर्वेषां तत्त्वणम् एकत्रीकरणं स्थितिरनिवार्या विद्यते। अङ्गेऽस्मिन् कविता, कथा, विभिन्न लेखाः संकलिता सन्ति। पत्रिकायाः प्रबुद्धलेखकान् पाठकाज्य प्रति सादरं साधुवादं समर्पयन् परमेश्वरं प्रार्थये –

सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे भवन्तु निरामयाः।

सर्वे भद्राणि पश्यन्तु, मा कश्चिद् दुःखं भाग्भवेद्॥

कमलेश शर्मा  
संस्कृत प्राध्यापिका

## भातु भारतम्

मुनिभिरचितं देवपूजितं श्रुतिभिरुजितं शास्त्रचिंतम्।  
प्रकृतिभूवितं ज्ञानसुन्दरं धरणिगौरवं भातु भारतम्॥  
सुरसरित्तिं सिन्धुशोभितं रुचिरपर्वत कान्तकाननम्।  
कृषकसत्रहुलं सस्यश्यामलं विपुलगोत्रजं भातु भारतम्॥  
विविधबोधदैः सूरिभिश्चितं विमलबुद्धिर्भिर्चानिभिर्युतम्।  
विततकीतिभिः कर्विदैः स्तुतंकरुयामानसं भातु भारतम्॥  
हरिनिर्पवितं रामपाणित मुरधरचितं व्यासवणितम्।  
त्रिदशर्गांगुरुब्राह्मणप्रिय रचितराष्ट्रकं भातु भारतम्॥  
विदितसस्कृतं रव्यातकौशलं विभवर्माराइतं व्यागपाएडतम्।  
प्रयतमानुष स्त्रणौभूतलं सकलसुन्दरं भातु भारतम्॥  
निहितपाकिक चीनजित्वरं निरतरसकं स्वस्य रक्षकम्।  
चिपुलसरूपदं धर्मतत्परं प्रोथनविक्रमं भातु भारतम्॥  
सरलसूनूतं ग्राम्यजीवनं परभभावुकं भव्यमन्दिरम्।  
श्रनधकेतुकं स्त्रीयशासनं भूवनवन्दितं भातु भारतम्॥



नामः रूपा

कक्षा : बीए तृतीय वर्ष

## वृक्षाः

वने वने निवसन्तो वृक्षाः।  
वनं वनं रचयन्ति वृक्षाः॥॥॥  
शाखादोलासीना विहगाः।  
तैः किमपि कूजन्ति वृक्षाः॥॥२॥  
पिबन्ति पवनं जल सन्ततम्।  
साधुजना इव सर्वे वृक्षाः॥॥३॥  
स्पृशन्ति पादैः पातालं च।  
नभः शिरस्सु वहन्ति वृक्षाः॥॥४॥  
पयोदर्पणे स्वप्रतिबिम्बम्।  
कोतुकेन पश्यन्ति वृक्षाः॥॥५॥  
प्रसार्य स्वच्छायासंस्तरणम्।  
कुर्वन्ति सत्कारं वृक्षाः॥॥६॥



नामः प्रीति

कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष



नामः प्रीति

कक्षा: बी.ए. तृतीय वर्ष

## उत्सवम् आगते

आगते आगते

पुण्ये आगते

कृषकाः सुम्बेन

मकरसकान्तोत्सवे

भोजनम् पचन्ति

जनाः तुष्यतिन्त

आगते आगते

माघे आगते

शिवरात्रोत्सवे

शिवम् प्रार्थना करोति

फलाहारम् प्रार्थना करोति

फलहारम् कुर्वन्ति

जनाः तुष्यान्ति

आगते आगते

फालगुने आगते

होलोत्सवे

बालाः आयन्ति

नानावर्णम् खेलन्ति

रामरसम् पिबन्ति

आगते आगते

श्रावणे आगते

भ्रातवः आपन्ति

भगिन्यः हसन्ति

रक्षाबन्धनोत्सवे

नितराम् तुष्यन्ति

आगते आगते

भाद्रपदे आगते

दुर्गा - पूजाम् कुर्वन्ति

भवति, मिष्ठानानि च पचन्ति

बालाः हसन्ति खेलन्ति च

जनाः तुष्यन्ति, नितवाम् तुष्यन्ति

आगते आगते

कार्तिके आगते

दीपोत्सवे आगते

सर्वे दीपा प्रज्वालयन्ति

सर्वे स्फोटकान चालयन्ति

मोदकान मादन्ति

सर्वेजनाः तुष्यन्ति, निनकाम् तुष्यन्ति



## स्त्री—शिक्षा

अद्यत्वे स्वतन्त्रे विकासनशीले भारते चिराच उपेक्षितायाः  
मातृशतके रुद्धोधनस्य शिक्षायाश्च महान् प्रश्नः दृश्यते। तथैव  
स्त्रीपुरुषयोः परस्परं सहयोगेन विनां मानवोत्रतिः राष्ट्रोत्रति वा न  
भवितुं शक्नोति अतः स्त्रीशिक्षाया आवश्यकता स्वयं सिद्धा।  
शिशूनां शैशवकालः मातृः समीपे व्यतीतां भवति। अयमेव समयः  
ईदृशोऽस्ति यत् यदत्र पश्यति यश्च श्रृणोति शिशुः तस्य सर्वस्यैव  
सस्कारस्तं सस्करोति। अतः यथा मातरो भवन्ति तथैव तेषां  
सन्तति रति। यदि मातरोऽशिक्षिताः अज्ञानिनः कर्तव्यबुद्धीनाश्च  
भविष्यन्ति तहिकथं ताः स्वशिशून् सम्यकतया पालयिष्यन्ति।  
अतः महानिर्वाण तन्त्रनुसारं “कन्याऽप्येवं लालनीया शिक्षणीया  
प्रयत्नतः।”

परन्तु खेदस्य विषयोऽयं यत् अस्माकं देशस्य स्त्रीशिक्षापद्धतिः  
नानुकुला स्त्री - बाड कृते। राष्ट्रनायकानामन वधानतया उचित  
शिक्षायाः अभावात् राष्ट्रशक्तिः अधोमुखी दीर्घश्यते। अस्य  
एकमेव कारण मातृशक्तरेशिक्षा।

प्राचीनकाले अस्माकं मातरः सुशिक्षिताः आसन यथा गार्गी, मैत्रेयी,  
भारती, अरुधती शकुन्तलादयः। यामि: देशः अद्यापि  
गौरववितमनुभवति। सर्वविदितमेवेतद् यत् मातुः शिक्षैव लक्ष्मणं  
भ्रातृभक्ते, सजयं स्वकर्तव्यं परायणं धूवमीश्वरानुरागिणं  
निर्भीकवीरं

अजायत्। उत्तरव्य सहस्रं व पितृन मातगौरवेणाति रिच्यते। अतः  
मातृशक्तः महत्वं निर्विवादम्। स्त्रीशिक्षयामहत्वं गौरवञ्च।

अघ प्रश्नोऽयं सर्वत्र दृश्यते यत् स्त्रीणां शिक्षा कथं कीदृशी च  
भवेत्। अस्मिन् विषये विदुषां वैमत्यं दृश्यते। परं “गार्हस्थकार्याणां  
सुचारूपणे सम्पादनार्थम् अथ च गृहवातारणे स्वर्गीय  
सुखशान्त्योराननाय स्त्रीणां शिक्षायाः आवश्यकता प्रायः  
सर्वेष्यभ्युपगम्यते।”

परं इयं वर्तमान् स्त्रीशिक्षा न तत् प्रयोजनम् सम्पादयति, यदस्माकं  
मातृणां कृते उपयोगीरिस्ति। अपितु एषा शिक्षा मातृशक्तिः  
विनाशिनो संस्कृतिर्विवरोधिनी आत्म - विश्वासलोपिनी  
कुलविनाशिनी च। एषा शिक्षा तु सर्वया परिवर्तनं  
संशोधनञ्चपेक्षते।

‘मातृमान पितृमान् आचार्यवान् पुरुषोवेद, इति  
शतपथप्रहाणवचनम् अमु’ स्त्रीणोद्धारक स्वामी दयानन्दनापि स्व



सत्यार्थप्रकाशे समृद्धृतम्। “मातृमान” इति पदं ऋषिः इत्यं  
व्याकरोति “प्रशस्ता धार्मिक माता विघ्ने यस्य स मातृमान”  
अर्थात् स्त्रीशिक्षायां धार्मिक शिक्षायाः विशिष्टतमं स्थानम्  
अस्ति। तत्र को नाम धर्मः। मनूपदिष्टदिशा -

धृतिक्षमादमोऽस्तेय शौचमिन्द्रियनिग्रहः।

धीविद्यासत्यमकोधो दशकं धर्मलक्षणम्॥

यदा नारी उपर्युक्त - धर्मस्य स्त्रीवनं पालन करिष्यति तदैव  
तस्या: सन्ततिरपि शुभगुणयुक्तानि भविव्यति।

यो वाल मातुः पितुः गुरोश्च त्रिभ्योऽपि शिक्षां लभते स एवपूर्णो  
मनुष्यः मानवः भवति। माता एव वालकस्य आद्याऽचार्या अस्ति।  
अतः तस्य सुशिक्षातायाः तु मुख्यतया आवश्यकता अस्ति।

आशास्ते यत् अस्माकं वालिकानां कृते सा शिक्षा दातत्या भवेत्  
या ताः भारतीयसंस्कृतयनुरागिणीः स्वधर्मं परायणाः  
स्वकीयसभ्यतागमिनीश्च कुर्यात्। तदैव अस्य देशस्य भावि  
नागरिकाः स्वकर्तव्यपरायणः भविष्यन्ति तथा च राष्ट्रोद्धारकाः  
भविष्यति। राष्ट्रस्य समाजस्य च अभ्युदयाय स्त्रीशिक्षाया  
अतीवाऽऽवश्यकत विघ्नते। यताहि यस्मिव राष्ट्रे समाजे वा  
नारीणमादरो भवति, नार्यः सुशिक्षित भवति स देशः उन्नति  
प्राप्नोति उत्कञ्च मनुना -

“यत नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवताः।”

नामः रीतु देवी  
कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष

## मित्रस्य लक्षणम्

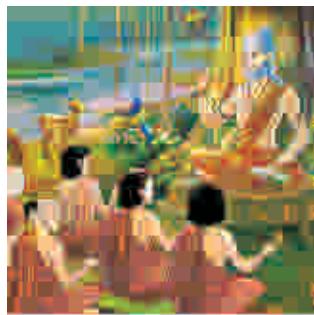
मनुष्यः सामाजिक, समाजे निवसति, समाजश्य बहुनां जनानाम् नत्वेकस्य जनस्य भवति। बहुत्वे रवलु परस्परमैकमत्यं वैमत्यं चापि, सौभग्नस्यं दौर्मनस्यज्यापि भवति। विविध कार्यकलापेषु स्वानुकूलेषु मित्रणि, प्रतिकेलेष्वमित्राणि स्वभावतः स्वतः एव जायन्ते एष लोकव्यवहारः। तत्र मित्रऽमित्रयोः परीक्षणं कथं स्यात्। तत्र -

अत्याग सहनोबन्धुः सदैवानुगतः सुहृन्।  
एकक्रियं भवेन्मित्रं समप्राणः सर्वा स्मृतः॥ इत्याह  
ददाति प्रतिगृहानि गुह्याख्यति पृच्छति।  
भुक्तं भोजयते चैव, षड्विधं प्रीतिलक्षणम्॥ इत्याह  
पापान्विवारयति योजयते हिताय  
गुह्यानि गृहति गुणान् प्रकटी करोति।  
आपदगतं च न जहाति ददाति काले,  
सन्धित्र लक्षणमिदं प्रवदन्ति सन्तः॥  
अहितात् प्रतिषेधश्च हिते चानुप्रवर्तनम्।  
व्यसने चापरित्यागः त्रिविधं मित्रलक्षणम्॥  
औरसं कृतसम्बधं तथा वंशक्रमागतम्॥  
रक्षितं व्यसनेभ्यश्च मित्रंजेय चतुर्विधम्॥  
कराविव शरीरस्य नेत्रयोरिव पदमणी।  
अविचार्य प्रियं कुर्यात् तन्मित्रं मित्रमुच्यते॥  
उत्सवे व्यसने चैव दुर्भिते राष्ट्रविप्लवे॥  
राजद्वारेशमशाने च यस्तिष्ठति सः बान्धवः॥  
शोकाराति भयत्राणं प्रीति विश्रानम् भाजनम्॥  
केन रत्नमिदं सृष्टं मित्रमित्यक्षरं इयम्॥  
ययोरेव समं वित्तं ययोरेव समं कुलम्।  
तयोः मैत्री विवादश्च नतु पृष्टविपुष्टयोः॥  
आरम्भ गुर्वी क्षयिणी क्रमेण  
लद्धीपुरा, बुद्धिमती च पश्चात्।  
दिनस्य पूर्वार्द्धपरार्द्धं भिन्ना  
छायेव मैत्री खल - सज्जनानम्॥  
क्षीरेणत्मगतोदकाय हि गुणः दत्ताः पुरातेऽविलाः  
क्षीरेतापमवेदय तेन पयसा ह्यात्मा कृशनौ हुतः।  
गन्तुं पावकमुन्मनस्तदाभवदृष्ट्या तु मित्रापदं  
युक्तं तेन जलेन शाम्यति सतां मैत्रीपुनस्त्वीदृशी॥  
इत्यादीनि बहूनि मित्रागणां लक्षणां आहुः।



नाम : रूपा  
कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष

## योग्यतापरीक्षा



कश्चन तरुणः आचार्यम् उपसर्प्य अवदत् “अहं भवतः शिष्यः भवितुम् इच्छामि! आश्रमे स्थित्वा अध्ययनं कृत्वा अग्रे सन्यासं स्वीकर्तुम् इच्छामि” इति!

ये आश्रम प्रवेष्टुम् इच्छेयुः तेषां योग्यता सामर्थ्यादिक बहुधा परीक्षते स्म आचार्यः। अयं विषयः

सर्वे: अपि ज्ञायते स्म। अयं तरुणः अपि एतं विषयं जानन् सर्वविद्या सत्रांह कृत्वा एवं आगतवान् आसीत्। अतः गुरुणा आयोजितासु सर्वासु परीक्षासु सः उत्तीर्णः जातः।

तथापि आचार्यः अवदत् “सप्ताहाननतरम् आगम्यताम। तदा अहं मम निर्णय श्रावयिष्यामि” इति! सः तरुणः तत प्रतिगतः।

अनन्तरदिने एव आचार्यः कञ्चित् धनिकम् आश्रम भक्तम् आहूय तरुणस्य विवरणादिक श्रावयित्वा - “ अयम् उत्ततस्थाने नियोक्तव्यः। अधिक वेतनम् अपि दातन्यम्” इति असूचयत्! तदानुगुण्येन सः धनिकः तं तरुणम् आहूय सामान्य परक्षिण विधाय तम् उद्योगे नियुक्तवान्। अग्निरीक्षितम् एतम् अवसर प्राप्य सः तरुणः अपि सन्तुष्टः। अनन्तरदिने एव सः कार्यालय प्रति गमनम् प्रति गमनम् आरब्धवान्।

सप्ताहानन्तर तं तरुणम् आनाय्य आचार्यः अवदत् - “त्वं सर्वासु परीक्षासु उत्तीर्णः असि! अतः तव शिष्यत्वम् अङ्गीकृत मया। श्रः एवं आश्रमम् आगन्तुम् अहंसि” इति!

तदा तरुणः शिरः आवनमय्य अवदत् - “शिष्यत्वम् इष्ट्रा मया आश्रम प्रति आगतम् इति तु सत्यम् किन्तु अत्तान्तरे मया उत्तमः उद्योगः प्राप्तः। प्रभूत वेतनम्। कथं तम् उद्योग त्यजेयम्?” इति!

“ अन्यत्र अवसरम् अप्रात्य अत्र आगमने कः विशेषः? अवसरे प्राप्ते अपि यः त परित्यज्य आगच्छेत् सः एव योगः शिष्यः भवितुम् अर्हति। सन्यासिंत्वप्राप्ते: प्रथम लक्षणम् एतत्। ”

वस्तुतत्वं ज्ञातवान् सः तरुणः उद्योग निर्वागोह परित्यज्य अनन्तरदिने एवं आश्रम प्रति आगतवान्।

नाम: प्रीति

कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष

## विद्याधनं सर्वधनप्रधानम्

यद्यपि संसृतौ व्यसहाराय सारभूतं धनं स्मर्यते। संसारे न किञ्चदपि कार्यजातं विद्यते यदधैन न सिध्यति। तथापि विद्यानाम् धनं सर्वोत्तमं धनमस्ति। विद्याधनस्य सर्वोत्तमतां सर्वधन वैशिष्ट्यं चेत्यं वर्णयन्ति विपश्चिताः कवयः -

न चौरहार्यं न च राजहार्यं न भ्रातृभाज्यं न च भारकरि। व्यये कृते वर्धते एव नित्यं विद्याधनं सर्वधनं प्रधानम्॥

सर्वद्रष्टेषु विद्यैव द्रव्यमाहुरनुतमम्।

अहार्यत्वादन धर्यत्वादक्षयत्वाच्च सर्वदा॥

मातेव रक्षति पितेव हिते नियुक्ते।

कान्तेव चाभिरमयत्यपनीय खेदम्

लक्ष्मी तनोति वितनोति च दिक्षुकीर्तिम्।

किं किं न साधयति कल्पलतेव विद्या॥

अपूर्वः कोऽपि कोशोऽयं विद्यते तव भारति।

व्ययतो बुद्धिमायाति क्षममायाति सचयंयात्॥

विद्यानाम नरस्य कीर्तिरतुल भाग्यक्षये चाश्रयो।

धेनुः कामदुधा रतिश्च विरहे नेत्रं तृतीय च सा॥

सत्कारायतनं कुलस्य महिमा रत्नैर्विना भूषणम्

तस्मादन्यमुपेक्ष्य सर्वविषयं विद्याधिंकार कुरु॥

विद्या ददाति विनयं विनयाद् याति पात्राताम्।

पात्रत्वात् धनमान्नोति धनात् धर्मं ततः सुखम्॥

ज्ञातिर्भिष्ट्यते नैव चौरैणापि न नीयते।

दाने नैव क्षयं याति विद्यारत्नं महाधनम्॥

हर्तुर्न गोचरं याति दत्त भवति विस्तृता।

कल्पान्तेऽपि न या नश्येत् किमन्यद्विद्यया विना॥

श्रियः प्रदुग्धे विपदो रुणद्वि यशांसि सूते मलानि प्रमार्टि।

संस्कार शौचन परं पुनीते शुद्धा हि बुद्धिः किल कामधेनु॥

विद्या रूपं कुरुपाणं क्षमा रूपं तपस्विनाम्।

कोकिलानां स्वरो रूपं स्त्रीणां रूपं पतिव्रतम्॥

रूपयौवन संपन्ना विशाल कुल सन्यवाः।

विद्यारीना न शोभन्ते निर्गन्धा इव किंशुकाः॥

माता शत्रुः पिता वैरी येन वालो न पाठितः।

न शोभते समायध्ये हंसमध्ये बको यथा॥

विद्या नाम नरस्य रूपमधिकं प्रच्छन्नगुप्तं धनम्।

विद्या भोगकरी यशः सुखकरी विद्या गुरुणां गुरुः॥

विद्या बन्धुजनो विदेशगमने विद्या परं दैवतम्।

विद्या राजसु पुज्यते न हि धनं विद्याविहिनः पशुः॥

विद्या शस्त्रं च शास्त्रं च द्वे विधे प्रतिपत्तये।

आद्या हास्याय वृद्धत्वे द्वितीयद्वियते सदा॥

नास्ति विद्यासमो बन्धुर्नास्ति विद्यासमः सुहृत्।

नास्ति विद्यासमो वित्तं नास्ति विद्यासयं सुखम्॥

नूनं विद्यासमं वित्तं नास्ति। विद्यासयं सुखं नास्ति।

नाम : रूपा

कक्षा : बी.ए. तृतीय वर्ष

## समृतिसौरभम्

आनन्दगङ्गा वहतीव यत्र

विभागदायित्वनगधिरुदा।

सौन्दर्यसिप्रा सरतीव यत्र।

बन्धुन्बविद्याविषये प्रवीणा

बन्धुन्वसिन्धुश्रलतीव यत्र

तां भारतों स्नेहवतों स्मृशमि।

संस्कार शुद्धोऽस्ति स वो विभागः।

या माधवी माधवभावसिक्ता

विलोक्य विद्यां प्रति कर्मनिष्ठा

सदानुरक्ताऽध्ययने ५ विशान्ता।

चेष्टां च सर्वा निजनेत्रकान्तया।

विद्योतते या प्रतिभेष साक्षात्

जांत हि चित्रं सुखमण्डितं मे

नाम : निशा

विद्या यतो मे जननीव जीर्णा।

कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष

शुभ्रा सुचित्रा सरला सुभद्रा



## वैदिक संस्कृति

अस्मिन् विश्वे वैदिक संस्कृति प्राचीनतमा नास्त्तत्र सदेहः।  
अनया संस्कृत्याः दीक्षिता भारतीया स्वस्वं चरित्रे आदर्श च  
शिदोरन्, पृथिव्यां सर्वमानवानाम्। अतएव श्रुतिरपि उद्घोषं  
करोति -

सा प्रथया संस्कृति विश्ववारा।

निश्चितमिंद वैदिक संस्कृतिरेव प्रथमा संस्कृतिस्ति यथा मानवो  
मानवतायद्यमन्तुं समर्थोऽभवत्। विश्वस्यारिक्त्वाः संस्कृतमः  
अस्या गुणयाण महिमानभुपर्वण्यन्तो न विरमन्ति। विश्वर्कान  
रवीन्द्रोः उद्द्योययनि -

प्रथम प्रभात उदय तव गगने

प्रथम सूरन तव नपावने।

प्रथम प्रचारित तव वनमुरने

द्यन्द कव्य रसस्था काहिनी॥



वैदिक संस्कृतिस्तु विश्व वन्धुत्वयावनायानु प्राणिताः, एषा  
उदात्तभावना वैदिक संस्कृते गौरवम् सूचयति॥

अनया भावनया विश्वशान्ति - सुखमधिगन्तुं शक्यते।  
वैदिकमन्त्रवृष्ट षोणमेषा उदारभवनां इत्थं स्पष्ट भवति -

मित्रस्य चक्षुषा सर्वाणि भूतानि समीक्षन्ताम्।

संगच्छध्व संवधनं सं वो मनांसि जानताम्।

देवा भागं यथा पूर्वे संजानानामुपासते॥।

वैदिक संस्कृतिः त्यागभावमुपदेशयन् मानवमातमभयवानं ददति।  
प्रत्येकस्य मनुष्याधिकार रक्षां करोति। 'जीओ और जीने दो'

सिद्धान्तममुं वैदिक संस्कृतिः विशेषेण उपदिशति। 'तदनुसारं  
केवलभोजी' पापमुनक्ति। तद्यथा -

मोघमन्नं विन्दते अप्रचेताः -

सत्यं ब्रवीमि वद्य इन्सतस्य।

नार्यमणं पुष्टि ना सक्षायं

केवलाधो भवति केवलादी॥।

वैदिकसंस्कृतिः त्यागस्य महस्यं प्रतिपादयति त्यागभावेनेव  
भारतोयवर्गा - श्रमर्धमव्यवस्था समाजमनुशस्ति। संसारस्य भोगः  
त्यागभावेन - एव समुचितम्। यजुवैदस्यान्तिमे अध्याये  
महत्वपूर्णौऽयपादेशः -

तेन न्यक्ते न भुज्जीथाः।

मा गृथः कस्यस्विद्ध नम्॥।

वैदिक संस्कृतेरन्यः आधारः कर्मबादः। कर्माणि कुर्वन्नेव इह  
संसारे जिजीविषा वैदिकः ऋषौणां सर्वत दरीहृष्णते। अतः  
यजुवैदे उन्तम् -

कुर्वन्नेवेह कर्माणि जिजीविषेच्छतं समाः।

एबन्वयि नान्यथेनोऽस्ति न कर्म लिप्यते नरे॥।

एवमेव ऋग्वेदेष्यन्तम् - "श्रमेण तपस्सासृष्टब्रह्मवित्त्रृते  
श्रिताः॥।

भगवता श्रीकृष्णेनापि गीतायां अजु नं कर्मयोगस्योपदेशः  
कृतः -

कर्मण्येनाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।

मा कर्मफलहेतु भू र्मा ते संज्ञोऽस्त्वकर्मणि॥।

वैदिक संस्कृतौनिष्कर्मण्यता पापरभिशापवत् मन्यते। वैदिक  
संस्कृतेश्चतुर्थोः आधारो आत्मविश्वासराशावादश्च। आत्महननं  
पापम्। अतः नौराश्यतमयपाकृन्य सर्वे जीवनसंघर्ष जेतुं  
कृतप्रयन्त्नैः भव्यम् -

आशहि परमं ज्योतिः।

नैराश्यं परमं तमः॥।

अतः आत्मविश्वासपूर्वक जीवनोद्योगः वैदिकसंस्कृतेरादर्शः -

असुर्यानाम ते लोके अन्धेन तमसातृताः।

तास्ते प्रेत्याभिगच्छन्ति ये के चात्महनोजनः॥।

पुनर्जन्मवादः वैदिकसंस्कृतेरणरां महत्वपूर्ण तत्वम्। पुनर्जन्मवाद  
सिद्धान्तेन प्रेरितः मनुष्यः 'अयमेव लोकः न परः अपि'  
विचारयन् सदाचारमनुपालयन् चरित्रं रक्षाति, आदर्श जीवनं  
व्यतीतयति, तस्मात् समाजे नैतिक तत्वानां विकासो भवति।  
वैदिक संस्कृतिः विश्वकल्याणकामनया अनुप्राणितः। अतः

सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः।

सर्वे भक्षाणि पश्यन्तु मा कश्चिद् दुःखभागभवेत्॥।

इत्याशंसन् एषा संस्कृतिः सर्वेषां मत्रलमेव कामयते। "पुमान्  
पुमांसं परिपातु विश्वतः" शिक्षयन् सुपथमेव दर्शयति।  
आदेशयति च

असतो मा सद गमय

तमसो मा ज्योतिंगमय

मृत्योर्मा अमृतं गमयेति।

समन्वयवादः विचारासहिष्णुता चास्य संस्कृतेरपरं महत्वपूर्ण  
तत्वम्। वैदिक - संस्कृतिः सर्वाङ्गीणमभ्युदयमेव अभिलषति,  
अतः पुरुषाथं चतुरष्ट्यस्य प्राधान्ययमत्र। वैदिक - संस्कृतो  
यज्ञस्य महत्वं विशेषेण स्वीक्रियते। वैदिक - संस्कृतौ ऋणत्रयमपि  
महत्वपूर्ण स्थानं प्राप्नुवन्ति - ऋषिः ऋणं, पितृऋणं, देवऋणं  
उचेति। इमानि त्रीणि ऋणनि अपाकृत्य मनोमोक्षे निवेशयेदिति  
मनपदेशः। वैदिक संस्कृतौ षोडशसंस्काराणामपि महत्वं  
विशेषेणोपवर्णितम्। षोडशसंस्कारैः संस्कृतम् मनुष्यः पूर्णन्वे  
देवत्वञ्चाधिगच्छति। अतः सुष्ठूत्तम् - सा प्रथमा  
संस्कृतिविश्ववारा।

नाम : निशा

कक्षा : बी.ए. द्वितीय वर्ष

# ਪੰਜਾਬੀ - ਸੈਕਸ਼ਨ

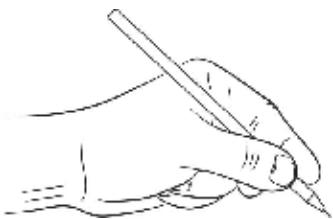
ਅਧਿਆਪਕ ਸੰਪਾਦਿਕਾ  
ਪ੍ਰੋ. ਚਰਨਜੀਤ ਕੌਰ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੰਪਾਦਿਕਾ  
ਪਰਮਜੀਤ

ਨੰ. ਵਿਸ਼ਾ	ਰਚਨਾਕਾਰ	ਪੰਨਾ ਨੰ.
1. ਸੰਪਾਦਕੀ	ਪ੍ਰੋ. ਚਰਨਜੀਤ ਕੌਰ	55
2. ਚਿੰਤਾ ਕਰੋ ਪਰ	ਯੋਗਿਤਾ	56
3. ਜਿੰਦਗੀ ਕੀ ਹੇ?	ਪਰਮਜੀਤ	57
4. ਸੱਚਿਆਂ ਗੱਲਾਂ	ਪਰਮਜੀਤ	57
5. ਕੁਝ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲਾਂ	ਯੋਗਿਤਾ	57
6. ਨਸ਼ਾ ਨਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ	ਹਰਸ਼ਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ	58
7. ਰੱਬ ਦਾ ਸਿਮਰਨ, ਮਿੱਟੀ, ਅਰਦਾਸ,	ਸਿਵਾਨੀ	59
ਸਾਂਭ ਲੈ ਮਾਪੇ		
8. ਮੈਂ ਪੰਜਾਬੀ	ਮਾਹੀ	59
9. ਸਿਖਿਆ	ਜਯੋਤੀ	59



## ਸੰਪਾਦਕੀ



ਸਾਹਿਤ ਰਚਨਾ ਜਿੰਦਗੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਘਟਨਾਕਮ ਨੂੰ ਸਿਖਣ, ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾਣ ਲਈ ਸਿਰਜਣ ਦਾ ਅਸਲ ਵਿਚ ਸਾਝਾ ਉੱਦਮ ਹੈ। ਆਮ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਵੀ ਅਸੀਂ ਇਹ ਵੇਖਦੇ ਅਤੇ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤਿਆਂ ਵਿਚ ਪੜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਲਿਖਣ ਦੀ ਵੀ ਰੂਚੀ ਕਿੱਤੇ ਸਪਸ਼ਟ ਅਤੇ ਕਿਤੇ ਲੁਕੀ ਛੁਪੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪੜਾਈ ਵਿਚ ਅਗੇ ਵਧੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਲਿਖਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਕਦੇ ਕਵਿਤਾ ਕਦੇ ਕਹਾਣੀ, ਕਦੇ ਛੋਟੇ ਲੇਖਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਲਗਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਅਮਲ ਦਾ ਰੂਪ ਹਨ ਅਰਸ਼ਿਆ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਦੇ ਇਸ ਅੰਕ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸਾਡੇ ਹੌਨਹਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਇਹ ਰਚਨਾਵਾਂ ਸਾਡੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਹੌਸਲੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਦੀ ਦਾਦ ਦੇਣੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਾਲਜ ਦੀ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬੀ ਅੰਕ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਅਪਣਾ ਸਥਾਨ ਬਣਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਇਸ ਆਸ ਨਾਲ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਵੀਆਂ ਅਤੇ ਉਭਰਦੀਆਂ ਕਲਮਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜਰੂਰ ਹੀ ਕੁਝ ਸਾਹਿਤ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਹੋਰ ਸੰਜੀਦਗੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਯਤਨਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣਾ ਨਾਂਅ ਬਣਾਉਣਗੀਆਂ, ਮੈਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਰੂਪੀ ਛੁਲਾਂ -ਕਰੂਬਲਾਂ ਦਾ ਇਹ ਸਜ਼ਾ ਗੁਲਦਸਤਾ ਸਾਰੇ ਪਾਠਕਾਂ ਦੇ ਸਨਮੁਖ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਫਖਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੀ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰ. ਚਰਨਜੀਤ ਕੌਰ



## ਚਿੰਤਾ ਕਰੋ ਪਰ

ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਉ! ਚਿੰਤਾ ਕਰੀਏ। ਕਿਉਂ? ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਹਰ ਵੇਲੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਦੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਨਿੱਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਬਿਨਾਂ ਨਾਗਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਜੀ ਹਾਂ। ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਕੋਈ ਵੱਧ, ਕੋਈ ਘੱਟ, ਕੋਈ ਰਹ ਪਲ, ਕੋਈ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕੋਈ ਕਦੇ ਕਦਾਈ।

ਪਰ ਕਮਾਲ ਦੀ ਗੱਲ! ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਚਿੰਤਾ ਕਰੋ। ਨਾਲ ਹੀ ਇੱਕ ਸ਼ਰਤ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਕੇਵਲ ਉਸ ਗੱਲ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਕਰੋ ਜੋ ਅਨਹੋਣੀ ਹੋਵੇ। ਜੋ ਹੋਣੀ ਹੈ ਤੇ ਸਭ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਆਈ ਹੈ ਸਭ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਰਹੇਗੀ ਉਸ ਗੱਲ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਕਿਉਂ ਕਰੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ—

“ਚਿੰਤਾ ਤਾ ਕੀ ਕੀਜੀਐ ਜੋ ਅਨਹੋਨੀ ਹੋਇ॥

ਇਹ ਮਾਰਗ ਸੰਸਾਰ ਕੋ ਨਾਨਕ ਬਿਨੁ ਨਹੀਂ ਕੋਇ॥”

ਮਰਨ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਤਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਨਾ ਕਰੀਏ। ਨਾ ਆਪਣੇ ਮਰਨ ਦੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੇ ਮਰਨ ਦੀ। ਹਰੇਕ ਨੇ ਮਰਨਾ ਹੀ ਮਰਨਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿਸਨੇ ਕਦੋਂ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਮਰਨਾ ਹੈ? ਪਰ ਮਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ। ਸੋ ਮਰਨ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਕਦੇ ਵੀ ਨਾ ਕਰੀਏ। ਮਰਨਾ ਅਣਹੋਣੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਵੀ ਸਭ ਤੇ ਆਉਣੇ ਹੀ ਆਉਣੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਸਰੀਰਿਕ ਰੋਗ ਦੀ, ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਦੀ, ਚੋਰੀ ਦੀ, ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਵੀ ਬੇਲੋੜੀ ਹੈ। ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ ਸਭ ਕੂਝ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰੀਏ ਪਰਤੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗੱਲ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੀਏ।

ਇਕ ਦਿਨ ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਕਿੰਨੀਆਂ

ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿੰਨੀ ਹੀ ਚਿੰਤਾ ਕੀਤੀ। ਪਰ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅੱਜ ਤਕ ਕਦੇ ਵੀ ਮੈਨੂੰ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਸਗੋਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਮੈਂ

ਚਿੰਤਾ ਕਰਦੀ ਰਹੀ ਉਹ ਹੋਇਆ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਐਵੇਂ ਸਮਾਂ ਤੇ ਸਿਹਤ ਬਰਬਾਦ ਕੀਤੀ।

ਹੁਣ ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਕਦੇ ਵੀ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ।

ਜੇ ਇਸਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਫਿਰ ਕਿਉਂ ਕਰੀਏ।

ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਨਾਲੋਂ ਆਪਣੇ ਚਿਤ ਵਿੱਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰੀਏ।

ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਚਿੰਤਨ ਕਰੀਏ। ਚਿੰਤਾ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਚਿਹਰਾ ਹਰ ਵੇਲੇ ਚੜ੍ਹਦੀਕਲਾ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਾਲੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਗੱਲ ਪ੍ਰਭੂ ਭਗਤ ਤਾਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਅਮੀਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਅਮੀਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦੁਨਿਆਵੀ ਅਮੀਰ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਲਈ ਨੌਕਰ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਭਗਤਾਂ ਕੌਲ ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੌਣ? ਪਰਮਾਤਮਾ। ਭਗਤ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਚਿੰਤਾ ਕਰਹੂ ਹਮਾਰੀ।

ਨਾਂ : ਯੋਗਿਤਾ  
ਕਲਾਸ : ਬੀ. ਏ. ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ



## ਜਿੰਦਰੀ ਕੀ ਹੋ?



ਜਿੰਦਰੀ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਵਧੀਆ ਢੰਗ  
ਨਾਲ ਦੇਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਂਨੂੰ ਇਹਨਾਂ  
ਤਿੰਨ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।  
ਹਸਪਤਾਲ, ਜੇਲ ਅਤੇ ਸਮਸ਼ਾਨਯਾਟ

ਹਸਪਤਾਲ ਜਾ ਕੇ ਅਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੰਦਰੁਸਤੀ  
ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਕੋਈ ਖੁਬਸੂਰਤੀ ਨਹੀਂ।

ਜੇਲ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਕੈਦੀਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖਕੇ ਅਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ  
ਹਾਂ ਕਿ ਅਜਾਦੀ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ।

ਸਮਸ਼ਾਨਯਾਟ ਜਾ ਕੇ ਅਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ  
ਜਿੰਦਰੀ ਚ ਸਾਹਾਂ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਜਮੀਨ  
ਤੇ ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਕੱਲ ਇਹੀ ਜਮੀਨ ਸਾਡੇ  
ਸਿਰ ਦੀ ਛੱਤ ਹੋਏਗੀ।

ਫਿਰ ਕਿਉਂ ਨਾ ਅਸੀਂ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜਾਰ ਹੋਈਏ, ਸਾਨੂੰ ਮਿਲੀਆਂ  
ਹੋਈਆ ਦਾਤਾਂ ਲਈ, ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ... ਜਿਸ ਨੇ  
ਸਾਨੂੰ ਜਿੰਦਰੀ ਰੂਪੀ ਵੱਡਮੱਲੀ ਸੌਂਗਾਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

ਨਾਨਾ : ਪਰਮਜੀਤ

ਕਲਾਸ : ਬੀ. ਏ. ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ

## ਕੁਝ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲਾਂ

1. ਉਮਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਕੰਮ ਦੇਵੇ  
ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਹ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ  
ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਗੇ।

2. ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੰਮ ਸਿਰਫ਼ ਪੜਨਾ ਨਹੀਂ ਉਸ ਨੂੰ  
ਆਗਿਆਕਾਰ ਵੀ ਬਣਾਓ।

3. ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਕੋਈ ਮੰਗ ਪੂਰੀ ਨਾ ਹੋਣ ਤੇ ਜਿਆਦਾ  
ਜਿੱਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਰਿਸ਼ ਸਹੀ ਰਾਹ ਤੇ ਮੰਨੀ  
ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਸੱਚਿਆਂ ਗੱਲਾਂ

ਜੇ ਕੌਈ ਦਿਨ ਰਾਤ ਮਿਹਨਤ  
ਕਰਦਾ ਹੈ...



ਤਾਂ ਲੋਕ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ... ਪੈਸੇ ਲਈ  
ਦਿਨ ਰਾਤ ਮਰਦਾ ਹੈ,

ਜੇ ਕੌਈ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੇ ... ਤਾਂ  
ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ ਨਿਕਮਾਂ ਹੈ,

ਖੁੱਲਾ ਖਰਚ ਕਰੇ ਤਾਂ “ਫਜ਼ੂਲ ਖਰਚਾ ਕਰਦਾ ਹੈ”

ਜੇ ਨਾ ਖਰਚ ਕਰੇ ਤਾਂ “ਕੰਜੂਸ ਮੱਖੀ ਚੂਸ ਹੈ”

ਜੇ ਕਿਸੇ ਕੋਲ ਜਿਆਦਾ ਪੈਸਾ ਹੈ ਤਾਂ ਲੋਕ ਕਹਿੰਦੇ  
ਨੇ... “ਦੋ ਨੰਬਰ ਦਾ ਪੈਸਾ ਹੈ”

ਜੇ ਪੈਸਾ ਘੱਟ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਨਾਂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ...

“ਸਿਆਣਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਚਾਰ ਪੈਸੇ ਜੋੜ ਲੈਂਦਾ...

ਹੁਣ ਭੁੱਖਾ ਮਰਦਾ ਹੈ”

ਭਾਵ ਦੁਨਿਆਂ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਨਾ ਕਰੋ, ਖੁਸ਼ ਰਹੋ ਤੇ  
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾਂ ਦਾ ਹਰ ਸਮੇਂ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰੋ।

ਨਾਨਾ : ਪਰਮਜੀਤ

ਕਲਾਸ : ਬੀ. ਏ. ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ

4. ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਾ ਡਰਾਓ ਅਤੇ ਨਾ ਜਿਆਦਾ ਦਲੇਰ ਬਣਾਓ  
ਬਲਕਿ ਉਸਨੂੰ ਸਮਝਦਾਰ ਬਣਾਓ।

5. ਜਿਹੜੇ ਮਾਂ ਪਿਉ ਇਹ ਸੋਚਦੇ ਨੇ ਕਿ ਅਜੇ ਤਾਂ ਇਹ ਬੱਚੇ  
ਨੇ ਆਪੇ ਸਮਝ ਆਜੂਰੀ। ਅਜਿਹੇ ਮਾਪੇ ਅਕਸਰ ਬਾਅਦ  
ਵਿਚ ਪਛਤਾਵਾ ਕਰਿਆ ਕਰਦੇ ਨੇ।



ਨਾਨਾ : ਯੋਗੀਤਾ

ਕਲਾਸ : ਬੀ. ਏ. ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ

## ਨਸ਼ਾ ਨਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆ ਦੀ ਭੱੜੀ ਆਦਤ ਲਗਾਤਾਰ ਜ਼ੋਰ ਪਕੜ ਰਹੀ ਹੈ। ਅਜ ਕਲ ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਵਿਚ ਪੜਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਹੋਸਟਲਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਸਟਲਰਾਂ ਆਦਿ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹਨ। ਹੋਸਟਲਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਤੇ ਤਾਂ ਨਸ਼ਿਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭੁਤ ਹੀ ਸਵਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਹ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਰੀਸ ਤੇ ਭੇਡ ਚਾਲ ਕਾਰਨ ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਹੋਸਟਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਕੌਲੋਂ ਸ਼ਰਾਬ, ਚਰਸ, ਗਾੰਜਾ, ਕੋਕੀਨ, ਭੰਗ, ਐਲ. ਐਮ.ਡੀ. ਦੀਆ ਗੋਲੀਆਂ ਆਦਿ ਕਈ ਕੁਝ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਦਤ ਮੁੰਡਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਕੁੜੀਆ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹੋਸਟਲ ਦੇ ਪੁਰਾਣੇ ਨਸ਼ੇਬਾਂਜ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਜਬਰਦਸਤੀ ਜਾਂ ਮਜ਼ਾਕ ਮਜ਼ਾਕ ਵਿਚ ਇਸ ਨਸੇ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਿਗਰਟ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ ਉਹ ਇਕ ਸ਼ਾਨ ਮਨਦੇ ਹਨ। ਹੋਲੀ-ਹੋਲੀ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਆਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦਾਂ ਕਾਰਨ ਜਿੱਥੇ ਉਦਾਸੀਨਤਾ, ਬੇਚੈਨੀ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਪਰੋਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹਨ, ਉਥੇ ਮਾੜੀ ਸੰਗਤ ਵੀ ਹੈ।

ਨਸ਼ਿਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਨੌਜਵਾਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਪੀੜੀ ਨੂੰ ਨਕਾਰਾ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਸੌਖਾ ਇਲਾਜ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਵਿਕਰੀ ਉਤੇ ਪੰਬਦੀ ਲਾਈ ਜਾਵੇ। ਜਿਹੜਾ ਵੀ ਚੋਰੀ ਛਿਪੇ



ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ੀਲੀਆ ਵਸਤਾ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਸਖਤ ਸਜਾ ਦਿਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਹਨਾਂ ਕੁਰੀਤੀਆ ਦੀ ਥਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਢੰਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਕਲਾ ਪਿਆਰ ਸਾਹਿਤ ਸਿਰਜਣਾ ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਪੈਦਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ।

ਨਸੇ ਦੀ ਆਦਤ ਸਿਰਫ ਹੋਸਨਲਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਇਹ ਆਦਤ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮਾਂ ਪਿਉ ਦੇ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਸੱਖਣੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਜਿੰਮੇਦਾਰੀਆਂ ਪੂਰੀ ਨਾ ਕਰ ਸਕਣ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਵੀ ਉਹ ਇਸ ਨਸੇ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਇਕੱਲੀ ਸਰਕਾਰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਹੰਭਲਾ ਮਾਰਨਾ ਪਏਗਾ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਚੱਜੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਮਾਂ ਪਿਉ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾਂ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਰੱਖਣ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਿੰਮੇਦਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੀੜੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰਸਤਾ ਵਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾਂ ਵਿਚ ਰਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਹੀ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਭਰਵੱਖ ਹੈ।

ਨਾਂ : ਹਰਸ਼ਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ  
ਕਲਾਸ : ਬੀ. ਏ. ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ

## ਰੱਬ ਦਾ ਸਿਮਰਨ

ਟੋਡੀ ਮਹਲਾ ਪਾ॥  
ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਸਦਾ ਖੁਆਰੀ॥  
ਤਾ ਕਉ ਧੋਖਾ ਕਹਾ ਬਿਆਪੈ  
ਜਾ ਕਉ ਉਟ ਤੁਹਾਰੀ॥  
ਰਹਾਉ॥

ਵਿਆਖਿਆ - ਇਹ ਪੰਕਤੀਆ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਦਰਜ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੰਕਤੀਆ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਵੇਰੇ ਜਲਦੀ ਉਠ ਕੇ ਪਾਠ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਭੂਲਾ ਦਿੰਦਾ ਉਹ ਪ੍ਰਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਆਸਰਾਂ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਭਰਮ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ।

## ਮਿੱਟੀ

ਵੇਖ ਫ਼ਰੀਦਾ ਮਿੱਟੀ ਖੁਲੀ,  
ਮਿੱਟੀ ਉਤੇ ਮਿੱਟੀ ਡੁੱਲੀ,  
ਮਿੱਟੀ ਹਸੇ ਮਿੱਟੀ ਰੋਵੇ,  
ਅੰਤ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਮਿੱਟੀ ਹੋਵੇ,  
ਨਾ ਕਰ ਬੰਦਿਆ ਮੇਰੀ ਮੇਰੀ,  
ਨਾ ਇਹ ਤੇਰੀ ਨਾ ਇਹ ਮੇਰੀ,  
ਚਾਰ ਦਿਨਾ ਦਾ ਮੇਲਾ ਦੁਨੀਆ,  
ਫਿਰ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਬਣ ਜਾਣਾ ਢੇਰੀ

## ਅਰਦਾਸ

ਸੁੱਖ ਵੇਲੇ ਸੁਕਰਾਨਾ ਕਰੀਏ,  
ਦੁੱਖ ਵੇਲੇ ਅਰਦਾਸ।

ਹਰ ਵੇਲੇ ਸਿਮਰਨ ਕਰੀਏ,  
ਕਾਰਜ ਆਵੇ ਰਾਸ।  
ਇਕ ਇਕ ਦਾਣਾ ਚੁਗਣ ਲਗਿਆ  
ਪੰਛੀ ਸੀਸ ਝੂਕਾਵੇ।  
ਸੌ ਪਦਾਰਥ ਖਾ ਕੇ ਬੰਦਾ,  
ਫਿਰ ਨਾ ਸ਼ੁਕਰ ਮਨਾਵੇ।  
ਅਕਿਰਤਘਣ ਬੰਦੇ ਤੌ ਚੰਗਾ,  
ਇਕ ਰਾਹ ਦਾ ਰੋੜਾ ਠੋਕਰ ਮਾਰਕੇ  
ਪੈਰਾ, ਜੋ ਖੜੋਣਾ ਮੁੜ ਸਿਖਲਾਵੇ।

## ਸਾਂਭ ਲੈ ਮਾਪੇ

ਦਰਖਤ ਬੁੱਡੇ ਹੋ ਜਾਣ,  
ਤੇ ਜੜੋ ਵੱਡੀ ਦੇ ਨਹੀਂ.,  
ਛਲ ਨਾ ਸਹੀ,  
ਛਾਵਾਂ ਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹੀ ਨੇ।  
ਮਾਪੇ ਬੁੱਡੇ ਹੋ ਜਾਣ,  
ਤੇ ਘਰੋ ਕੱਡੀ ਦੇ ਨਹੀਂ,  
ਦੌਲਤ ਨਾ ਸਹੀ,  
ਦੁਆਵਾਂ ਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹੀ ਨੇ।  
ਤੁੰ ਵੀ ਹੋ ਜਾਣਾਂ  
ਇਕ ਦਿਨ ਖਾਕ ਦੀ ਢੇਰੀ,  
ਹੁਣ ਵੀ ਜੇ ਨਾ ਜਾਗਿਆ,  
ਫਿਰ ਹੋ ਜਾਣੀ ਢੇਰੀ।  
ਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰ,  
ਕੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਆਪੇ,  
ਹੁਣ ਵੀ ਕੁਛ ਨਹੀਂ ਵਿਗਤਿਆ,  
ਤੁੰ ਸਾਂਭ ਲੈ ਮਾਪੇ।

ਨਾਨਾ : ਸਿਵਾਨੀ  
ਕਲਾਸ : ਬੀ. ਏ. ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ

## ਮੈਂ ਪੰਜਾਬੀ

ਮੈਂ ਪੰਜਾਬੀ, ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ  
ਮੈਂ ਪੰਜਾਬੀ, ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ,  
ਹਾਂ ਮੈਂ ਪੇਂਡੂ ਪਰ ਸ਼ਹਿਰੀਏ ਢੰਗ ਦਾ ਹਾਂ।  
ਸਮਝਾਂ ਉਰਦੂ, ਹਿੰਦੀ ਵੀ ਖੂਬ ਬੋਲਾਂ,  
ਬੋੜੀ ਬਹੁਤ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵੀ ਅੰਗਰਾਂ ਹਾਂ।  
ਬੋਲੀ ਆਪਣੀ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਰੱਖਾਂ,  
ਇਹ ਗੱਲ ਆਖਣੇ ਕਦੀ ਨਾਂ ਸੰਗਦਾ ਹਾਂ।  
ਮੋਤੀ ਕਿਸੇ ਸੁਹਾਗਣ ਦੀ ਨੱਥ ਦਾ ਮੈਂ,  
ਟੁਕੁੜਾ ਕਿਸੇ ਪੰਜਾਬਣ ਦੀ ਵੰਗ ਦਾ ਹਾਂ।

ਨਾਨਾ : ਮਾਹੀ

ਕਲਾਸ : ਬੀ. ਏ. ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ

## ਸਿਖਿਆ

ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਉ  
ਏਥੇ ਮਹਾਨ ਬਣਦੇ,  
ਹੱਥ ਪੈਰ ਆਪ ਵੀ  
ਬੋੜਾ ਹਲਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਏ,  
ਡੁੱਲ ਪਾਉਣ ਲਈ ਬੱਲਿਆ,  
ਕੰਢਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ  
ਸਹਲਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਏ,  
ਜਿੱਤ ਤਾਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ,  
ਪਰ ਕਾਕਾ ਜਿਤਣ ਲਈ  
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਪਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਨਾਨਾ : ਜਯੋਤੀ

ਕਲਾਸ : ਬੀ. ਏ. ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ

**FORM - 4, Rule 8**

Name of the Magazine	:	ARCHISHA
Place of Publication	:	Panchkula
Periodicity	:	Yearly
Name of the Printer and Publisher	:	Dr. Richa Setia
Nationality	:	Indian
Address	:	Govt. PG College for Women, Sector-14, Panchkula
Chief Editor's Name	:	Mrs. Taruna
Nationality	:	Indian
Address	:	Govt. PG College for Women, Sector-14, Panchkula
Name and Address of Owner who own the newspaper and partners of shareholders holding more than 1% of the total capital	:	Dr. Richa Setia Govt. PG College for Women, Sector-14, Panchkula

I, Dr. Richa Setia, Principal hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

August 2023

Sd/-  
Dr. Richa Setia  
Signature of the Publisher

Note : The Contributors to "**ARCHISHA**" are individually responsible for originality or otherwise of their articles including the consequences thereof.

---

Printed and published by Dr. Richa Setia, Principal,  
Govt. PG College for Women, Sector-14, Panchkula at  
**Ess Kay Graphics** 182/20, Industrial Area, Phase-I,  
Chandigarh. Phone : 0172-5001168



## *Editorial Board*



- Staff Editors** **Ms. Kamlesh Sharma** (Sanskrit Section), **Ms. Tara Jayant** (Science Section), **Dr. Hemant Verma** (NAAC Co-ordinator), **Dr. Ritu Yadav** (Vice Principal), **Dr. Richa Setia** (Principal), **Ms. Taruna** (Editor-in-Chief), **Ms. Charanjeet Kaur** (Punjabi Section), **Dr. Sunita Rani** (Hindi Section), **Dr. Isha Goyal** (Commerce Section), **Ms. Sukriti Bhukkal** (English Section)
- Student Editors** **Roopa** (Sanskrit Section), **Komal Singla** (English Section), **Parul** (Hindi Section), **Amandeep** (Science Section), **Paramjit** (Punjabi Section), **Nisha Sheokhand** (Commerce Section)



*Bidding  
Adieu*



**Dr. Rajiv Chaudhary, Principal**

**Dr. Sangeeta Mehtani, Principal**



**Ms. Kusum Lata**  
**Department of Mathematics**



**Ms. Nisha Chaudhary**  
**Department of English**



**Dr. Reena Batta**  
**Department of Botany**