

# अभिव्यंजना

2022-23



राजकीय महाविद्यालय सराहॉँ  
जिला सिरमौर - हि० प्र०



**Teaching Staff**



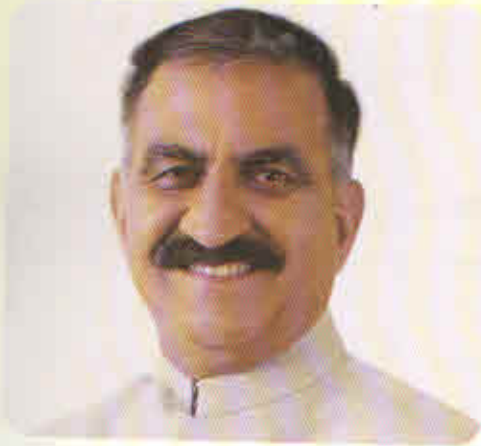
**Non-Teaching Staff**



सुखविंदर सिंह सुक्खु  
SUKHVINDER SINGH SUKHU



मुख्य मंत्री  
हिमाचल प्रदेश  
CHIEF MINISTER  
HIMACHAL PRADESH



## MESSAGE


*I am elated to know that Government College, Sarahan, District Sirmaur is bringing out its first publication of magazine 'Abhivyanjana'.*

*Educational magazine provides an apt opportunity to the students to express their ideas and perspectives on a wide range on topics.*

*Furthermore, it will be a perfect platform for nurturing the creative ability and talent of students and will highlight the academic, cultural and other accomplishments of the institution.*

*I hope that more and more students will come-forward to contribute for this magazine with their innovative and meaningful thoughts to make it more interesting and informative document.*

*I convey my best wishes for the successful publication of college magazine "Abhivyanjana".*

  
(Sukhvinder Singh Sukhu)

Rohit Thakur



Higher Education  
Elementary Education  
Technical Education, Vocational  
and Industrial Training Minister,  
Himachal Pradesh, Shimla-171002



## MESSAGE

*My very warm greetings to the entire team of Govt. College Sarahan of Sirmour District as they are bringing out the first publication of their college magazine 'ABHIVYANJANA'.*

*I feel honoured to pen down the message for this magazine through which I would like to tell all the readers that college is a place that endows an endless creativity among even the most hesitant child. It provides children an outstanding opportunity to express ideas to get into a very personalized hall of fame and offers a great way to prepare them to be a proactive global citizen.*

*It also facilitates students to discover a wealth of contribution in the form of useful and interesting write-ups and other material. It also let students know that their contribution was not just the text but the splendour of pictures and images within the pages that speaks volumes about the enriching events, 'activities and celebrations held in the precincts of school.*

*I hope this magazine would empower all the readers that each one is unique and is gifted with some or the other qualities and have the power to transform the world they live in.*

*My best wishes for the continued growth and success of the students in all spheres and activities.*

रोहित ठाकुर  
Rohit Thakur

Dr. Amarjeet K. Sharma  
Director (Higher Education)



Directorate of Higher Education  
Himachal Pradesh  
Shimla - 171001  
Tel.: 0177-2656621, Fax : 0177-2811347  
E-mail : dhe-sml-hp@gov.in



## MESSAGE

*It is a matter of immense delight for me to know that Govt. College Sarahan is going to publish the first issue of the college magazine "ABHIVYANJANA".*

*College magazine is a very useful medium for young minds to express their bristling ideas and thoughts. It gives a chance to students, the budding writers, to get the attention of others through their creative and contemporary writings.*

*It is an essential ingredient of college regular activities and documentation of such events. The true purpose of higher education is to open the horizons for the curious young minds and to refine and polish them in such a way that they become responsible citizens of our country.*

*I wish Govt. College Sarahan a great future and grand success to the college magazine. I also congratulate the Editor (s) of the magazine and wish everyone all the best in their ventures.*

*Jai Hind.*

  
Dr. Amarjeet K. Sharma



## *From the Desk of Principal*

*Education is a collaboration of committed teachers, students and parents that builds a future generation equipped with exemplary morals and self-reliance. The role of the college is not only to deliver high quality education, but also to build a responsible person, a productive citizen.*

*Teachers are the learning conductors and facilitators of the student. They are the lantern that sheds light onto students in order to enrich their intellect. They recognize their accomplishments to build their strengths, and develop methods to meet their needs. Throughout my career as a teacher, I have always perceived each student as a unique individual. Each deserving of a nurturing learning environment, a comprehensive tool-set, and a solid support system all working together to ensure the success of each student. Our aim is to create a path for students to become self-reliant citizens with meaningful contributions to local and global societies, equipped with exemplary values. Our college strives to embrace the efforts of all, teachers, students and parents, to provide a healthy educational environment in which our students can excel and succeed.*

*Govt. Degree College Sarahan has completed one complete session on its new campus. The college has made tremendous progress in all areas-academic, non-academic, and capacity building relevant to staff and students. It is a matter of great pride and satisfaction to bring out the first issue of the college magazine. ABHIVYANJANA. The magazine will certainly provide a platform for our students to express their views and feelings through their creative writing and will be like a mirror that would reflect a clear picture of all sorts of activities undertaken by this college. I congratulate the Editorial Board, which has played a wonderful role in accomplishing the task in time. My heartfelt congratulation to staff members and students for their fruitful efforts. Looking forward to serving you with the utmost dedication and sincerity.*

*Best wishes to all of you*

**Prof. Hemant Kumar**

*Principal  
GDC Sarahan*



## मुख्य संपादक की कलम से....

राजकीय महाविद्यालय सराहों की वार्षिक पत्रिका "अभिव्यंजना" का पहला संस्करण प्रकाशित हो रहा है। यह महाविद्यालय परिवार के लिए अत्यन्त गौरव एवं प्रसन्नता का विषय है।

महाविद्यालय पत्रिका विद्यार्थियों को अपने विचारों की अभिव्यक्ति तथा रचनात्मक प्रतिभा को सांझा करने का एक प्रयत्न करने के साथ-साथ संस्थान को विभिन्न गतिविधियों एवं उपलब्धियों को भी प्रतिबिम्बित करने में सक्रिय भूमिका प्रदान करती है। वर्तमान में सूचना प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में नये आयाम स्थापित हो रहे हैं तथा अनेक माध्यम से जनकारों का प्रचार एवं प्रसार हो रहा है। हम सभी जनमानस भी उस कड़ी में किसी न किसी रूप में जुड़े हैं और अपनी भूमिका निभा रहे हैं। नई तकनीकों और सुविधाएँ हमारी कार्य पद्धति तथा दिनचर्या को अधिक दक्षतापूर्ण और सरल बना रही है तथा इन नई तकनीकों का उपयोग करना वर्तमान की आवश्यकता भी है। परन्तु इस डिजिटल युग की दौड़ में संचार के परम्परागत साधनों जैसे पत्र-पत्रिकाएँ, समाचार पत्र, रेडियो इत्यादि के महत्व को भी नज़रअंदाज़ या कम करके नहीं आंका जा सकता है। निःसंदेह विद्यार्थी महाविद्यालय पत्रिका के माध्यम से वर्तमान की सामाजिक, राजनैतिक आर्थिक एवं पर्यावरणीय जैसे महत्वपूर्ण मुद्दों को अपने लेखन एवं विचारों के द्वारा समाज को जागृत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं।

हम आभारी हैं माननीय मुख्य मंत्री महोदय, माननीय शिक्षा मंत्री तथा उच्च शिक्षा निदेशक हिमाचल प्रदेश, जिनके स्नेहित एवं प्रेरणादायक संदेश सदैव संपूर्ण महाविद्यालय परिवार का मार्गदर्शन करते रहेंगे।

मैं इस पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए महाविद्यालय के प्रचार्य श्री हेमन्त कुमार का विशेष रूप से आभार प्रकट करता हूँ जिनके कुशल मार्गदर्शन एवं सहयोग से यह संभव हो सका। मैं इस पत्रिका के सह संपादक सहायक आचार्य डॉ. सुध्यान नेगी (Chronicle Section) सहायक आचार्य श्री दिनेश कुमार (पहाड़ी अनुभाग) सहायक आचार्य श्रीमती मोल्लम डोलमा (हिन्दी अनुभाग) सहायक आचार्य श्री सुदेश तोमर (योजना अनुभाग), सहायक आचार्य डॉ. राजन कौशल (अंग्रेजी अनुभाग) तथा महाविद्यालय के सभी गैर-शिक्षक वर्ग का आभार प्रकट करता हूँ जिनके अथक प्रयास से यह महाविद्यालय पत्रिका आप तक पहुंचा सका। मैं उन सभी विद्यार्थियों का भी आभार प्रकट करता हूँ जिन्होंने अपने लेखों के द्वारा इस पत्रिका के प्रकाशन को संभव बनाया। अन्त में आभार प्रकट करता हूँ प्रवीन स्टूडियो सराहों तथा सैनी प्रिंटिंग प्रैस नाहन का जिनका सहयोग इस पत्रिका के प्रकाशन के लिए हमें प्राप्त हुआ।

धन्यवाद।

आभार

जगमोहन ठाकुर



CSCA Office Bearers  
with Principal



CSCA Office Bearers and  
Nominated Members



Editorial Board





*Flash Back College Activities during COVID-19 Pandemic*

*Annual Prize Distribution Function 2021-22  
Prize Winners with Chief Guest*



**Annual Prize Distribution Function 2022-23**  
**Prize Winners with Chief Guest Dr. Inderjeet Singh (Retd. Principal)**



*Career Counselling and  
Other Co-curricular activities*



Collection of NSS Activities






## Fond Remembrances

*I take it as a privilege to write about the memories of my tenure at Govt. College, Sarahan (Sirmaur) for publication in the college magazine. It was a moment of joy when I got the orders to serve at Sarahan because I had heard a lot about this beautiful place and was excited to go and see for myself the serenity that prevails at this scenic destination. I had worked for four years at Haripurdhar, gaining in the process firsthand experience of Sirmaur, its rich culture, its geography and the sterling qualities of its people. My stay at Haripurdhar, more specifically and the sterling qualities of its people. My stay at Haripurdhar, more specifically, in the temple complex of Ma Bhangayani, was memorable and I still cherish the beautiful moments I spent amidst the towering hills and amazingly simple people of this region. So, the opportunity to work again in Sirmaur brought cheers to me and I began to look forward to my new role in happy anticipation.*

*I joined GC Sarahan on May 9th, 2017 on promotion as Principal of this newly-established college. On arrival in Sarahan, I noticed that it was a small town, bustling with activities. Located right in the heart of the city, the college was functioning from within the sprawling premises of a Government Senior Secondary School. I immediately fell in love with the college and the town. As the days passed, their charm kept growing on me. The huge playground and the presence of so many school students studying, playing, and enjoying the sunshine together made the campus very vibrant. The enormous goodwill and mutual cooperation that I observed between the college staff and school administration made working here a joyful and rewarding experience.*

*No less important was the support I got from my staff in running the college smoothly. Since we had a limited number of rooms at our disposal, the Principal and staff shared space in a relatively big room. As a result of physical proximity, it was natural that we interacted a lot amongst ourselves. The teachers were passionate about their work and went out of their way in grooming the students in every conceivable way. One of the most academically satisfying experience was the impromptu discussion that happened almost on a regular basis after the classes were over. Gradually, it became a routine and continued for many months; its frequency declined after some teachers were transferred but it never stopped. Another precious memory that I still cherish relates to the opportunity I got to interact with students on a number of occasions. Since I was more inclined towards teaching than administration, I used every opportunity to meet and interact with*



*students on a variety of topics. I believe the students also enjoyed these sessions because it afforded them an opportunity to open up and explore a wide range of subjects, beyond their routine academic courses.*

*Not only were the students sincere, committed, and ever-willing to learn, the local people, including parents whose wards were studying in the college, were equally supportive. They were convinced that the teachers serving in colleg were motivated and had the competence to give wings to their children's dreams. They came forward with suggestions and offered whole-hearted support in organizing important activities in the college.*

*It would not be an exaggeration if I say that my stay at Sarahan was unforgettable. The bond I forged with the college and the town is still intact through its visionary Principal Sh. Hemant Kumar, members of the staff, students and some local people. I wish to see this college, which has now moved to its own beautiful campus, grow into a prominent institution of this region. I would feel fortunate if I could be of any help in making this college what it is destined to be.*

**Praveen Kumar**  
*Former Principal*



# अभिव्यंजना

2022-23



*Chronicle  
Section*

Staff Editor  
Dr. Sudhyan Negi



# Chronicles

Session 2014-15 to 2021-22

1. राजकीय महाविद्यालय का शुभारंभ 12 जून 2014 को हुआ तथा दो संकाय, कला स्नातक तथा वाणिज्य स्नातक में प्रथम वर्ष के लिए प्रवेश दिया गया और सत्र 2014 - 15 के लिए कुल 76 विद्यार्थियों जिसमें 52 छात्राएँ और 24 छात्रों ने महाविद्यालय में दाखिला लिया। महाविद्यालय का संचालन राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक पाठशाला सराहा के भवन में शुरू हुआ। कला संकाय में विषय इतिहास, राजनीति शास्त्र, समाजशास्त्र, हिन्दी तथा अंग्रेजी शुरू किए गये। 12 जून 2014 को डॉ. इन्द्रजीत सिंह ने प्रथम प्राचार्य के रूप में पदभार ग्रहण किया।
2. शैक्षणिक सत्र 2015 - 16 में कुल 187 विद्यार्थियों ने महाविद्यालय में प्रवेश लिया जिसमें 63 छात्र एवं 124 छात्राएँ थी।
3. 22 नवम्बर 2015 को राजकीय महाविद्यालय सराहा के भवन का शिलान्यास श्री वीरभद्र सिंह (माननीय मुख्यमंत्री, हिमाचल प्रदेश के कर कमलों द्वारा सराहा के निकट गांव टिककर में सम्पन्न हुआ।
4. शैक्षणिक सत्र 2016 - 17 में महाविद्यालय में विद्यार्थियों की कुल संख्या 288 थी जिसमें 90 छात्र और 198 छात्राएँ थी। इस सत्र में महाविद्यालय में तीनो कक्षाएँ कला और वाणिज्य स्नातक सभी प्रारम्भ हो गईं। 1 अप्रैल 2017 में इस विद्यालय में कला स्नातक में 48 विद्यार्थियों तथा वाणिज्य स्नातक में 17 विद्यार्थियों ने प्रथम बैच के रूप में पास आऊट किया।
5. इस सत्र में 22 नवम्बर 2016 को महाविद्यालय की प्रथम अभिभावक - शिक्षक - संघ (P.T.A.) का गठन किया गया। जिसमें डॉ. इन्द्रजीत सिंह प्राचार्य संरक्षक, श्री सोम दत्त ठाकुर प्रधान, श्री मदन लाल उपप्रधान, श्री जगदेव चन्द शर्मा सचिव, श्री विजयपाल शर्मा सह सचिव, डॉ. उर्वशी चौहान कोषाध्यक्ष, श्री मस्तराम शर्मा अंकेशक, डॉ. उत्तमा पाण्डे, श्री रमेश दत्त पराशर और श्री शम्भूनाथ को सलाहकार चुना गया।
6. शैक्षणिक सत्र 2017 - 18 में कुल 277 विद्यार्थियों ने प्रवेश लिया जिसमें 84 छात्र तथा 193 छात्राएँ थी। प्राचार्य डॉ. इन्द्रजीत सिंह का 9 मई 2017 को स्थानान्तरण होने के बाद श्री प्रवीण कुमार ने प्राचार्य के रूप में कार्यभार ग्रहण किया।
7. अप्रैल 2018 को राजकीय महाविद्यालय का प्रथम वार्षिक पारितोषिक वितरण समारोह का आयोजन किया गया जिसमें मुख्य अतिथि के रूप में श्री सुरेश कश्यप माननीय विधायक पच्छाद निर्वाचन क्षेत्र सादर उपस्थित रहे।
8. शैक्षणिक सत्र 2018 - 19 में 344 विद्यार्थियों ने महाविद्यालय में प्रवेश लिया जिसमें 109 छात्र तथा 235 छात्राएँ थी। इस सत्र में महाविद्यालय में दो अन्य विषय भूगोल तथा संगीत (वाद्य) शुरू किए गये। 8 अप्रैल 2019 को महाविद्यालय का दूसरा वार्षिक पारितोषिक वितरण समारोह आयोजित किया गया। जिसके मुख्य अतिथि महाविद्यालय के प्राचार्य श्री प्रवीण कुमार थे।
9. शैक्षणिक सत्र 2019 - 20 में महाविद्यालय में विद्यार्थियों की कुल संख्या 375 रही जिसमें 102 छात्र तथा 273 छात्राएँ थी। 30 अगस्त 2019 को श्री हेमन्त कुमार ने प्राचार्य के रूप में पदभार ग्रहण किया। 8 मार्च 2020 को राजकीय महाविद्यालय सराहा का तृतीय वार्षिक पारितोषिक वितरण समारोह आयोजित किया गया, जिसके मुख्य अतिथि श्री सुरेश कश्यप माननीय सांसद शिमला संसदीय चुनाव क्षेत्र तथा श्रीमती रीना कश्यप माननीय विधायक पच्छाद निर्वाचन क्षेत्र उपस्थित रहे।
10. सत्र 2020 - 21 में कुल विद्यार्थियों की संख्या 427 थी जिसमें 153 छात्र तथा 274 छात्राएँ थी। दिनंक 03 सितम्बर 2021 को माननीय मुख्यमंत्री हिमाचल प्रदेश श्री जयराम ठाकुर द्वारा नव निर्मित भवन का उद्घाटन किया गया तथा इस सत्र में नये भवन में कक्षाओं का विधिवत संचालन शुरू हुआ। महाविद्यालय में दो खण्ड है। प्रशासनिक खण्ड व शैक्षणिक खण्ड। नए भवन में विद्यार्थियों के लिए Wifi सुविधा, स्मार्ट शिक्षा कमरा (Smart Class Room), समारोह कमरा (Conference Room) इत्यादि आधुनिक सुविधाएँ प्रदान की गईं। 21 मार्च 2022 को चतुर्थ वार्षिक पारितोषिक वितरण समारोह का आयोजन किया गया तथा श्री बलदेव भण्डारी माननीय अध्यक्ष हिमाचल प्रदेश राज्य कृषि विपणन बोर्ड बतौर मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे।

# Chronicle

Session 2022-23

- शैक्षणिक सत्र 2022 - 23 के लिए महाविद्यालय में online प्रवेश प्रक्रिया 11 जुलाई 2022 से प्रारम्भ हुई। इस सत्र में कुल 358 विद्यार्थियों ने प्रवेश लिया जिसमें 121 छात्र तथा 237 छात्राएं हैं।
- 1 अगस्त 2022 को राजकीय महाविद्यालय सराहा में प्रथम वर्ष के विद्यार्थियों के लिए Induction Programme आयोजन किया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राचार्य श्री हेमन्त कुमार ने सभी प्राध्यापकों का नए विद्यार्थियों से परिचय करवाया तथा महाविद्यालय की शैक्षणिक गतिविधियों तथा अन्य प्रकार की विभिन्न Co-curricular Activities का विस्तार से वर्णन किया। महाविद्यालय में उपलब्ध विभिन्न सुविधाओं तथा अनुशासन पालन सम्बन्धी जानकारी दी।
- 6 अगस्त से 15 अगस्त 2022 के अन्तर्गत आजादी की 75वीं वर्षगांठ के तहत आजादी का अमृत महोत्सव मनाया गया। हर घर तिरंगा अभियान के अंतर्गत विभिन्न गतिविधियों जैसे नारा लेखन, पोस्टर मेकिंग, रंगोली, भाषण, सांस्कृतिक कार्यक्रम में एकल नृत्य, सामूहिक नृत्य, एकल गायन, कविता पाठ व रैली का आयोजन किया गया।
- दिनांक 6 अगस्त, 2022 को श्री दिनेश कुमार सहायक आचार्य राजनीति शास्त्र ने आजादी का अमृत महोत्सव के अन्तर्गत "भारत की ध्वज संहिता" विषय पर व्याख्यान दिया। इसी कड़ी में सहायक आचार्य इतिहास श्री संदीप कुमार ने "भारतीय राष्ट्रीय ध्वज की ऐतिहासिक पृष्ठभूमि तथा विकास के विभिन्न चरणों" विषय पर विस्तृत व्याख्यान दिया।
- 8 अगस्त, 2022 को महाविद्यालय के समाजशास्त्र विभाग के सहायक आचार्य डॉ. सुद्यान नेगी ने "समाज में राष्ट्रीय ध्वज की प्रासंगिकता" विषय पर व्याख्यान दिया। Sub Divisional Ayurvedic Medical Officer पच्छाद डॉ. मंजू शर्मा तथा आयुर्वेदिक चिकित्सक डॉ. नितिका शर्मा ने इसी कार्यक्रम में युवाओं के पोषण एवं स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं पर विद्यार्थियों को विस्तृत जानकारी दी।
- 8 अगस्त 2022 को शैक्षणिक सत्र 2022 - 23 के लिए अभिभावक - अध्यापक संघ का गठन किया गया। जिसमें श्री राजेश जिंदल को सर्वसम्मति से पुनः अध्यक्ष तथा श्री सुरेश कुमार को पुनः उपाध्यक्ष मनोनीत किया गया।
- 13 अगस्त 2022 को NSS के स्वयंसेवियों द्वारा महाविद्यालय भवन के आसपास पौधा रोपण किया गया।
- 15 अगस्त 2022 को राजकीय महाविद्यालय के प्रांगण में प्राचार्य श्री हेमन्त कुमार द्वारा ध्वजारोहण किया गया जिसमें सभी शिक्षक, गैर शिक्षक एवं विद्यार्थीगण उपस्थित रहे।
- 5 सितम्बर 2022 को महाविद्यालय में अध्यापकों के सम्मान हेतु विद्यार्थियों द्वारा अध्यापक दिवस का आयोजन किया गया।
- 8 सितम्बर 2022 को NSS की इकाई के स्वयंसेवियों ने वामन द्वादशी मेले में सामूहिक नृत्य में हिस्सा लिया।
- 22 सितम्बर 2022 को महाविद्यालय में फोटोयुक्त मतदाता सूचियों के विशेष संक्षिप्त पुनरीक्षण 2022 कार्यक्रम के तहत उपमण्डलीय निर्वाचन कार्यालय - 55 पच्छाद के सौजन्य से SVEEP कार्यक्रम का आयोजन किया जिसकी अध्यक्षता SDM सराहा श्री संजीव धीमान ने की।
- 24 सितम्बर 2022 को NSS के स्थापना दिवस के अवसर पर स्वयंसेवियों ने राष्ट्रीय सेवा योजना के लक्ष्य व महत्व पर प्रकाश डाला तथा कई सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए। प्राचार्य श्री हेमन्त कुमार मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे।
- 30 सितम्बर 2022 को महाविद्यालय के भूगोल विभाग द्वारा "आपदा जोखिम में कमी" विषय पर ऑनलाईन सेमिनार जो कि NIDM संस्थान द्वारा आयोजित किया गया था जिसमें प्राध्यापकों एवं विद्यार्थियों ने भाग लिया।
- 12 अक्टूबर 2022 को NSS की इकाई ने "Clean India 2.0 कार्यक्रम" के तहत नेहरू युवा केन्द्र नाहन की सराहा इकाई के साथ मिलकर महाविद्यालय व आसपास के क्षेत्र में सफाई अभियान चलाते हुए लगभग 5 किलोग्राम प्लास्टिक इकट्ठा किया।

- 17 अक्टूबर 2022 को NSS इकाई द्वारा 'Clean India 2.0 Programme' कड़ी के तहत राष्ट्रीय उच्च मार्ग 907 - ए के आसपास के क्षेत्रों में सफाई अभियान चलाते हुए लगभग 10 किलोग्राम प्लास्टिक इकट्ठा किया व उसका निस्तारण किया।
- 14 नवम्बर 2022 को NSS इकाई द्वारा महाविद्यालय में बाल दिवस मनाया गया।
- 21 नवम्बर 2022 को महाविद्यालय में रोड़ सेफ्टी सप्ताह के तहत सहायक आचार्य सुदेश कुमार के निर्देशन में सड़क सुरक्षा संबंधी नियमों के प्रति विद्यार्थियों को जागरूक किया।
- 26 नवम्बर 2022 को राजकीय महाविद्यालय सराहां के राजनीति शास्त्र विभाग ने नेहरू युवा केन्द्र नाहन के साथ मिलकर संविधान दिवस का आयोजन किया। इसमें प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया जिसमें राजकीय महाविद्यालय भरली, राजकीय महाविद्यालय पन्नौता व राजकीय महाविद्यालय नाहन ने भाग लिया। "भारत लोकतंत्र की जननी" विषय पर राजनीतिशास्त्र के सहायक आचार्य श्री दिनेश कुमार ने व्याख्यान दिया।
- 1 दिसम्बर 2022 को विश्व एड्स दिवस पर महाविद्यालय में Red Ribbon Club के द्वारा जागरूकता अभियान कार्यक्रम आयोजित किया गया। डॉ. सन्दीप शर्मा BMO पच्छाद ने विद्यार्थियों को एड्स जागरूकता पर व्याख्यान दिया। इस अवसर पर पोस्टर मेकिंग, रंगोली व प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन भी किया गया। अन्त में विद्यार्थियों द्वारा एड्स जागरूकता रैली निकाल कर लोगों को जागरूक किया गया।
- 28 दिसम्बर 2022 को महाविद्यालय में सशस्त्र सेना ब्रंडा दिवस मनाया गया तथा विद्यार्थियों एवं प्राध्यापकों को ब्रडे वितरित किए गये।
- 10 फरवरी 2023 को महाविद्यालय सराहां की Career Counselling Unit द्वारा विद्यार्थियों के लिए सेमिनार का आयोजन किया गया जिसमें Sunstone Eduvarsity, Gurugram से आए Resource Person Sh. Robil Sahani ने MBA, BBA, BCA आदि व्यावसायिक विषयों पर विद्यार्थियों को प्रेरित किया।
- 23 फरवरी 2023 को महाविद्यालय सराहां की NSS इकाई द्वारा मादक द्रव्यों के सेवन, दवाओं की रोकथाम तथा अवैध तस्करी विषयों पर नारा लेखन एवं पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया।
- 25 फरवरी 2023 को महाविद्यालय की Career Counselling and Guidance Cell तथा Nehru Yuva केन्द्र नाहन के संयुक्त तत्वाधान में विद्यार्थियों के लिए Career Guidance पर कार्यक्रम आयोजित किया। इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि समाजशास्त्र के सेवानिवृत्त प्राध्यापक डॉ. बी. पी. बडोला रहे। उन्होंने "A discourse on the Roots of Knowledge" तथा "Challenges of Modernisation in India and the Youth" विषयों पर व्याख्यान प्रस्तुत किए। अन्त में नेहरू युवा केन्द्र की तरफ से सभी को जल जीवन मिशन पर शपथ दिलाई गई।
- दिनांक 1 मार्च 2023 से महाविद्यालय की Career Counselling and Guidance Cell तथा Chitkara University के संयुक्त तत्वाधान में महाविद्यालय के Out going B.A. III तथा B.Com III वर्ष के विद्यार्थियों के लिए एक व्याख्यान का आयोजन किया गया जिसका विषय "Career Counselling and goal setting after graduation" था। चितकारा यूनिवर्सिटी के Pro. Vice Chancellor Professor K.D.S. Bedi ने अपना व्यक्तित्व देते हुए विद्यार्थियों को अपना उद्देश्य बनाने के लिए महत्वपूर्ण सुझाव दिए।
- 6 मार्च 2023 को Eco Club के तत्वाधान में डॉ. सुध्यान नेगी ने महाविद्यालय के छात्रों को पर्यावरण संरक्षण के बारे में विस्तृत जानकारी दी।
- 14 मार्च 2023 को राजकीय महाविद्यालय सराहां ने अपना पाँचवां वार्षिक पारितोषिक वितरण समारोह का आयोजन किया जिसमें मुख्य अतिथि के रूप में डॉ. इंद्रजीत सिंह Retired Principal तथा संस्थापक व पूर्व प्राचार्य राजकीय महाविद्यालय सराहां उपस्थित रहे।
- 28 व 29 मार्च 2023 को महाविद्यालय के Road Safety Club के द्वारा महाविद्यालय के प्रांगण से शुरू करते हुए सराहां मुख्य बाजार तक सड़क सुरक्षा जागरूकता रैली का आयोजन किया गया। जिसमें महाविद्यालय के सभी विद्यार्थियों तथा शिक्षकों ने हिस्सा लिया और लोगों को बढ़ती सड़क दुर्घटनाओं के प्रति जागरूक किया।

# अभिव्यंजना

2022-23

## हिन्दी अनुभाषा

प्राध्यापिका सम्पादक :  
मोल्लम डोलमा  
सहायक आचार्य  
हिंदी

छात्रा सम्पादक :  
पायल शर्मा  
बी. ए. प्रथम वर्ष  
रोल नं. 22268



## सम्पादकीय

यह अत्यंत हर्ष का विषय है कि राजकीय आदर्श महाविद्यालय सराहों सत्र 2022-23 के लिए अपनी प्रथम वार्षिक पत्रिका 'अभिव्यंजना' का प्रकाशन करने जा रहा है। महाविद्यालय की पत्रिका विद्यार्थियों की साहित्यिक, सृजनात्मक, काल्पनिक एवं उन्मुक्त वैचारिक चिंतन की अभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम है।

इस पत्रिका के माध्यम से विद्यार्थी अपने परिवेश से अपने अनुभव को, अपने मनोभावों, सवेदनाओं एवं अपनी अनुभूतियों को अपनी रचना का मुख्य स्वर बनाकर अभिव्यक्ति करता है। इस पत्रिका में छात्र-छात्राओं की स्वरचित रचनाएँ प्रकाशित हैं।

महाविद्यालय की पत्रिका विद्यार्थियों में छुपी नैसर्गिक साहित्य प्रतिभा लेखन कौशल को पल्लवित होते देखने का स्रोत है। साहित्य समाज का दर्पण होता है। परन्तु आजकल युवा पीढ़ी साहित्य के प्रति उदासीन हो रही है। युवा पीढ़ी के पास सूचना प्रौद्योगिकी के युग में साहित्य लिखने और पढ़ने के लिए समय नहीं है। यह साहित्य के लिए चिन्ता का विषय है। नई पीढ़ी अपना अधिकतर समय सोशल मीडिया पर व्यर्थ ही नष्ट कर रहे हैं, जिससे उन पर साकारात्मक कम और नकारात्मक प्रभाव ज्यादा पड़ रहा है।

आशा करती हूँ कि विद्यार्थियों में इस पत्रिका के माध्यम से साहित्य के प्रति रुचि जागृत होगी। पत्रिका में संकलित प्रत्येक रचना सकारात्मक ऊर्जा का संचार करती है। मैं उन सभी विद्यार्थियों को बधाई देना चाहती हूँ जिनके लेखों से ये पत्रिका सुशोभित हुई है। भविष्य में भी सभी विद्यार्थी इसी तरह से प्रयासरत रहेंगे और अपने महाविद्यालय एवं अपने माता-पिता का नाम रोशन करेंगे। वार्षिक पत्रिका के सफल प्रकाशन के लिए मैं हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ जापित करती हूँ।

मोल्लम डोलमा  
प्राध्यापिका सम्पादक  
हिन्दी अनुभाग

## सिरमौर के इतिहास का संक्षिप्त परिचय

ब्रिटिश काल में भारत विभिन्न रियासतों में विभाजित था। भारत विभाजन के पश्चात् भारत में 565 रियासतें विद्यमान थीं। सिरमौर भी इन रियासतों में से एक था। यमुना तथा सतलुज नदियों के मध्य फैले पर्वतीय क्षेत्र में बुशहर के पश्चात् सिरमौर का महत्त्वपूर्ण स्थान रहा है। प्राचीन काल में यह राज्य दक्षिण में उत्तर प्रदेश के मैदानों से लेकर उत्तर में सतलुज की सहायक नदी नोगड़ी तक और पूर्व में पिंजौर तक फैला हुआ था। परंतु मध्य - काल में इसकी सीमायें सिकुड़ कर रह गईं।

### सिरमौर का नामकरण :-

सिरमौर के प्राचीन निवासी कुलिंद थे। कुलिंद राज्य मौर्य साम्राज्य के शीर्ष पर स्थित था। जिस कारण इसे सिरमौर्य की संज्ञा दी गई जो कालांतर में सिरमौर बन गया। अन्य इतिहासकारों के अनुसार राजा रसालू के पूर्वज का नाम सिरमौर था, इसलिए राज्य का नाम सिरमौर रखा गया।

### सिरमौर की स्थापना :-

रंजौर सिंह की पुस्तक के अनुसार सिरमौर रियासत का नाम सुलोकिना था। इसकी स्थापना 1139 ई. में जैसलमेर के राजा सातवाहन के पुत्र राजा रसालू ने की थी। उसकी राजधानी 'सिरमौर तारा' थी। एक अन्य जनश्रुति के अनुसार राजा मदन सिंह ने जादू टोना करने वाली स्त्री को धोखा देकर गिरी नदी में मरवा दिया था। स्त्री के शाप से गिरी नदी के बाढ़ में रियासत बह गई और उसका कोई उत्तराधिकारी जीवित नहीं बचा जिसके बाद जैसलमेर के सातवाहन द्वितीय ने अपने तीसरे पुत्र हांसू और उसकी गर्भवती रानी को सिरमौर भेजा। हांसू की रास्ते में मृत्यु के बाद गर्भवती रानी ने सिरमौरी ताल के टौका में पलाश के वृक्ष के नीचे राजकुमार को जन्म दिया जिसका नाम 'पलासू' रखा गया तथा राजवंश का नाम 'पलासिया' कहा जाने लगा। 1934 ई. के गजेटियर ऑफ सिरमौर के अनुसार जैसलमेर के राजा उग्रसेन (सातवाहन द्वितीय) हरिद्वार तीर्थयात्रा पर आये। सिरमौर की गद्दी खाली देख उन्होंने अपने पुत्र शोभा रावल (सुभंश प्रकाश) को रियासत की स्थापना के लिए भेजा। शोभा रावल ने 1195 ई. में 'राजवन' को सिरमौर रियासत की राजधानी बनाया और सिरमौर रियासत की स्थापना की।

### सिरमौर के राजा तथा उनका शासन काल :-

#### - राजा मल्ले प्रकाश (1199 - 1217) :-

सुभंश प्रकाश की 1199 ई. में मृत्यु होने के बाद मल्ले प्रकाश राजा बने। उनके शासनकाल में सिरमौर की सीमाएं गढ़वाल, भागीरथी, श्रीनगर और नारायणगढ़ तक फैल गईं। उन्होंने भागीरथी नदी के पास 'मालदा किले' पर कब्जा कर उसका नाम 'माईदेवल' रखा।

#### - राजा उदित प्रकाश (1217 - 1227 ई.) :-

उदित प्रकाश दो दशक तक 'राजवन' से राज करता रहा। राजवन राजधानी दून घाटी (पांबटा) में स्थित थी। उदित प्रकाश ने 1219 ई. में सिरमौर रियासत की राजधानी राजवन से 'कालसी' में स्थानांतरित की। राजा उदित प्रकाश के पश्चात् राजा कोल प्रकाश (1227 ई. - 1239 ई.); राजा सुमेट प्रकाश (1239 - 1248 ई.) तक शासन किया।

#### - राजा सूरज प्रकाश (1248 - 1259 ई.) :-

सूरज प्रकाश ने जुब्बल, बालसन, कुमारसेन, घुण्ड, सारी, ठियोग, रावी और कोटगढ़ को अपने अधीन कर लगान वसूल किया। सूरज प्रकाश ने सिरमौर रियासत की राजधानी रतेश से पुनः कालसी में स्थापित की जिसे राजा सुमेट ने बदला था। सूरज प्रकाश के उपरांत पदम प्रकाश (1259 - 1271 ई.); कर्ण प्रकाश (1271 - 1286 ई.); अस्वंड प्रकाश (1286 - 1297 ई.); बुद्धि प्रकाश (1297 - 1320 ई.); अचल प्रकाश (1320 - 1333 ई.); वीरसाल प्रकाश (1333 - 1354 ई.); सातब्राह्मण प्रकाश (1354 - 1374 ई.); राजा भक्त प्रकाश (1374 - 1386 ई.); वीर प्रकाश (1388 - 1398 ई.) सिंहासन पर बैठे।

- राजा नेकट प्रकाश (1398 ई. - 1414 ई.) :-

नेकट प्रकाश ने रियासत की राजधानी गिरी नदी के तट पर "नेरी गाँव" में स्थापित की। गर्वप्रकाश (1414 - 1432 ई.) ने रियासत की राजधानी नेरी से 'जोगड़ी किले' में स्थापित की। ब्रह्म प्रकाश (1432 - 1446 ई.) ने रियासत की राजधानी पच्छाद के 'देवठल' में स्थापित की। हंस प्रकाश (1446 - 1471 ई.) ने 25 वर्ष तक शासन किया तथा 'कोट देवठल' को राजधानी बनाए रखा। नेकट प्रकाश के पश्चात् रत्न प्रकाश (1471 - 1495 ई.); पृथ्वी प्रकाश (1495 - 1522 ई.); बाहुबल प्रकाश (1522 - 1538 ई.); धर्म प्रकाश (1538 - 1570 ई.); दीप प्रकाश (1570 - 1585 ई.); भक्त प्रकाश (1585 - 1605 ई.); बुद्धि प्रकाश (1605 - 1615 ई.); कर्म प्रकाश (1616 - 1630 ई.); मनघाता प्रकाश (1630 - 1684 ई.) तक शासन किया।

- राजा मेदनी प्रकाश (1614 - 1704 ई.) :-

मेदनी प्रकाश के शासन काल में गुरुगोविंद सिंह नाहन और पॉवटा आए। पोंटा साहिब में गुरुगोविंद सिंह 1684 - 1688 ई. तक रहे और भगानी साहब का युद्ध लड़ा। मेदनी प्रकाश ने नाहन में 1681 ई. में जगन्नाथ मंदिर का निर्माण करवाया। मेदनी प्रकाश के पश्चात् राजा हरि प्रकाश (1704 - 1712 ई.); राजा भूप प्रकाश (1712 ई.); राजा विजय प्रकाश (1713 - 1749 ई.); राजा प्रताप प्रकाश (1749 - 1757 ई.); राजा कीरत प्रकाश (1757 - 1773 ई.); राजा जगत प्रकाश (1773 - 1792 ई.); राजा धर्म प्रकाश (1792 - 1796 ई.) तक शासन किया।

- राजा कर्म प्रकाश (1796 - 1815 ई.) :-

कर्म प्रकाश के शासनकाल में मेहता प्रम सिंह वजीर की मृत्यु के बाद रियासत में घरेलू विद्रोह होने लगे। कर्म प्रकाश परिवार के साथ 1803 ई. में क्यारदा दून के काँगड़ा जिले में रहने लगे। उन्होंने विद्रोह को दबाने के लिए गोरखों को आमंत्रित किया। रंजोर सिंह (अमर सिंह थापा का पुत्र) ने 1809 ई. में सिरमौर रियासत को अपने अधीन कर लिया। रंजोर सिंह ने 'जातक दुर्ग' का निर्माण करवाया। कर्म प्रकाश अपनी मृत्यु तक अंबाला में शरण लेकर रहा। कर्म प्रकाश के पश्चात् फतेह प्रकाश (1815 - 1850 ई.); रघुवीर प्रकाश (1850 - 1856 ई.); शमशेर प्रकाश (1856 - 1898 ई.); सुरेंद्र विक्रम प्रकाश (1898 - 1911 ई.); अमर प्रकाश (1911 - 1933 ई.) ने शासन किया।

- राजेंद्र प्रकाश (1933 - 1948 ई.) :-

राजेंद्र प्रकाश सिरमौर रियासत के अंतिम शासक थे। राजेंद्र प्रकाश के समय सिरमौर प्रजामंडल की स्थापना 1937 ई. में और पञ्जाब आंदोलन 1942 ई. में हुआ। पञ्जाब आंदोलन में "किसान सभा" का गठन हुआ जिसका सभापति लक्ष्मी सिंह तथा सचिव वैद्य सूरत सिंह को चुना गया। 13 मार्च 1948 ई. को महाराजा राजेंद्र प्रकाश ने विलय पत्र पर हस्ताक्षर कर दिए। इस प्रकार सिरमौर 15 अप्रैल 1948 को हिमाचल प्रदेश का जिला बना।

नैना

बी.ए. तृतीय वर्ष

रोल नं. 20253

## पच्छाद विधानसभा क्षेत्र-एक परिचय

सिरमौर हिमाचल प्रदेश का एक जिला है जिसका मुख्यालय नाहन में है। हिमाचल प्रदेश में विधानसभा की 68 सीटें हैं जिसमें से 5 सीटें सिरमौर जिले में हैं तथा पच्छाद इसमें से एक है। हिमाचल प्रदेश में विधानसभा का कार्यकाल दिसम्बर 2022 को समाप्त हुआ व नए विधानसभा चुनाव के लिए 12 नवम्बर को हिमाचल प्रदेश के सभी मतदान केंद्रों पर वोट डाले गए। निःसंदेह मैंने भी पहली बार अपने मत का उपयोग इसी विधानसभा में किया। इस बार पच्छाद विधानसभा चुनावों की संपूर्ण चुनावी प्रक्रिया राजकीय महाविद्यालय सराहा के प्रांगण में पूर्ण की गई और इसी वर्ष हमारे राजकीय महाविद्यालय सराहा की प्रथम वार्षिक पत्रिका भी प्रकाशित होने जा रही है जिससे मेरे मन में जिज्ञासा उत्पन्न हुई कि मैं भी अपने पच्छाद विधानसभा क्षेत्र के बारे में लेख लिखूं।

सबसे पहले मैं आपको पच्छाद हिमाचल प्रदेश की भौगोलिक परिस्थिति के बारे में सक्षिप्त में बताना चाहूंगी जो इसे ओर भी सुंदर बनाती है। इसकी सीमाएं उत्तर में शिमला जिला, पश्चिम में सोलन, पूर्व में नाहन व रेणुका तथा दक्षिण में हरियाणा राज्य के साथ लगती हैं। पच्छाद को गिरी नदी दो भागों में बांटती है, गिरीपार और गिरीआर क्षेत्र। पच्छाद विधानसभा दो उपमंडलों में बंटी है जिसमें सराहा व राजगढ़ शामिल हैं। हिमाचल प्रदेश में पहली बार 1951 में विधानसभा चुनावों में पच्छाद क्षेत्र के श्री यशवंत सिंह परमार (कांग्रेस) विधायक पद के लिए चुने गए। हिमाचल प्रदेश में पहली बार मुख्यमंत्री चुने जाने वाले नेता भी यही थे। उसके बाद श्री जीवणु सिंह (1967) में विधायक रहे। 1972 में श्री जालम सिंह (कांग्रेस) को विधायक का दर्जा मिला। 1977 में श्री राम जख्मी (जनता पार्टी) से विधायक बने।

करीब 7 बार 1982, 1985, 1990, 1993, 1998, 2003, 2007 तक कांग्रेस के श्री गंगूराम मुसाफिर विधायक पद पर रहे। 2012 व 2017 में पच्छाद विधानसभा क्षेत्र से भाजपा प्रत्याशी श्री सुरेश कश्यप ने चुनावों में जीत हासिल की। 2019 के लोकसभा चुनाव में श्री सुरेश कश्यप को शिमला संसदीय क्षेत्र से सांसद के लिए चुना गया। जिसके कारण पच्छाद विधानसभा की सीट रिक्त हो गई। जिस कारण 2019 में पच्छाद विधानसभा के लिए उप-चुनाव करवाये गए जिसमें श्रीमती रीना कश्यप को विधायक चुना गया। 8 दिसम्बर 2022 को पच्छाद विधानसभा के चुनाव के नतीजों की घोषणा हुई, जिसमें भारतीय जनता पार्टी की प्रत्याशी श्रीमती रीना कश्यप ने 3857 वोटों से जीत हासिल कर कांग्रेस की प्रत्याशी श्रीमती दयाल प्यारी को पराजित किया। हिमाचल प्रदेश विधानसभा के नतीजों के मुताबिक कांग्रेस ने 40 सीटें जीतकर बहुमत हासिल कर अपनी सरकार बनाई व श्री सुखविंदर सिंह सुक्खू हिमाचल प्रदेश के मुख्यमंत्री बने। लेकिन 2022 के विधानसभा चुनाव का सबसे रोचक पहलू यह है कि विधानसभा में एक ही महिला विधायक पच्छाद की रीना कश्यप विधानसभा में पहुंची हैं।

सविता  
बी.ए. तृतीय वर्ष  
रोल नं. 20228



## भारत की बेटी 'कल्पना चावला'

चाहे तो क्या नहीं कर सकती हैं बेटियाँ ?

कल्पना जैसे देश का सर ऊँचा कर सकती हैं बेटियाँ ॥

गई थी अंतरिक्ष में एक परी हिंदुस्तान से,  
आसमां था सपना उसका, गई थी दूँढने भेद अनजान से,  
ले भी आई थी जवाब कितने सवालों के नीले आसमान से,  
उतर रहा था काफिला ज़मीन पर बड़ी शान से ॥

आग का गोला निकला यकायक कोलंबिया यान से,  
मौत का था वह फैसला, कौन लड़ सकता है भगवान से ?  
होनी का था फैसला, सब बेबस और हैरान से ॥

पर आ जाए तो सामने तो मैं पूछूँ उस भगवान से,  
नेक बंदों को ही क्यों बुलावा भेजे आसमान से ?  
क्यों परोपकार का एक ओर पुतला उठा बिया जहान से ?  
स्वागत गीत बदल हाले दर्द अशक की अजान में,  
जिंदगी क्या रूठी कल्पना से, रूठी तकवीर हिंदुस्तान से ॥

भारतीय नारी का गौरव बढ़ा गई कल्पना आत्म बलिदान से,  
आसमां की दीवानी गले लग कर ही रही, देखो आसमान से,  
याद तेरी आए बहुत, भरना नामुमकिन तेरी कमी को,  
लगा जैसे कह रही हो तुम, पौधों नादानों अशक नमी को,  
मानवता के लिए मिटने वाले कभी मरते नहीं,  
शहीदों के लिए यारो कभी आंखें भरते नहीं ॥



ज्योति ठाकुर  
बी. ए. प्रथम वर्ष

## ज्ञान

अमेरिका में एक बीस डॉलर की कथा प्रचलित है। किसी एक आदमी ने किसी गरीब ज़रूरतमंद को बीस डॉलर दे दिए और कहा भाई ! जब तेरा काम पूरा हो जाए तब लौटा देना। उस आदमी ने 20 डॉलर से व्यापार शुरू किया। प्रभु कृपा से काम बहुत अच्छा हो गया। कुछ दिनों बाद उसे याद आया वह बीस डॉलर उसे वापिस करना है। देने वाला तो भूल चुका था। उसने उसे याद दिलाया कि आपने मेरी सहायता की थी, मैं उन्हें वापस करने आया हूँ। आज मैं अपने आप समर्थ हो गया हूँ।

जब उसने बीस डॉलर लौटाए तब उधार देने वाले ने कहा मैंने ले लिए आपने मुझे दे दिए हैं। मेरी ओर से फिर से आप इन्हें हाथ में ले लो। तुम्हें कोई मजबूर ज़रूरतमंद दिखाई दे, सही वक्त हो, उसे बीस डॉलर पकड़ा देना। जब वह आदमी अपने पाँव पर खड़ा हो जाए और तुम्हें पैसे लौटाने आए उससे लेना नहीं, उससे कहना कि अगर तुम्हें भी आगे कोई ज़रूरतमंद मिले उसे दे देना। इस तरह से यह क्रम जारी रहना चाहिए। अब भी वह 20 डॉलर किसी न किसी की सहायता करते घूम रहे हैं। कितने पवित्र भाव से दिए गए थे। उससे न जाने कितनों का भला हो रहा है।

साक्षी शर्मा  
बी.ए. प्रथम वर्ष

## भूरसिंह महादेव मंदिर

# भूर सिंह और देही देवी की कहानी

भूरसिंह महादेव या भूरेश्वर महादेव मंदिर स्थानीय देवता भूर सिंह और उनकी बहन देही देवी की याद में एक चट्टान के ऊपर बना, एक शानदार मंदिर है। यह मंदिर हिमाचल प्रदेश के सिरमौर जिले में समुद्र तल से 1870 मी. की ऊँचाई पर स्थित है। इस जगह के बारे में कुछ आध्यात्मिक और दिव्य है जिसे आप वहाँ पहुँचने पर महसूस करने के लिए बाध्य हैं। मेले को छोड़कर पूरे वर्ष इस स्थान पर बहुत कम लोग आते हैं। इस मनमोहक जगह की शांति आत्मा को सुकून देने वाली है। मंदिर दक्षिण की ओर घिन्नी घाट घाटी और उत्तर की ओर चूड़धार शिखर श्रृंखला के लुभावने दृश्य प्रस्तुत करता है।

**मिथक :-**

ऐसा माना जाता है कि भगवान शिव ने यहीं से ऐतिहासिक महाभारत युद्ध देखा था।

**भूर सिंह और देही देवी की कहानी :-**

यह भूर सिंह और उसकी बहन देही देवी की कहानी है जो पानवा गांव के एक ब्राह्मण परिवार से थी। उन्हें भट के रूप में भी जाना जाता था जो भगवान का आह्वान करने जैसे विभिन्न अनुष्ठान करते हैं। दुर्भाग्य से भूर सिंह की माँ की मृत्यु हो गई और उसके पिता ने दूसरी शादी कर ली। घर से पिता की अनुपस्थिति में सौतेली माँ भूर सिंह और उसकी बहन पर कठोर थी। एक बार उसने भूर सिंह को जंगल में भवेशी चराने के लिए भेजा और जब वह लौटा तो एक बछड़ा गायब था। इसलिए सौतेली माँ ने उसे दंड दिया और कहा कि वह घर में तभी प्रवेश कर सकता है जब वह लापता बछड़े को वापिस लाएगा। देर रात जब उसके पिता घर आए तो देखा कि उनका बेटा भूर सिंह अभी तक घर नहीं आया है तो वे जंगल चले गए। उसने देखा कि उसका बेटा उस चट्टान पर मृत पड़ा था जहाँ आज मंदिर मौजूद है।

**मिथक :-**

ऐसा माना जाता है कि अगर आपका सिक्का फँका जाए तो वह चट्टान से चिपक जाता है। आपकी एक इच्छा है। बाद में उनकी बहन देही देवी, जिनकी शादी एक आख वाले व्यक्ति से तय हुई थी, ने वैराग्य में आत्महत्या कर ली। उसकी डोली उस चट्टान से गुजरी जहाँ भूर सिंह मृत पड़ा था। वह दुःख से बुरी तरह त्रस्त थी और उसने खुद को डोली से फेंक दिया और चट्टान के ऊपर से कूद गई।

**तथ्य :-**

कथाइ, पानवा और पजेली जैसे तीन गाँवों की विवाहित महिलाओं को मंदिर में जाने की अनुमति नहीं है। वर्तमान में दोनों की पूजा भूरसिंह मंदिर में की जाती है और एक नदी 'देही नदी' है जिसका नाम देही देवी के नाम पर रखा गया है। जिसके बारे में माना जाता है कि वह उस बिंदु से निकलती है जहाँ वह चट्टान से कूदने के बाद उतरी थी। देही नदी घघर नदी की सहायक नदी है। भट परिवार से दो पुजारी हैं, भूर सिंह और देही देवी के लिए एक-एक।

हर साल दिवाली के बाद 11वें दिन (एकादशी) को यहाँ मेले का आयोजन किया जाता है। लोग दिन भर दूध और घी चढ़ाते हैं। बाद में रात में मंदिर में अकेले नृत्य करने के बाद, देही देवी की पुजारी एक ढलान वाली चट्टान पर कूद जाती है। कुछ क्षणों के लिए वहाँ खड़े होकर वह एक प्रश्न के उत्तर में एक दैवज देता है, और नहीं। इस मंदिर में कभी भी जानवरों की बलि नहीं दी जाती क्योंकि भूर सिंह दूध पर जीवित रहने के लिए माने जाते हैं। भक्त देवता के लिए प्रसाद के रूप में दूध और घी लाते हैं।

नीतिका

बी.ए. प्रथम वर्ष

## कोरोना वायरस (कोविड)

कोरोना वायरस की शुरुआत (2019-20) को चीन के वुहान शहर से हुई है। इसे (कोविड-19) का नाम भी दिया गया है। कोरोना वायरस महामारी ऐसी महामारी रही जिसका प्रभाव लगभग विश्व के सारे देशों में देखने को मिला। COVID-19 महामारी के कारण व्यापक स्तर पर जान-माल का नुकसान हुआ। कोरोना वायरस महामारी ने लाखों लोगों की जान ली है। वर्तमान समय में देखा जाए तो यह महामारी मानो पूरी तरह लुप्त नहीं है। लोग लगातार इससे प्रभावित हो रहे हैं। भारत में 30 जनवरी 2020 को कोरोना का पहला मामला दर्ज किया गया।

कोरोना वायरस जब प्रारम्भ हुआ तब लोगों ने इस पर ज्यादा ध्यान नहीं दिया। जैसे-जैसे कोरोना वायरस से लोग संक्रमित हुए और इसकी लहर बिनाशकारी रूप में पहुंची। तब कोरोना वायरस के कारण लोग व्यापक तरीके से प्रभावित हुए। (COVID-19) के दौरान डॉक्टर तथा नर्स भगवान का रूप धारण करके आए तथा अपने स्वास्थ्य तथा अपनी जान की परवाह किए बिना लोगों के लिए दिन-रात कार्य किया। COVID-19 SARS-COV-2 नामक वायरस के कारण WHO के आँकड़ों के अनुसार भारत में कोरोना वायरस के कारण 47 लाख लोगों की मृत्यु हुई है जबकि भारत सरकार के स्वास्थ्य मंत्रालय के अनुसार 5.31 लाख लोगों की मृत्यु हुई है। कोरोना वायरस चूँकि एक वायरस संक्रामक रोग है, जब यह प्रारंभ हुआ तो विश्व भर में सरकारों ने इस पर नियंत्रण करने के लिए बढि़शें लगाईं।

इसके लिए लॉकडाऊन भी लगाया गया था जिसमें किसी को भी बाहर निकलने और धूर्य घूमने की अनुमति नहीं थी जिसके कारण लोगों को घरों में ही बंद रहना पड़ा था। प्रत्येक राष्ट्र में (COVID-19) से रखा तथा बचाव करने के लिए नियम व शर्तें निर्धारित की गईं। कोरोना वायरस के दौरान कई परिवारों ने अपनों को खोया। कोरोना वायरस के कारण अमेरिका जैसे विकसित देश भी प्रभावित रहे। यहाँ पर काफी संख्या में लोग कोरोना वायरस से प्रभावित हुए। कोरोना वायरस के दौरान भारतीय लोगों में डर के साथ-साथ एकजुटता भी रही। लोगों ने मिलजुल कर इस वायरस का सामना किया है। कोरोना वायरस के कारण हुए प्रभाव व्यापक थे।

### भारत पर कोरोना वायरस के प्रभाव :

भारत में COVID-19 महामारी से निपटने के लिए तथा इसके प्रभावों को कम करने के लिए लॉकडाऊन लगाया गया जिससे लोगों को घर पर रहना पड़ा जिससे लोगों की नौकरियाँ चली गईं। जिससे लोगों को व्यापार में भी भारी नुकसान सहना पड़ा। देश की अर्थव्यवस्था अस्त-व्यस्त हो गई। इस दौरान पूरा देश बंद रहा। लॉकडाऊन के दौरान सड़क सुनसान नज़र आई। COVID-19 के लिए लोगों ने समय-समय पर सरकार की गाइडलाइन के अनुसार कार्य किया। लोग घरों पर रहे तथा लोगों ने व्यापक स्तर पर अपने आस-पास के पड़ोसियों से भी बचाव किया क्योंकि कोरोना वायरस एक संक्रामक रोग है। इसने लोगों के जीवन को बहुत प्रभावित किया। इस दौरान विद्यालय तथा महाविद्यालय बंद रहे। अतः बच्चों ने ऑनलाइन माध्यम से ही पढ़ाई की। अध्यापकों ने बच्चों को ऑनलाइन ही शिक्षा दी तथा COVID-19 से बचाव के लिए समय-समय पर बच्चों को जागरूक किया। COVID-19 के दौरान इंटरनेट के महत्त्व के बारे में हमें पता लगा। भारत सरकार ने भी समाचार, टीवी, रेडियो के माध्यम से लोगों को COVID-19 से बचाव के लिए जागरूक किया तथा लोगों का मार्गदर्शक बनकर कार्य किया। विशेषकर मोदी जी ने अपने भाषणों के माध्यम से लोगों को सतर्क करने तथा जागरूक करने का कार्य किया। सरकार ने तथा WHO (World Health Organization) ने COVID-19 से निपटने के लिए प्रयास किया। वैश्विक स्तर पर COVID-19 महामारी के कारण करोड़ों लोगों की मृत्यु हुई। इस महामारी के कारण जान का नुकसान हुआ। लोगों को अपने ब्रिडुड़ गए। COVID-19 से सुरक्षा करने के लिए सरकार द्वारा इसकी वैक्सीन के लिए कार्यक्रम तैयार किया गया। COVID-19 के दौरान सभी लोगों ने बढ़-चढ़ कर टीकाकरण करवाया। इस दौरान कोरोना वायरस का टेस्ट भी किया गया। प्रथम लॉकडाऊन 22 मार्च 2020 को लगाया गया था। COVID-19 में अलग-अलग क्षेत्रों को ऑरेंज, रेड, येल्लो जॉन में बाँटा गया था। 5 मई 2023 को WHO ने कोविड-19 को वैश्विक स्वास्थ्य आपातकाल घोषित किया है।

गौरव शर्मा  
सी.ए. तृतीय वर्ष

## चूड़धार मंदिर का इतिहास

सिरमौर की सबसे ऊँची चोटी चूड़धार है, जहाँ पर शिरगुल महाराज का प्रसिद्ध मंदिर बना हुआ है। मंदिर में स्थापित भगवान शिव को सिरमौर और चौपाल का देवता के रूप में स्थानीय लोग मानते हैं। कहा जाता है कि शिरगुल महाराज के समक्ष अपनी समस्याओं को बताने से उनका निदान मिलता है। यहाँ वर्ष भर दूर-दूर से पर्यटक घूमने आते हैं। इस देवस्थान को ट्रेकिंग के लिए भी जाना जाता है।

**चूड़धार मंदिर की कथा :-** शिरगुल महाराज मंदिर को लेकर एक पौराणिक कथा है। कहा जाता है कि भगवान शिव का एक भक्त चूरु हुआ करता था। कथा के अनुसार एक बार चूरु अपने बेटे के साथ मंदिर के दर्शन के लिए आया था। उसी समय एक बड़ा साँप चूरु और उसके बेटे को काटने के लिए आगे बढ़ा। तभी दोनों भक्तों ने भगवान शिव से अपने प्राणों की रक्षा के लिए शिव भगवान से प्रार्थना की और उसी समय एक बड़ा पत्थर उस विशालकाय साँप के ऊपर गिर गया तथा साँप उसी क्षण मर गया।

**बावड़ियों का इतिहास :-** मंदिर तक पहुँचते हुए रास्ते में एक दो बावड़ियाँ मिलती हैं। कहा जाता है कि यदि कोई भ्रष्टालु किसी भी बावड़ी से दो लोटा जल लेकर अपने सिर पर डालें तो उसकी सभी मनोकामनायें पूर्ण होती हैं। इस बावड़ी के जल से किए गए स्नान को गंगाजल की तरह पवित्र माना जाता है।

**मार्ग - प्रदर्शन :-** चूड़धार पर्वत बर्फ से घिरा रहता है। ऐसे में यहाँ आने के लिए गर्मियों का मौसम सबसे उपयुक्त है। चूड़धार पर्वत पर पहुँचने के लिए नौहराधार से होकर जाना सबसे उपयुक्त है जो कि यहाँ से 14 किलोमीटर दूर स्थित है। दूसरा रास्ता सराहन चौपाल का है। यहाँ से चूड़धार महज 6 किलोमीटर की दूरी पर है।

आशा है कि यह जानकारी आपको यहाँ आने में मदद करेगी। यह जानकारी आप अपने मित्रों, परिवार, साथियों या किसी अन्य पर्यटक के साथ साझा करें।

साक्षी पेंवार  
बी. ए. द्वितीय वर्ष

## माता रेणुका और भगवान परशुराम की कहानी

हिमाचल प्रदेश के जिला सिरमौर में स्थित रेणुका झील है जो कि एक प्राकृतिक झील है। यहाँ हर साल हिन्दू कलैण्डर के हिसाब से अक्टूबर और नवम्बर में यहाँ मेला आयोजित किया जाता है। एक बार जब माता रेणुका, जल लेने नदी पर गई तो उन्हें आने में देर हो जाती है। उनके पति ऋषि जमदग्नि होते हैं। वह यज्ञ कर रहे होते हैं और तब तक यज्ञ का समय भी समाप्त हो जाता है। तब वह क्रोधित होकर अपने बेटे को कहते हैं कि वह बिना कारण पूछे माता का सिर काट दे तब उनके चारों बेटे मना कर देते हैं फिर वह भगवान परशुराम से कहते हैं वह बिना कारण पूछे माता का सिर काट देता है। तब ऋषि जमदग्नि प्रसन्न होकर परशुराम से कहते हैं कि जो माँगना चाहते हो वह माँगो। भगवान परशुराम तीन वर माँगते हैं पहले में वह अपनी माँ को जीवित करने को कहते हैं, दूसरे में वह कहते हैं कि माँ को यह सब याद न रहे। और तीसरे वर में वह अपने भाईयों को भ्राप से मुक्ति मिलने का वर माँगें। तब एक दिन सहस्त्रबाहु जमदग्नि के आश्रम गए। उन्होंने ऋषि जमदग्नि को मार दिया और माता रेणुका का छल करना चाहते थे पर माता रेणुका भाग जाती है। वह माता को पकड़ने उनके पीछे भागता है। इससे पहले वह माता को पकड़ता है, वहाँ एक धरती फटी और माता उसमें समा गई। तब उसमें से पानी की धाराएँ निकली और वह एक स्त्री के आकार की तरह बन गई। सहस्त्रबाहु को मार कर भगवान परशुराम ने अपनी माता और पिता को जीवित करवाया। तब माता रेणुका ने परशुराम को कहा कि वह साल में से एक बार उनसे मिलने आएंगे। तब से कार्तिक मास के महीने भगवान परशुराम तपे के मन्दिर से यहाँ हर साल माँ रेणुका से मिलने आते थे। अब इस मेले को अन्तर्राष्ट्रीय मेले का दर्जा दिया गया।

नेहा शर्मा  
बी.ए. प्रथम वर्ष

## भूगोल विषय की प्रासंगिकता मेरे नजरिए से

मार्च 2020 में बारहवीं कक्षा की परीक्षा उत्तीर्ण करने के पश्चात् मैंने उच्च शिक्षा ग्रहण करने के लिए राजकीय महाविद्यालय सराहों को चुना। जून 2020 से प्रथम वर्ष में प्रवेश लेने के लिए मैं महाविद्यालय गई। मुझे स्नातक में दो विषय का चयन करना था। एक विषय मैंने इतिहास चुना क्योंकि यह मेरा बाहरवीं कक्षा में भी विषय रहा। दूसरा विषय मैंने बारहवीं कक्षा में पढ़े गए विषय से अलग चुनने का निर्णय किया। महाविद्यालय में मेरे बारहवीं में पढ़े गए विषय से अलग भूगोल, समाजशास्त्र एवं संगीत विषय का विकल्प था। इनमें से मैंने भूगोल विषय को एक मुख्य विषय (DSC-I) के रूप में लेने का निर्णय लिया, पर बहुत सारे संशय भी मन में आए कि इस विषय में क्या पढ़ा जाएगा। लेकिन जब मैंने कक्षा में इस विषय को पढ़ना शुरू किया तो विषय की एक तस्वीर मेरे मन में उभरती गई। प्रथम वर्ष में भौतिक भूगोल के महत्वपूर्ण तथ्य ज्ञात हुए जिसमें पृथ्वी की स्थलाकृति की रचना कैसे हुई है? जैसे विशाल हिमालय पर्वत एवं भारत के मैदान का बनना। ज्वालामुखी और भूकम्प जैसी घटनाएँ क्यों और कहाँ उत्पन्न होती हैं। इन सब प्रश्नों का उत्तर भूगोल के अध्ययन से हुआ। स्नातक द्वितीय वर्ष में मानव भूगोल के अन्तर्गत इस पृथ्वी पर किस प्रकार लोगों का बसाव हुआ तथा विश्व की जनसंख्या वृद्धि, घनत्व और शहरीकरण का विस्तार जैसे महत्वपूर्ण पहलुओं का ज्ञान हुआ। इसी प्रकार इस सदी के सबसे महत्वपूर्ण मुद्दों जैसे वैश्विक तापन, जलवायु परिवर्तन, पर्यावरणीय समस्या जिसमें वायु प्रदूषण, जल प्रदूषण, मृदा अवन्यन जैसे विषय की जानकारी हुई। स्नातक अंतिम वर्ष में आपदाओं के अन्तर्गत भारत में होने वाली प्राकृतिक एवं सांस्कृतिक आपदाओं जैसे भूकम्प, बाढ़, भूस्खलन, चक्रवात या सड़क दुर्घटनाओं जैसी महत्वपूर्ण आपदाएँ क्यों घटित होती हैं तथा इन आपदाओं का न्यूनीकरण एवं इनसे कैसे निपटा जा सकता है, आपदा प्रबन्धन के अध्ययन से ज्ञात हुआ। आधुनिक समय में प्रयोग होने वाली तकनीकों जैसे Remote Sensing, GIS एवं GPS जैसे महत्वपूर्ण पहलुओं को समझने का अवसर भी इस विषय से मिला। भूगोल एक व्यापक एवं व्यावहारिक विषय है, इसके अध्ययन एवं जानकारी के माध्यम से हमें दैनिक जीवन में घटित होने वाली बहुत सारी गतिविधियों को समझने में सहायता मिलती है तथा इसके साथ-साथ भूगोल का व्यापक ज्ञान हमें विभिन्न स्तर की प्रतियोगी परीक्षाओं में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

अंत में मैं इस लेख के माध्यम से यह संदेश देना चाहती हूँ कि विद्यार्थियों को यदि इस विषय की जानकारी प्राप्त करने का अवसर मिले तो भूगोल विषय का अध्ययन अवश्य करे।

आँचल शर्मा  
बी. ए. तृतीय वर्ष

## जटोली मंदिर

भारत में रहस्यमयी और प्राचीन मंदिरों की कोई कमी नहीं है। इनमें से कई मंदिरों को लोग चमत्कारी और रहस्यमयी भी मानते हैं। आज मैं आपको एक ऐसे मंदिर के बारे में बताने जा रही हूँ जिसे अगर रहस्यमयी कहें तो गलत नहीं होगा। असल में ये एक शिव मंदिर है जिसे जटोली शिव मंदिर के नाम से जाना जाता है। इस मंदिर का नाम 'जटा' से लिया गया है जो कि महादेव के लम्बे जटाओं अर्थात् बालों से संबंधित है। यह हिमाचल प्रदेश के जिला सोलन के एक गांव जटोली में है एवं सोलन से 7 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। जटोली मंदिर से लगभग 84 किलोमीटर की दूरी पर चंडीगढ़ अंतर्राष्ट्रीय अड्डा मौजूद है। इस मंदिर की ऊंचाई करीब 122 फुट तक है जिस कारण ये एशिया का सबसे ऊंचा एवं पौराणिक मंदिर है। इस विशाल मंदिर की स्थापना स्वामी कृष्णानंद परमहंस ने 1973 में की थी एवं इसे बनने में 35 वर्ष लग गए हैं। मंदिर परिसर में दाईं ओर भगवान शिव की प्रतिमा स्थापित है एवं इसके 200 मी. की दूरी पर शिवलिंग भी है। मंदिर के बिल्कुल ऊपरी छोर पर 11 फीट ऊंचे विशाल सोने के कलश की स्थापना की गई है। जटोली शिव मंदिर में भगवान शिव के अलावा माता पार्वती, गणेश, कार्तिकेय और हनुमान जी की मूर्तियां स्थापित हैं। सोलन से राजगढ़ रोड़ होते हुए भी जटोली मंदिर जाया जा सकता है एवं 100 सीढ़ियां चढ़ कर भोलेनाथ के दर्शन किए जा सकते हैं एवं मंदिर कमेटी की ओर से हर इतवार को भंडारे का आयोजन पूरे साल किया जाता है। जटोली शिव मंदिर बहुत ही आकर्षक और अनोखा मंदिर है। इस मन्दिर से जुड़ी अनेक मान्यताएँ एवं कहानियां हैं। इस मंदिर के पीछे मान्यता है कि भगवान शिव इस स्थान पर आए व कुछ समय के लिए यहां रहे थे।

ऐसा माना गया है कि स्वामी कृष्णानंद परमहंस द्वारा भगवान शिव की घोर तपस्या व त्रिशूल के प्रहार से ज़मीन से पानी निकला जिसके पश्चात् कभी भी सोलन के लोगों को पानी की समस्या का सामना नहीं करना पड़ा है। लोगों द्वारा इस पानी को चमत्कारी माना जाता है एवं मान्यता है कि इस जल में किसी भी बीमारी को ठीक करने का गुण है। इस मंदिर की विशेषता यह है कि इसका निर्माण केवल भक्तों द्वारा दिए गए दान से ही किया गया है। जटोली शिव मंदिर सोलन के लोकप्रिय पवित्र स्थानों में से एक है एवं देश दुनिया के कोने-कोने से बड़ी संख्या में आने वाले तीर्थयात्रियों के लिए यह एक बड़ा आकर्षण का केंद्र है।

पायल शर्मा  
बी.ए. प्रथम वर्ष

## “पराजय” जय की जननी है”

वह क्या समंदर को पाएगा,  
मौजों से डर कर बैठा जो,  
नौका को खेने वाला ही,  
उस पार मजिल पाएगा ।  
जो नीड़ों में बैठा डरकर,  
वह क्या उड़ान भर पाएगा,  
छिपा हार में जीत रहस्य,  
पराजित ही समझ पाएगा ।

बिल से निकलने पर ही,  
चूहा पेट भर सकता है,  
बिल में बैठा रहकर तो,  
माजरी आहार बनता है ॥

पराजय - जय की जननी है,  
ये सोच कदम उठाते जो,  
अपने कदमों की आहट से,  
सम्पूर्ण जगत हिलाते वो ॥

चक्र रूप में चलते ये सब,  
हार - जीत, सुख और दुःख,  
अडिग रहते सदैव संयम से,  
टिके न कोई उनके सम्मुख ॥

हार को जीत समझते जो,  
वे हार नहीं सकते कभी,  
बुलंद हौंसला बढ़ते आगे,  
मनाते जश्न हार का रवि ॥

रूपाक्षी कपूर  
बी.ए. द्वितीय वर्ष

## “अगर आप सोचते हैं”

अगर आप सोचते हैं कि आप हार गए हैं, तो आप हारे हैं ।  
अगर आप सोचते हैं कि आप में हौंसला नहीं,  
तो सचमुच नहीं है ॥

अगर आप जीतना चाहते हैं,  
मगर सोचते हैं कि आप नहीं जीतेगे ।  
तो निश्चित हैं कि आप नहीं जीतेगे,  
अगर आप सोचते है। कि आप हार जाएगे,  
तो आप हार चुके हैं ॥

क्योंकि हम दुनिया में देखते हैं कि,  
सफलता की शुरुआत इन्सान की इच्छा से होती है,  
ये सब कुछ हमारी सोच पर निर्भर करता है,  
अगर आप सोचते हैं कि पिछड़ गए हैं तो आप पिछड़ गए हैं ॥  
तरक्की करने के लिए आपको अपनी सोच ऊँची करनी होगी,  
कोई भी सफलता प्राप्त करने से पहले,  
आपको अपने प्रति विश्वास लाना होगा ॥  
जीवन की लड़ाईयाँ हमेशा,  
सिर्फ तेज और मजबूत लोग ही नहीं जीतते बल्कि  
आज नहीं तो कल जीतता वही आदमी है,  
जिसे यकीन है कि वह जीतेगा ॥

महक शर्मा  
बी.ए. द्वितीय वर्ष

## माँ की ममता

- ★ तेरी ममता का आँचल कितना निर्मल और प्यारा है,  
कितना भार उठाकर भी तुम सही दिशा दिखलाती हो,  
भूल सभी मन के मेल एकता की सीख सिखाती हो ॥
- ★ बचपन की लोरी की तरंग अब भी कानों में गूँजती है,  
तुम ही उन मीठी - मीठी सरगम के गीतों की माला हो,  
हुआ अंधेरा जब जीवन मे तब तुमने प्रकाश फैलाया है,  
चुन - चुन कर मेरे जीवन में दीपों की माला को जलाया है
- ★ शरारतों को मेरी तुम पल भर में भूल जाती हो,  
नाराज़गी तेरी मन को बहुत लुभाती है,  
अपनी खुशियों का त्याग कर प्रेम की वर्षा करती हो,  
जीवन के हर पथ पर तुम ये योगिता दिखलाती हो ॥
- ★ धन्य है मेरा जीवन जो तुझको पाया है,  
तेरा प्यार दुलारा और आशीष जुटाया है,  
पहला पाठ जीवन का तुमने ही पढ़ाया है,  
कठिनाइयों में राह ढूँढना तुमने ही सिखाया है ॥
- ★ तेरी ममता और प्रेम का न कोई मोल है,  
जीवन में दिए तेरे संस्कार ही अनमोल हैं,  
मेरे दिल की आवाज़ को क्षण भर में सुन लेती हो,  
सभी ख्वाहिशों को मेरी एक पल में पूरा कर देती हो ॥
- ★ माँ तुम कितनी सुन्दर और कितनी महान् हो,  
तेरा हृदय कितना कोमल और विशाल है,  
कहते हैं कि पहला प्यार कभी भुलाया नहीं जाता,  
फिर पता नहीं लोग क्यों अपने माँ - बाप का प्यार भूल जाते हैं ॥



प्रियंका चौहान  
बी.ए. प्रथम वर्ष



## माँ की ममता

- ★ तेरी ममता का आँचल कितना निर्मल और प्यारा है,  
कितना भार उठाकर भी तुम सही दिशा दिखलाती हो,  
भूल सभी मन के मेल एकता की सीख सिखाती हो ॥
- ★ बचपन की लोरी की तरंग अब भी कानों में गूँजती है,  
तुम ही उन मीठी - मीठी सरगम के गीतों की माला हो,  
हुआ अंधेरा जब जीवन मे तब तुमने प्रकाश फैलाया है,  
चुन - चुन कर मेरे जीवन में दीपों की माला को जलाया है
- ★ शरारतों को मेरी तुम पल भर में भूल जाती हो,  
नाराज़गी तेरी मन को बहुत लुभाती है,  
अपनी खुशियों का त्याग कर प्रेम की वर्षा करती हो,  
जीवन के हर पथ पर तुम ये योगिता दिखलाती हो ॥
- ★ धन्य है मेरा जीवन जो तुझको पाया है,  
तेरा प्यार दुलारा और आशीष जुटाया है,  
पहला पाठ जीवन का तुमने ही पढ़ाया है,  
कठिनाइयों में राह ढूँढना तुमने ही सिखाया है ॥
- ★ तेरी ममता और प्रेम का न कोई मोल है,  
जीवन में दिए तेरे संस्कार ही अनमोल हैं,  
मेरे दिल की आवाज़ को क्षण भर में सुन लेती हो,  
सभी ख्वाहिशों को मेरी एक पल में पूरा कर देती हो ॥
- ★ माँ तुम कितनी सुन्दर और कितनी महान् हो,  
तेरा हृदय कितना कोमल और विशाल है,  
कहते हैं कि पहला प्यार कभी भुलाया नहीं जाता,  
फिर पता नहीं लोग क्यों अपने माँ - बाप का प्यार भूल जाते हैं ॥



प्रियंका चौहान  
बी.ए. प्रथम वर्ष

## “किस्मत और मेहनत”

किस्मत मौका देती है और मेहनत चौका देती है। जी हाँ, पर बिल्कुल सही बात है। हर एक के जीवन में, एक ऐसा मौका तो जरूर ही आता है, जो उसकी पूरी जिंदगी ही बदल सकता है, बस हमें उस मौके को पहचानना और उसका सही इस्तेमाल करना आना चाहिए। उस मौके को हाथ से जाने देने के बजाय, उसे कस कर पकड़ लेना चाहिए और फिर अपनी मेहनत से इस मौके पर चौका लगाकर सबको चौका देना चाहिए।

जीवन में आगे बढ़ना है, कुछ करके दिखाना है या फिर अपने सपनों को साकार करना है, तो इसके लिए हमें क्या करना चाहिए? इसका जवाब है मेहनत, बड़ी मेहनत। हौंसला तो आपमें है ही, क्योंकि आपने कुछ करने का सोचा है, बस जरूरत है तो मेहनत करने की, अपने हौंसले को उड़ान देने की। मेहनत का कोई विकल्प नहीं होता है, कुछ हासिल करना है, तो उसके लिए मेहनत तो आपको करनी ही होगी। इसमें कोई शक ही नहीं है। केवल किस्मत के भरोसे बैठना और अपनी बारी का इंतज़ार करना तो सिर्फ मूर्खता है और समय की बर्बादी है। इसमें कुछ भी हासिल नहीं होता है।

किस्मत भी उन्हीं पर मेहरबान होती है, जो प्रयास करते हैं, आगे बढ़ने का हौंसला रखते हैं और कड़ी मेहनत करते हैं।

जब भी इंसान अपने जीवन में असफल होता है तो सबसे पहले अपने भाग्य को ही कोसता है। अपना सारा समय, बस अपनी किस्मत को ही दोष देने में गुजार देता है। लेकिन वह इस बात को भूल जाता है कि आखिर उसकी कोशिश में कमी कहाँ पर रह गई है या उसे जितनी मेहनत करनी चाहिए थी उसने की भी है या नहीं। वैसे इस बात से भी इंकार नहीं किया जा सकता है कि हो सकता है कि हमने बहुत ज्यादा मेहनत की भी हो और जी जान से कोशिश की भी हो, लेकिन फिर भी असफलता ही हाथ लगी हो तो भी हार मत मानना। क्योंकि यह भी हो सकता है कि यही असफलता ही, शायद हमारी सफलता की शुरुआत भी हो सकती है।

असफलता से हार कर नहीं बल्कि उससे सीख कर आगे बढ़ें, मजिल के रास्ते में जो भी मुश्किलें आएंगी, उन्हें मात देते हुए आगे बढ़ें और अपनी मेहनत से अपनी किस्मत को लिखते हुए आगे बढ़ें। किस्मत से अगर बहुत कुछ मिलता है - - - तो मेहनत से सब कुछ मिलता है। किस्मत तो हमें बस मौका ही दे सकती है, लेकिन उस पर चौका मार कर सबको चौका देना तो बस हमारे ऊपर ही निर्भर करता है। इसलिए मेहनत करते रहें।

निधि

बी.ए. प्रथम वर्ष

## “आँखों देखा हमेशा सच नहीं होता”

एक बार एक 4 साल की छोटी बच्ची और उसकी माँ एक गार्डन में टहल रहे थे। बच्ची के हाथों में दो सेब थे। बच्ची की माँ ने बच्ची के पास जाकर पूछा, क्या तुम मुझे इन दो सेबों में से एक सेब दोगी।

माँ की ये बात सुनकर बच्ची थोड़ी देर के लिए शांत हो गई। फिर उसने जल्दी से पहले तो एक सेब का एक टुकड़ा अपने दाँतों से काट लिया।

बच्ची को ऐसा करते देख बच्ची की माँ थोड़ी मायूस सी हो गई। उसे लगा कि उसकी बेटी में शेर्य करके खाने की आदत ही नहीं है, जब वो मुझे अपनी चीज़ नहीं देना चाह रही है तो फिर दूसरों को क्या देगी।

बच्ची की माँ मायूस होकर भी मुस्कुरा रही थी ताकि बच्ची को बुरा ना लगे। तभी अचानक बच्ची ने उन दो सेबों में से एक सेब अपनी माँ की ओर बढ़ाते हुए कहा कि मम्मी, आप ये वाला सेब खाओ, क्योंकि ये ज्यादा मीठा है।

बच्ची की ये बात सुनकर उसकी माँ अचम्भे में पड़ गई। वो सोचने लगी कि वह थोड़ी देर पहले अपनी बेटी के लिए कितना बुरा सोच रही थी, कि वह अपनी कोई भी वस्तु किसी के साथ बांट नहीं सकती, कि वह स्वार्थी है।

सब कुछ देखते हुए माँ कहती है कि मेरी बेटी स्वार्थी नहीं है, उसकी बेटी तो अपनी माँ के लिए बहुत ही ज्यादा केयरिंग है। तभी तो उसने खुद खा कर फिर ज्यादा मीठे वाला सेब अपनी माँ को खाने के लिए दिया।

शिक्षा :- कभी भी जल्दबाजी में आकर किसी के लिए कोई भी धारणा नहीं बनानी चाहिए, क्योंकि कभी-कभी जो दिखाई देता है वो सच्चाई नहीं होती।

कोमल शर्मा  
बी.ए. प्रथम वर्ष

## सफलता

अपने लक्ष्यों को पाने के लिए किये गये प्रयासों पर जीत पाना ही सफलता है। बिना मेहनत किए किसी को भी सफलता नहीं मिलती है। जो अपने लक्ष्य को पाने के लिए दिन-रात कड़ी मेहनत करता और कभी भी हार नहीं मानता उसी को सफलता मिलती है। कड़ी मेहनत के साथ व्यक्ति में महत्वपूर्ण योग्यताएँ होनी चाहिए सफलता हमें अपने जीवन में अधिक आत्म विश्वासी और हमारे जीवन को खुशहाल बनाती है। यह हमें एक आंतरिक संतुष्टि प्रदान करती है। सफलता एक ऐसा शब्द है, जो चार अक्षरों से मिलकर बना है, जिसे हम बहुत ही आसानी से लिख सकते हैं। लेकिन असल में इसे प्राप्त करना बहुत ही मुश्किल होता है। जीवन में किसी लक्ष्य को लेकर सपने देखना अच्छी बात है और उस लक्ष्य की प्राप्ति ही हमारी सफलता होती है। असली सफलता केवल अच्छे कामों को करने में है। बुरे कामों में कोई सफलता नहीं होती। जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए समय सबसे महत्वपूर्ण कारक है। एक बार समय बीत जाने के बाद उस समय को वापस नहीं लाया जा सकता। हमें अपने समय को ध्यान में रखकर उसी के अनुसार काम करना चाहिए ताकि हमें एक सुखी और सफल जीवन की प्राप्ति हो सके। यदि हमें सफलता प्राप्त करनी है तो हमें असफलता से नहीं डरना चाहिए। किसी भी क्षेत्र में सफल होने के लिए तीन बातें आवश्यक हैं- स्वभाव, अध्ययन और अभ्यास। सफलता प्राप्त करने के लिए हमें धैर्यवान होना चाहिए, समय का पालन, अनुशासन अच्छा चरित्र, मन को नियंत्रण करना, ईमानदारी, सहनशीलता आदि गुण आवश्यक हैं। सफलता एक ऐसी चीज़ है जो हमारे जीवन को सार्थक बनाती है। जीवन में यह सीढ़ी का वह उच्चतम बिंदु है जहाँ हम सभी पहुँचना चाहते हैं। सफलता की उच्चतम सीढ़ी तक पहुँचने के लिए हर कदम चुनौतियों से भरे होते हैं। सफल लोग वही होते हैं जिन्होंने सभी दुःखों और कष्टों को भेला है। दूसरों की सोच से अधिक कर दिखाना ही आपकी असली सफलता है।

इशिता  
बी.ए. प्रथम वर्ष

## पेड़ लगाओ

पेड़ लगाओ यह बात आपने कई बार सुनी होगी या पढ़ी होगी। परंतु हम इसे गंभीर रूप से नहीं लेते हैं। कहने के लिए हम कह देते हैं कि पेड़ लगाओ, पेड़ लगाना अच्छी बात है। पर हमने कभी भी एक पेड़ लगाया ? लाखों लोगों में से कुछ ही हजार लोग हैं जो पेड़ लगाते हैं। पेड़ न लगाने का कारण यह भी है कि दुनिया औद्योगिकरण की ओर बढ़ रही है। लोग धन कमाने के लिए उद्योग लगा रहे हैं, बड़ी-बड़ी इमारतें खड़ी कर रहे हैं। परंतु पेड़ लगाने का कष्ट कोई भी नहीं कर रहा। कुछ ही लोग हैं जो पेड़ लगाते हैं और उनका ख्याल रखते हैं बाकी लोग तो पेड़ों का शोषण करने के लिए आगे हैं। पेड़ दवाईयाँ बनाने के लिए, लकड़ी के लिए, कागज बनाने के लिए और भी अन्य प्रकार की चीजों के लिए बहुत ज्यादा उपयोग होते हैं। पेड़ हमारी जिंदगी में कितने ज्यादा महत्वपूर्ण हैं और फिर भी हम इसे गंभीरता के साथ नहीं लेते।

अगर मैं आपको पेड़ की कमी के नुकसान बताऊँ तो वह काफी भयावह होगा। पेड़ की कमी से हवा में ऑक्सीजन की कमी होगी जिससे हमें सांस लेने में दिक्कत आएगी और यह हमारी मानवता के लिए और अन्य जीव-जंतुओं के लिए सही नहीं है। इससे स्थिति मृत्यु तुल्य हो सकती है। पेड़ पौधे हवा में उपस्थित कार्बन डाइऑक्साइड को ग्रहण करते हैं जिससे वातावरण संतुलित रहता है। सभी जीव जंतु ऑक्सीजन ग्रहण करते हैं और कार्बन डाइऑक्साइड बाहर निकालते, अगर पेड़-पौधे कम होंगे तो उससे कार्बन डाइऑक्साइड पेड़-पौधों द्वारा कम ग्रहण होगी और इससे कार्बन डाइऑक्साइड की मात्रा बढ़ जाएगी और यह हमारे जीवन के लिए बहुत ही विनाशकारी होगी। वहीं दूसरी ओर पेड़ों की जड़ें भूस्खलन व बाढ़ के समय भूमि को मजबूती प्रदान करता है। आजकल पेड़ों की कमी के कारण भूस्खलन की घटनाएँ बहुत अधिक आ रही हैं और उसमें जान और माल की हानि बहुत ज्यादा हो रही है। अगर हम आज पेड़ लगाएंगे तो हम आने वाली पीढ़ी के लिए एक अच्छा वातावरण दे पाएंगे। अधिक मुनाफे के लालच में आकर हमें पेड़ों को नहीं काटना चाहिए बल्कि पेड़ों को बढ़ाने के लिए कार्य करना चाहिए। क्योंकि पेड़ ही हैं जो हमारे वातावरण में संतुलन बनाए रखने में मदद करेंगे और ग्लोबल वार्मिंग जैसी समस्या को भी काबू करने में सहायता प्रदान करेंगे। इससे पता चलता है कि हमें पेड़ों की कितनी आवश्यकता है तो हमें कम से कम अपने हित के लिए पेड़ लगाने ही चाहिए। क्योंकि पेड़ लगाने में हमारा ही फायदा है।



आकाश चौहान  
बी.ए. द्वितीय वर्ष

## स्वच्छ भारत अभियान

"स्वच्छता का रखना हमेशा ध्यान तभी तो बनेगा हमारा देश महान्"

स्वच्छ भारत अभियान की शुरुआत सरकार ने देश में स्वच्छता के प्रति जागरूकता लाने के लिए की है। ऐसे तो हम अपने घर साफ रखते हैं तो यह जिम्मेदारी हमारी भी बनती है कि हम अपने देश को भी साफ स्वच्छ रखें। देखा जाए तो अपने आस-पास के वातावरण को स्वच्छ और सुंदर रखना हमारा परम कर्तव्य है।

स्वच्छ भारत का सपना गाँधी जी का था जिसका अर्थ था पूरे भारत का स्वच्छ होना और इस मिशन को पूरा करने के लिए गाँधी जी ने बहुत प्रयत्न किए। लेकिन उस समय लोगों को स्वच्छ भारत मिशन में कोई दिलचस्पी नहीं थी। जिसकी वजह से उनका सपना पूरा नहीं हुआ। इसीलिए भारत सरकार ने उनकी जयंती के दिन उनके स्वच्छ भारत के सपने के लिए स्वच्छ भारत अभियान की घोषणा की। गाँधी जी की 145वीं जयंती पर 2 अक्टूबर, 2014 को शुरू किया गया। इस मिशन को सफल बनाने के लिए बहुत से नेताओं और आम जनता ने अपना पूरा योगदान दिया।

वैसे तो सरकार अपना बहुत अच्छा प्रयास कर रही है लेकिन जो सबसे ज्यादा मायने रखता है वह है एक नागरिक के व्यवहार में बदलाव जो हमारे देश को स्वच्छ और सुंदर रखने के लिए बहुत जरूरी है। यदि प्रत्येक व्यक्ति अपने आस-पास के वातावरण को स्वच्छ रखने के लिए प्रयास करें तो हमें जल्द ही सही व अच्छे परिणाम देखने को मिलेंगे।

स्वच्छता के संदर्भ में 'मन की बात' में पी.एम. मोदी ने दिया अहम संदेश।

महात्मा गाँधी से प्रेरित होकर भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र दामोदर दास मोदी ने महात्मा गाँधी जी की 145वीं जयंती 2 अक्टूबर, 2014 के अवसर पर स्वच्छ भारत अभियान शुरू किया गया था। बीते 26 सितंबर को 'मन की बात' कार्यक्रम के दौरान पी.एम. मोदी ने स्वच्छ भारत अभियान को लेकर देशवासियों से कहा हमें कभी भी छोटी बातों छोटी चीज को छोटी मानने की गलती नहीं करनी चाहिए। छोटे-छोटे प्रयासों से कभी-कभी बहुत बड़े परिवर्तन आते हैं।

"आजादी का अमृत महोत्सव के साथ" स्वच्छता सर्वेक्षण 2022 की शुरुआत केंद्रीय आवासन और शहरी कार्य मंत्री हरदीप सिंह पूरी ने सोमवार, 28 सितंबर 2021 को नई दिल्ली में स्वच्छ भारत मिशन शहरी द्वारा आयोजित दुनिया के सबसे बड़े शहरी स्वच्छता सर्वेक्षण 2022 का शुभारंभ किया। स्वच्छता अभियान शुरू होने के बाद से यह सर्वेक्षण प्रत्येक वर्ष से होता है, इस बार स्वच्छता सर्वेक्षण का सातवाँ संस्करण होगा। यह सर्वेक्षण जिसमें इस बार करीब भारत में स्वच्छता के परिणामों के बारे में जानने के लिए 40 करोड़ के करीब लोगों के पास जाया जाएगा।

'स्वच्छ भारत अभियान के तहत, सभी गाँवों, ग्राम पंचायतों, जिलों, राज्यों व केंद्र शासित प्रदेशों में भारत में ग्रामीण में 10 करोड़ से अधिक शौचालयों का निर्माण कर महात्मा गाँधी की 150वीं जयंती, 2 अक्टूबर, 2019 तक खुद को "खुले में शौच मुक्त" घोषित किया।

मन्जू शर्मा  
बी.ए. तृतीय वर्ष



# अभिव्यंजना

2022-23



English  
Section

*Teacher Editor*  
**Mollam Dolma**  
*Assistant Professor Hindi*

*Student Editor*  
**Sakshi Sharma**  
*B.A. Ist Year*



## Knowledge

*Knowledge is just like money,  
The more we get  
The more we can spend.  
It is quite like buckets of water,  
The more we store  
The more we can score.  
Knowledge is as delicious as tasty Food.  
The more we taste,  
The more we can test.  
Knowledge is genius,  
It is wonderful,  
Knowledge is just as hero.  
Without it .....  
Everything is Zero.*

*Priya Sharma  
B.A. Ist Year*

## Smile

*Smiling is infectious  
You catch it like the flu  
When someone smiled at me today  
I started smiling too  
I walked around the corner  
And someone saw me grin.  
When he smiled. I realized  
I had passed it on to him  
I thought about the smile  
And then realized its worth  
A single smile like mine  
Could travel round the earth  
So if you feel a smile begin  
Don't leave it undetected  
Start an epidemic  
And get the world infected.*

*Aarti Kashyap  
B.A. Ist Year*

## Forests

*Forests make beautiful landscapes. Forests have a great variety of vegetation. Trees and plants of all kinds make up a forest. Animals and Birds that live on trees can be sighted in forests. Large mammals like elephants, tigers, leopards and rhinoceroses as also smaller ones like bees, hyenas and jackals live in forests. Mammals may be either herbivorous or carnivorous creatures. Many colourful birds that includes resident birds as also migratory birds fly about in forests. Insects, reptiles and amphibians too live in forests. A variety of snakes as also insects like butterflies and bees also live in forests. Forests also have water bodies so that aquatic creatures also can be found in forests. The water bodies are also sources of drinking water for the many wild species.*

*Payal Thakur  
B.A. Ist Year*

## Nature

*Nature is an important and intergal part of mankind.  
It is one of the greatest blessings for human life.  
Forests, rivers, oceans and soils provide us  
with the food we eat,  
The air we breathe, the water we, irrigate our crop with.*

*Nature refers to the interaction between  
the physical world and the life  
Within it like animals, birds, trees, plants and humans.  
Nature is made of eveything we see around us-  
Trees, flowers plants, animals, sky, mountains and more.  
Human beings depend on nature to stay alive.*

*We find many colours in nature which make the  
Earth beautify. Seeing Colourful flowers brings  
great joy to the mind.*

*Human activites are the main villain that harm nature  
Earlier, it was not evident the dangerous effects of  
human exploitation on nature.*

*When we think that we have only cut down a single tree,  
Which might not damage nature, remember that  
There would be hundreds of others who think like you.  
So we need to preserve nature.*

*Jagriti Sharma  
B.A. Ist Year*

## Teachers

*Paint their minds,  
And guide their thoughts  
Share their achievements  
and advise their faults.  
Inspire a love of  
knowledge and truth  
As you light the path  
Which leads our youth.  
For our future brightens  
With each lesson you teach  
Each smile you lengthen  
Each goal you help reach.  
For the dawn of each poet  
Each philosopher and king  
Begins with a Teacher  
And the wisdom they bring.*

*Anshu Sharma  
B.A. IInd Year*



## "Overview of Naina Tikker"

Naina Tikker is a small town which is blessed by Maa Naina Devi Temple. That is why this town is called Naina Tikker. If you want to reach here you take Chandigarh-Shimla route and take right turn from Kumarhatti station, and distance from Kumarhatti to Naina Tikker is 18 km. You will fully enjoy at this typical hill station. Naina Devi Temple way passes through by it ramp this typical hill and blessed by Maa Naina Devi. Naina Tikker is a village in Pachhad Tehsil in Sirmaour district of Himachal Pradesh State (India). In old time Transportation system was on route Kalka to Naina Tikker. Many people also served in transportation, as essentials food items were transported by mule. Ancient shops in Naina Tikker are of main lallas Banwari Lala, Radhu, Jagannath. All of three brothers are from Ramgarh. In ancient times roads were unpaved. At that time only two buses were plying. Buses are made up of heavy engine (Nahan to Shimla) (Shimla to Nahan). The main village under Naina Tikker is Tinner, Macharii, Mehana Dev Kothi, All of these villages are ancient. Two temple is also located in Naina Tikker (Town). The Naina Devi Temples are dedicated to Goddess Durga. G.S.S.S. Naina-Tikker was established in 1946. Population is about Eight hundred. Pines trees are found near about 1 km distance (Jaldhara Hotel) from the village. Bus Stop of Naina Tikker is a busy place. Travellers can get all kinds of refreshment, tea, cold-drinks and food items in restaurants and dhabas. Pan-fried parathas are tasty and famous food item of Naina-Tikker.

Aryan Kashyap

B.A. Ist Year



## *Women Education In India*

*The women education in ancient India was quite good but in the middle age it deteriorated because of many restrictions against women. However, again it is getting better and better day by day as modern people in India understand that without the growth and development of women, the development of the country is not possible. It is very true that equal growth of both sexes will increase the economic and social development in very areas of the country.*

*Women should be given equal opportunity in education like men and they should not be isolated from any development activities. Women covers almost half population of the country and it means if women are uneducated half the country is uneducated which bring poor socio-economic condition. Through the women education the social and economic development will be faster in India. To spread the importance and improve the level of women education all over the country, Countrywide national propoganda and awareness programmes are very necessary. An educated woman can educate her whole family and thus the whole country.*

*Anjana Chauhan*

*B.A. 2nd Year*

## 'Incredible India'

"Atithi Devo Bhava" meaning guest are like God is the spirit of the people of this country, when they welcome their guests. With the civilization of more than 5000 years old, India as a country boasts of diverse religious languages, racism cultures, flora and fauna etc. This Second most populated country in the world has 28 states and 22 languages many religions and a number of rivers flowing through it like the Ganga, The Indus The Brahmaputra, Krishna, Kaveri, Godawari etc. Lotus is the national flower of the country, Tiger is the national animal and Peacock is the national bird. India has the largest constitution and biggest democracy in the world. Its diversity is the essence of the country. A French Scholar ever quoted; if there is any place on the face of the Earth where all dreams of living men have found the home from the very early days when man became the dream of existence, it is India." Besides being the birthplace of Hinduism, Sikhism and Buddhism. One can find multiple foreign religions flourishing in our country like Islam, Christianity and Zoroastrianism.

Each religion has an influence in shaping the culture and architecture of our country, Goa has a Portuguese culture, having churches all across the city. Islamic influence can be seen in most of the town of Uttar Pradesh. The Sun Temple, the Khajuraho Temple etc. are all the ancient Hinduism, which is the oldest religion of the world. With this large religious diversity, India celebrates innumerable festivals each year like Diwali, Christmas, Guru Nanak's Birthday, Eid etc. Each festival paints the entire country in its bright hues,

Diversity can also be witnessed in food habits and clothing of attire, North Indian Cuisine South Indian Cuisine etc. Where Gujrati food is all vegetarian, Bengali food mainly comprises of fish curries. People from the North India Consume mainly wheat and those in the South are rice consuming people. But besides all these variations, all Indians Sing the same National Anthem, rejoice together when the country wins the Cricket Match. Even history witnesses that people of all different cultures and religions participated in the country's freedom struggle. The unity in diversity is the Hallmark of India's uniqueness. The very fact that India absorbs all these variations into itself is very mesmerizing.

Sakshi Sharma

B.A. Ist Year

## *Value Your Culture*

*Supporting our culture and traditions is now seems like crime. People don't care about their actions towards their religion and culture. We are avoiding our ancestors hard work and their great inventions, they have left for us. Indian culture is very ancient. History has proved that India was very strong by it's culture and tradition. It has many great events like, "Mahabharat" and "Ramayan." Those events educated people about family values. But every culture has its bad side also. Some people do not believe it. They asked questions about the existance of "Ram" in 'Ramayan'. They doubts about it's writer. People don't believes in 'Vedas' and 'Grantha's'.*

*Modern generation believes in science and they accept only those statements which are scientifically proven.*

*As an important part of "Yantra Sarvasva" Maharishi Bhardwaj writes on spacesuit. This section describes the type of clothing to be worn by pilots. The section was written in 'Sanskrit Language' that's why people don't trust it. If you ask a Pandit about Solar eclipse and Lunar eclipse he will tell you the correct date and time of the eclips using 'Panchang'. But we doen't believe him. On the other hand if it is declared by NASA. We will definitely believe it. No matter both are introducing same date and time. NASA was not there before, 1950. But India's people still knew about Solar and Lunar eclipse, just because of "Panchang".*

*There is a deep culture in India. Which is very vast and deep rooted. All we need is to believe in our culture and support it with our hearts.*

*Jyoti Thakur  
B.A. 2nd Year*



## ***Basic Rules of Road Safety***

*There are a lot of general and basic rules that one must follow when they drive vehicles or use Public Roads in general. The first rule is to know the signals and pay attention to them rigorously. This applies to both the driver as well as the pedestrian. It is also essential to be aware of all the rules and laws of the state and abide by them. It is also mandatory to have an driving license before getting on the road with your vehicle.*

*The importance of road safety can help to reduce the rate of accidents. Every year road crashes result in loss of lakhs of lives and various injuries to many people. In India, itself about 1,50,000 people are killed in road crashes. Man behind the steering wheel play an important role in road crashes. Everyone should follow the road safety rules.*

**Mansi**

**B.A. Ist Year**

## ***Happiness is the Vibe of the Moment !!***

*Most of the time, we just spend our time in search of the special moment in our life. These moments are just for a certain time span, after all it ends and life goes on. Our life is just like a travel and we are like a Traveller, I'm not saying, life is a journey of joyfulness and all related things. Yes' most of the times it is true, but if we think about another side of our daily life. We have our own family, our own lifestyle and a diffeent mind set. Life is all about the actions that we take to look up the problems that we face daily. It's just like a perspective of each individual like after a heavy rains, some think about floods and some think about the happiness of farmers. It all depends on perspective of each one. One should be Happy as a new born who has no worries about the upcoming struggles. He always tries to learn the basics of society, neither he/she thinks about the depressing part of life nor he/she thinks about the consequences that will happen in his near future.*

**Hem Lata**

**B.A. Ist Year**



## Education System

All round development of a student is true aim of education. It should train not only the head, but also the hand and the heart. But our present system of education has failed to achieve this. It suffers from many grave defects. Lord Macaulay father was the father and founder of the system. He wanted it to produce clerk's to help the British in running their administration. Today the English have gone but the same old system of education still continues. We blindly follow the system evolved by the British. This system must be changed and overhauled. The greatest defect in our present system of education is that it is theoretical and it gives only bookish knowledge instead of practical things, Manual or physical labour find no place in education. So due to this, I feel that student considered it below their dignity to work with their hands in field or factories. Vocational education is the need of the hour. We need more and more technicians, engineers and doctors, but the number of vocational institutions, engineering and medical colleges are limited and is beyond the reach of common people. Students find it purposeless. So there is an urgent need that the present system should be overhauled and made purposeful.

Divanshi Thakur  
B.A. Ist Year

## Noise Pollution

Noise Pollution is an invisible danger. It cannot be seen, but it is present nonetheless, both on land and under the sea. Noise Pollution is considered to be any unwanted or disturbing sound that affects the health and well being of humans and other organisms.

Sound is measured in decibels. There are many sounds in the environment from rustling leaves (20 to 30 decibels) to a thunder of (120 decibels) to the wail of a siren (120 to 140 decibels). Sounds that reach 85 decibels or higher can harm a person's ears. Sound sources that exceed this threshold include familiar things, such as power lawn mowers (90 decibels), Subway trains (90 to 115 decibels) and loud rock concerts (110 to 120 decibels).

Noise pollution impacts millions of people on a daily basis. The most common health problem it causes is Noise induced Hearing loss (NIHL). Exposure to loud noise can also cause high blood pressure measure, heart diseases, sleep disturbances, and stress.

Sneha Gautam  
B.A. Ist Year

## *Sirmour District*

*Sirmour was founded in about 1090 by Raja Rasaloo of Jaisalmer, one of whose ancestors was named Sirmour. It became an 11 Gun Salute Princely State in British India. The premiere ruler of the Punjab Hills, located in the region that is now the Sirmour district of Himachal Pradesh. The State was known as Nahan, after its main city, Nahan. Sirmour was ruled by the Chiefs of Rajput lineage, who used the title "Maharaja".*

*There are seven tehsils in this district, namely Nahan, Renuka, Shillai, Rajgarh, Pachhad, Paonta Sahib and Kamrou. The Giri river divides this district into two almost equal parts : Giripar and Giviwar. The major towns are Nahan, Paonta Sahib, Rajgarh and Shillai. The people worship Hindu deities (Devtas), and various Customs and rituals are observed by the people. The local language is Himachali Pahari. Bishu is a popular fair that is held at several places, and features the thoda dance. Nati, Gee, Rasa and Budhechu are the popular forms of Folk dance of Sirmour, that are enjoyed at occasions such as marriage and Diwali.*

*Habban Valley's best known temples are Shirgul Devta, Palu Devta and Tokru Tibba Kali Mata. At Habban there are two well-known temples, Tokru Tibba Kali Maa and Palu Devtas. Lord Shirgul Temple is one of the most famous temples of North India. Lord Shirgul is worshipped in Sirmour, Solan, Shimla, Uttrakhand. Thick forests of Deodar are visited by tourists from many parts of India. A trek leads to churdhar, the holy place of Lord Shiva.*

*Anshika Thakur*

*B.A. 1st Year*

# अभिव्यंजना

2022-23

## पहाड़ी अनुभाषा

प्राध्यापक सम्पादक :

दिनेश कुमार

सहायक आचार्य

राजनीति शास्त्र

छात्रा सम्पादक :

शोनिका ठाकुर

स्नातक द्वितीय वर्ष



## सम्पादक की कलम से...



राजकीय महाविद्यालय सराहॉ, जिला सिरमौर (हिमाचल प्रदेश) की प्रथम वार्षिक पत्रिका "अभिव्यंजना" का शुभारम्भ वर्तमान सत्र 2022 - 23 से हो रहा है, जो कि हम सभी महाविद्यालय परिवार के लोगों के लिए गर्व का विषय है। इस सुअवसर पर पत्रिका के पहाड़ी अनुभाग के प्राध्यापक सम्पादक का कार्यभार मुझे मिला है जो मेरे लिए हर्ष का विषय है। यह स्वर्णिम अवसर मुझे प्रदान करने के लिए मैं प्राचार्य महोदय प्रो० हेमन्त कुमार जी को दिल की गहराईयों से धन्यवाद देता हूँ। यह पत्रिका महाविद्यालय परिवार के लोगों, विशेषकर विद्यार्थियों को पहाड़ी बोली में अपने मन के भाव प्रकट करने का सुनहरा अवसर प्रदान करेगी। इस माध्यम से हम सभी सराहॉ क्षेत्र की संस्कृति को न सिर्फ बचाए रख पाएंगे बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए भी संजोकर रख पाएंगे व इसे बढ़ावा देने में सक्षम हो पाएंगे। मेरा विद्यार्थियों से निवेदन है कि निज बोली में लेख लिख कर पहाड़ी अनुभव को अविस्मरणीय बनाने में बड़-चढ़ कर भाग लें।

दिनेश कुमार  
प्राध्यापक संपादक

## छात्र संपादकों के कलमों से

राजकीय महाविद्यालय सराहॉ की वार्षिक पत्रिका रा ई पोएला अंक ओसदिया। ओं भाग्यशाली ओसदी जूं ओं वार्षिक पत्रिका के पहाड़ी अनुभागों की छात्र संपादक चुणी गई। ऐसी पत्रिका रा प्रकाशन हमो सोबिक बोड़ी ई गोरवो की बात ओसदी। सोबी की ज्यादा खुशी की बात ई ओसदी कि ईओ पत्रिका के माध्यम शी हमों आपणी भाषा ओरो संस्कृति ज्युंटी राखणी रा मौका मिलरा।

जिशु बोलो बी कि "साहित्य समाजो रा आइना ओं"। इंदीरी खातरी जरूरी ओसो की हाम आपणे साहित्य के बढ़ावा देंओं। पहाड़ी म्हारी जन्मभूमि की भाषा ओसदी रो ईयों बोलदे हामों गोरव महसूस कोरणा चेई।

ओं आपणे गुरुजी रा धोन्यवाद कोरणा चाउ जिने ओं सम्पादक बोंगणी के काबिल सोमब्री, रो तिन्हों सोबी रा बी धोन्यवाद जिणे आपणे लेख देइरो मेरा पूरा सहयोग कोरा।

सोनिका ठाकुर  
स्नातक द्वितीय वर्ष

## गांव री संस्कृति

गांव री संस्कृति रे आपणे रिवाज बोडे साधारण ओसो,  
आपणी देवभूमि जेथेके आमे निवासी ओसो ।

देवी - देवताओं रे चरणो रे निःस्वार्थ भाव रे पुजारी ओसो,  
शिवकाण्डो रा शिरगुल देवता, आपणा कुलिष्ट महाराज ओसो ।

शिवकाण्डो रे हेठी आपणे देवते रे भण्डारी ओसो,

शाणू पूछणी के इनो मानो, कलवाल, झुंडाण पुजारी ओसो ।

गांव री संस्कृति रे आपणे रिवाज बडे साधारण ओसो ।

खाणा - पीणा ओर बाम्बणा बोड़ा सादा ओसो,

लोइया - सोदरी, ढाटू - टोपी ऐ आपणा पोइनावा ओसो ।

आपणा शोभला गांव ओरो आपणा ओसो साजो,

फेशणो देखी के छोड़े न छोडू तुंए आपणे रिवाजो ।

गाऊं, कुखड़ी, जौं, कोदो, शांवक, ओगला, कांवणी, ओमारी पुराणी फसल ओसो,

गांव रा बाणा सातु, छा पुराणा स्वाजा, बार - तियार ओर मांगो रा साजा ओसो ।

आपणे गांव री संस्कृति बोड़ी आच्छी ओरो साधारण ओसो ॥

गांव दी ओसो ताजो पाणी, हवा, पेड़ - पौधे, जू ओसो ओमारे गांव री शानो,

गांव रे रिवाजो ओसो सोभीदे शोभले, सारा परिवार आपणी पहचान ओसो,

गांव रा भाईचारा, हेला - मेला बोड़ा आच्छा ओसो ।

गी, पुहुआ, रासा, लांब नाच रे ढंग,

ऐजे ओसो आपणे गांव रे सारे रंग ।

पहाड़ी भाषा ओमारी आपणी शान ओसो,

लिखणी री लिपि टांकरी बोड़ी महान् ओसो ।

आपणे गांव री संस्कृति शोभली ओरो साधारण ओसो ।

रीत्

स्नातक तृतीय वर्ष

## नेकी रा काम

एकी बारी एक काफिला न्हेरी सुरंगो मैई जाइ रोआ थिया। तिनी रे पैरो दी कंकड़िया चुभी। कई लोगे सोचू जे इ कंकड़िया कोसी रेखे के भी चुभी सोको। तोबे कई लोगे नेकी खातर उठाए रे जेबो मैज राख दी। कुणिए जादे उठाई ओरो कुणिए कम। जब न्हेरी सुरंगो में दे भाइडे आए तो देख्यो कि ई तो कंकड़िया नी बल्कि हीरे थिए। जिने कम उठाए सी पछताए कि जादे कोनिख नी ठाए, ओरो जिने जरा भी नी ठाए सी तो होर जादा पछताए।

ऐसी दुनियामाए इ सुरंग जिंदगी री मिसाल ओसो और कंकड़िया ठाणा नेकी रा काम ओसो। जु आदमी नेकी रा काम कोरो सी हीरे जैशा कीमती ओं। ऐशा आदमी कोनिख नी तरसदा। जें कोसी रा आच्छा कोरी तो तेसी साथी भी आच्छा ही होओ। बोल कोसरा की 'नेकी कर, फलो री इच्छा न राख'।

रितेश गौतम

## पहाड़ी कहावतें

1. जपणा नी आवंदा, नाव ओसो वकील।

अर्थात :- नाम तो बहुत बडा है परन्तु उस तरह का कोई काम नहीं आता।

2. जेथ जादा प्यार, तेथ जूता तयार।

अर्थात :- जरूरत से ज्यादा कोई भी चीज नुकसानदायक होती है।

3. बांदर का जाणो आदरे रा स्वाद।

अर्थात :- मूर्ख व्यक्ति को किसी वस्तु के गुणों का पता नहीं होता है।

4. जेणिय की शरम, तेसरे फाटे करम।

अर्थात :- काम करने में कोई शर्मा नहीं करनी चाहिए।

5. करणी - भरणी आपणी, माई री ना बाप री।

अर्थात :- जो जैसे कर्म करेगा वह वैसा फल भोगेगा ॥

रितेश गौतम

स्नातक तृतीय वर्ष

## म्हारी पहाड़ी बोली

म्हारा छोटा शा सुंदर पहाड़ी प्रदेश असदिया हिमाचल। म्हारी बोली रे कोई रूप ओसो जिरो कि मंड्याली, सिरमौरी, कन्नौरी, बलासपुरी बगैरा - बगैरा। ऐशी छोटे शे प्रदेशो दे नब्बे प्रशित लोक गांव दे बोसो रे पहाड़ी बोली बोलो। हामो सोबीख भी आपणी बोली मेंज बोलणा चेई। आजकालो रे छोटू - छाटी सोंचो जे पहाड़ी बोलणे दे तिनीरी शान घट जाली जबकि बूढ़े लोक तो आपणी बोली बोलणा शान समझो। ऐब तो अंग्रेजी रा जमाना चाल रोओ। गांव रे छोटू बोड़े - बोड़े अफसर तो बोणी जाओ पौर आपणी बोली बोलणी नी आंदी। लोक आपणे छोटू खे पहाड़ी बोली रे बोदले अंग्रेजी भाषा शिखाणे लाग रोए। अंग्रेजी रो हिंदी भाषा शिखणी कोइ गलत बात नी ओसो पौर तेनोख पहाड़ी बोली बी शिखणी जरूरी ओसो जू से आपणी बोली कोबी न भूलो। पहाड़ी बोली हामो एकि - रैके रे निड़े आवणी रा, समझणी रा, रो आपी साथी रोणू रा मौका देओ। आपणी बोली रे विकासो री खातर पहाड़ी बोली बोलणी चेई औरो किताबे लिखणे री साथी पहाड़ी माए लेख लिखणे चेई। तोबे जाइयो पहाड़ी बोली रा विकास होई सोकला।

नितेश चौहान

स्नातक तृतीय वर्ष

## म्हारा हिमाचल

## गंगी

देखो म्हारा सिरमौर, कुल्लू, कांगड़ा, किन्नौर,

पहाड़ो - पहाड़ो दा बोसो, म्हारा हिमाचल ।

कुल्लू हेरो कांगड़ा ओसो पहाड़ो रे बीच मंज,

मण्डी हेरो बिलासपुर औसदिए नौजदीक दे,

शिबला सब्धी दे सोणा रमणी,

सोसने रा वे पड़ोस,

पहाड़ो - पहाड़ो दा बोसो म्हारा हिमाचल ।

ऐथी बिराजो म्हारी रेणुका माता जी,

आशिषो देंओ ऋषि भारकाडेय दातो जी,

हाथो जोड़े रो लियो कोरो नाम,

पूरे होले सबी रे काम,

पहाड़ो - पहाड़ो दा बोसो म्हारा हिमाचल ॥

सेबो रे बगीचे ऐथे, धानो रीयो क्यारियां,

धानो रीयो क्यारियां, लागो बोड़ी प्यारियां,

कदू बैंगन रों तियार,

आलू अदरक री भरमार,

पहाड़ो - पहाड़ो दा बोसो म्हारा हिमाचल ॥

हिमांशु नेहरू

स्नातक - द्वितीय वर्ष

सिरमौर रे संस्कृति दी लोग गीत माए गंगी भी गाई जाओ। पुराणे टेमो दे लोक मन खुश राखणे रे स्वातरे एकी-रेके के गंगी गाओं थे । इ जायदश डांगरोम बिठेर एकी-रेके खे गाओं थे । इ गंगी लम्बी राड़ देइ गाए जाओ थो । कुछ गंगी रे बोल इ असो :-

1. गाडी आए रोई रोडे - रपडे,  
ज्यादा ना बोले छोरीए ताई लोए जाऊए ढोल - ढपडे ।
2. गाडी आए रोई नारदाने री,  
जादा ना बोले छोरुआ ताई आए रूई मार खाणे री ।
3. गाडी आए रोई फेरा लाए रो,  
जादा ना बोले छोरीए ताई लोए जाऊए शिरा लाए रो ।
4. पार मेंजा पांद पड़ी सोने री कांची,  
छोरी तेरे दिल ना रूका, हामे रोके दिए उडदे पंछी ।
5. पार जींगने दे बंदा लगरोआ,  
हाम आए तेरे गांव खे, तेरे कोठिए दा जांदा लगरोआ ।
6. ऊँचे गेणे दे तारे लगरोए,  
हाम आए तेरे गांव खे, तेरे गांव दे बुआरे लगरोए ।

महक शर्मा

स्नातक - प्रथम वर्ष

## लोहड़ी रौ मकर संक्रांति रा तियार

म्हारे गांव दा मागो रे साजे दा एक दिन पेली लोहड़ी मनाई जांओ । तेसी दिनो री राती चलाई रो तिल रे साथी गुड़ पकाइयो लाडू पाथे जांओ । परिवार रे तब सब जणे मिली रो चुले मेंत्र तिल पांओ । तब रेके दिन भत्की उठी रो साजा मणाओ । चावलो रे नसरावे पांद अल्दी, नूण, दाल और तेनी पांद चलाई रा लाडू राखो । जेतणे घोरो रे आदमी हों सी सब एक-एक करी रो नसरावे मिणशो । भगवानो रे नाव दे नसरावे पण्डतो के देओं । तिसके बाद खाणा बणाओ जिंदा पटाडे, खीर, शक्कर औरो घीयो रे अलावा बडिया - बडिया सब्जी बणाओ । कोई घोरो मेंत्र तो कन्या भी जमाओ । खूब धूम-धाम दे मांगो रा साजा मनाणो । धियो-धेणी पाउणे आओं । चलाई रे लाडू सब बड़े चाव दे खांओ । ऐसी तियार माए सिरमौर रे गिरिपार रे लोक बाकरे काटी के मीट भी खांओ पर गिरीआरो दा ऐशा रिवाज नी आथी । ईशा म्हारे लोहड़ी रो मागो रे, साजा तियार मनाओ ।

रीतु देवी

स्नातक प्रथम वर्ष

## डंडी

डंडी एक त्वार अस्तियां जू मंगशर रे मीने मंज मनाया जाओं । ऐसी दिनो गांव रे सब जणे कठे ओए रो डंडी लाओं । डंडी लागेख खूब सारी दाले पीशो रो तेदीरा बेशण बणाओ । ऐसी दाले रा बेशण गाऊगी री डंडी मंज लगाओ । डंडी टांगणेख ऊची रशशी बांदो, जेथी घोरे रा मर्द बांदो । एनी डंडी लादे म्हारे गाणा गाओ जू इशा अस्तियां -

- पोइला बधावा जी सब दे शणाणियो जी धरती माता रे दरेबरे बधावा जी तुम भले रयिओ ।
- दूजा बधावा जी चांद सूरजां रे दरेबरे बधावा जी तुम भले रयिओ ।
- तीसरा बधावा जी देवी - देवते रे दरेबरे बधावा जी तुम भले रयिओ ।
- चौथा बधावा जी राजा राणीया रे दरेबरे बधावा जी तुम भले रयिओ ।

डंडी लागेद बाद एनी पूजो । एनी पूजणेख चणे रा मुझ बणाओ । ऐसी मुडे सबिख स्वाणेख देओ । तेईदि बाद सब जने रोटी खाओ रो आपणे - आपणे घरेख जाओ । डंडी बलिख तारो, रशशी पदेद रो एनी काटे रो दो मंज शुरवाओ । सयाले मंज डंडी रा बाटण खाओ ।

## बझेणी

1. उटमला घोड़ा शोइदो रा भरा ।
2. दू बैणे मिलू रू काम कोरो पौर कबी मिलदी नी ।
3. पेटो दे दांद कोसदे होदि ।
4. आर छलाका पार छलाका, बीचोम जमटू पाका ।
5. मेरी गाओ रे जेतनेई डंडे मारो तेतनाई दूध देयों ।

उत्तर :- 5. सुरू, 4. माक्खण, 3. कददू, 2. आँखें, 1. चीम्बल

नीतिका  
स्नातक प्रथम वर्ष

## श्रृंग ऋषि री गुफा

म्हारे सिरमौर रे पच्छाद विधानसभा क्षेत्रे रे गांव लाणा चब्यूलो मेंज ऐक बोट पराणी गुफा ओसदी । ऐथ श्रृंग नाओ रे ऋषिए भगवान शिवजी री तपस्या कोरी थी । ई जोगा सराई दी तीश किलोमीटर दूर ओसदी । इ गुफा बोट लाम्बी ओसदी पर इदे 200 मीटरो तुड़ी बिजली लाए राखी जेथे तक लोक आराम से जाई सको । ईयो गुफा मेंज भगवान शिवजी रो गणेश जी री पाथरो पादे आकृति बोणी होदी ओसदी । गुफा रे भीतर एक पाणी रा तालाब, एक केले रा पेड़ रो एक छोटा शा मंदिर ओसदिया ।

ऐशी कहावत ओसदी की जब महाराज दशरथ रे संतान नी हूणी लागरी थी तब मुनि बशिष्ठ रे आदेशो पांद दशरथ महाराज श्रृंग ऋषि आपणे साथी लेणी के आयोध्या दे ऐथे आए । तब आयोध्या जाइयो श्रृंग ऋषिए यज्ञ किया ओरो तेसी यज्ञो मेंदी खीर रा कटोरा निकला था । तियो खीर खाइरो राजा दशरथ री सोबी राणी रे संतान ओ गोई थी । तिनरे चार बेटे ओए थिए - राम, लक्ष्मण, भरत रो शत्रुघ्न ।

ईशू बोलो कि एकी बारियो एक भोगत दोरशणो कोरणी गुफा मेंज गोवा । गुफा मेंज सी बोट भीतरो तक डेआ रो आगे जाइरो रास्ता भोटकी गोआ । तब बोट दुरके जाणी दे बाद तेसी उखलो मेंज धान कुटणी री वाज शुणी । तोबे तेनी भोगत जोरो - जोरो री वाज लाई । जब लोके तेसरी वाज शुणी तब तीने उखलो हेटकू खूणु रो सी भाइंडा निकाला । भाइंडे निकलियो तेनिए जू - जू देखू थू सी सारे लोगो खे बताओ । जेथ सी निकला था तेथे रू नाव डिंगर - किन्नर ओसदिया । अब लाणा चब्यूलो मेंज हर सालो महाशिवरात्री पांद मेला लागो । गुफा माए भगवानो रे दर्शण कोरणी कई लोक आंव रो दर्शण कोरियो आपी धन्य मानो ।

सोनिका ठाकुर

स्नातक - द्वितीय वर्ष

## पहाडी कहावतें

1. अनजान विद्या प्राण खाओ ।  
अर्थात :- जो काम नहीं आता है उसे करने में बहुत दिक्कत आती है ।
2. कुकड़ी साथी घूण भी पिशियों ।  
अर्थात :- बुरे की संगति से अच्छा भी बुरा बन जाता है ।
3. बांदरो खे बेर बी पताशा ।  
अर्थात :- मूर्खों को बुरी बात भी अच्छी लगती है ।
4. शाइो मुई शाशु, शावणे आए आशु ।  
अर्थात :- घटना होने के काफी समय बाद दुःख प्रकट करना ।
5. ठगड़े सी बात, आँवले री मिठाई, बादे आओ चीते ।  
अर्थात :- बड़ों द्वारा दी गई शिक्षा का महत्व आँवले की मिठास की तरह बाद में महसूस होता है ।

आरती कश्यप

स्नातक - प्रथम वर्ष

## पहेलियां

1. चितली बाकरी चितले कान, चाल बे बाकरी शेर मैदान, शेर रे बच्चे बड़े शैतान, मारू डडे खड़े कान ।
  2. काली थी कलोती थी काले वन में रेहती थी, लाल पानी पीती थी सपाही का मुंदारा खाती थी ।
  3. हों हों दो टंगड़ियां, दो बांह, मगर ऊपर पूंछडी ओ जानवर का ।
  4. चरक चम्बा पात लाम्बा, फल खाऊ गुठली कोथ पाऊं ।
  5. रिंग रिगा तीन शींगा, बरम काला पर भांस मीठा ।
  6. चर चौकी पर बैठी रानी, सिर पर आग बदन मे पानी ।
  7. पहाड़ों दी आई मेरी हेड, जेँ औरे खुरतड़ी ना पैर ।
- उत्तर :- 1. भाबर, 2. जूँ, 3. ताकड़ी, 4. केला, 5. कशमलयो, 6. हुक्का, 7. मधुमक्खी ।

मेहक तोमर

स्नातक प्रथम वर्ष

## देव लोक कथा - 'अमर प्रेम'

भोत पुराणी बात ओसो, सिरमौर जनपद रे पजेली गांव दा एक किसान रो थिया । तेसरे दू छोदू थिए - एक छोहटा रो एक छोहटी । कुछ समय बीता कि तिने छोदू री अन्मा मर गोई । अब तिने छोदूरा पालन - पोषण करने री जिम्मेदारी तेसी किसानो पादे आ गोई । ओरले - पोरले लोके बोला तू रेका ब्याह करलो । किसान इशा करणा चाव तो थिया नी पर जब छोदू रे कनारेख देखे थिया तो सोचो थिया जे रेकी बेइर ल्याऊ तो सी इनो छोदू पकाएरो टुकडा तो खला देली । एतणा सोचे रो तेणिए रेकी बेइर लया दी । पर सौतेली माएं थोड़े इ दिने माएं अपना झटका दखाणा शुरू कोर दिया । नोई मां तिने री साथी भोत बुरा बर्ताव करणु लागी । छोहटा जब भलकी सूती रो उठो थिया तो तेसखे काम लगणे शुरू कोर दिए थे । सी सौतेली मां तेसखे सातु रे डिमले पाथे रो दे दों थी साथी एक छार री तुमड़ी भरी रो दे दों थी ओरो म्हाठे सी छोदू झंगरो चरणे बोणो खे भेजी दों थी । छोहटी बचारी भलकी दे ब्याली घास - पुलटा रो घरो रा काम करों थी ।

ऐसे दिन बीत दे रोए । ऐकी बेरी ऐसी घोटणा घोटी के ऐकी दिन जिशा छोहटा झंगरो चरणे जओरा थिया रो ब्यालखे एक पशु घरेख नी आया । सी बराघे खा लिया । छोहटा जब झंगरो लेई रो ब्याल पोड़ी घरे आया तो एक झंगर कम देखी रो माएं तेसीखे भोत बुरा - भला बोला । माड़े री किस्मत बी माड़ी ओं । क्या ओवा कि एक - एक झंगर रोज कम ओणी लागी । घोरे मां तेसी छोदू खे रोज प्रचन्ड ओं जाओं थी । एक दिने री बात ओसो कि एक बाशदू बोणो दा राच गोआ । चारो कनारेख ठण्डी हवा चलणी लगी और बरखा शुरू हो गोई । छोहटा बचे - खुचे झंगरो लेई रो दिन छिपे दे बाद घोरे पोंहचा तो माएं देखा जो एक बाशदू आए नी रोआ । अब तो तिओं रा पारा सातवे आसमान दा डोआ । तिएं उल्टे पैर सी छोदू तेसी बाशदू दूंदणे बोणो खे बेज दिया । भूखा - प्यासा किस्मत रा मारा सी छोदू तेसी बाशदू री तलाश माएं बोणोख, काली - अदरी, ठण्डी राती निकल पड़ा । बेणीए तेसी रोकणे री बड़ी कोशिश की पर माएं रे आगे तिंओ री एक ना चली । बाओ कोसी काम दो जाओरा थिया । काफी कोशिश करने के बाद टिब्बे री चोटी पांद तेसी शी बाशदू शुन्न ओए रो भइवे पड़ा ओवा मिला । छोदूए सी काछो दा लिया रो रुणी लागी पर तेसरा रुणा कुणिए ना शुणा । चारो तरफो दी बरफ पोड़नी लागी रो थी । भोत ठण्डे रे कारण छोदू रा शरीर ठंड फिर गोआ रो तेणिए प्राण छाड़ी दिए । छोदू रा बाओ राति भोत देर बाद घोरे आया तो तेणिए पूछा जे छोहटा क्यों नी आया । भलकी बोत जल्दी उठी रो लागी बरखा में पांद परात राखी रो किसान छोदू दूंदणे चला गोआ । दूंदवे - दूंदवे सी तिंओ जगह दा पोंहचा जेय बाइदू रो बाछदू मरे पड़े थिये । इशा दृश्य देखी रो बावे भोत कलाप किया पर अब आपणी कायरता पांद पछताणे रे अलावा कुछ हाथ नी आवणा थिया ।

अब सौतेली माएं सोचा के इ छोटी ब्याही रो इयों दा बी छुटकारा पाए लूं । बेटी रा रिश्ता काणा कडोह रे टिब्बे दे रोहणे वाले ऐकी बूढ़े साथी निश्चित कर दिया गोआ । बेटी ऐसी रिश्ता नी चाव थी पर तिंओ री एक ना चली । जब बेटी रा डोला उठा तो तिंए ऐसी इच्छा जताई के मेरा डोला टिब्बे रे शीरे ओंदा लिया जाओ ताकि आपणे भाइजे खे याद कर सोक्ूं । जब डोला तेथ पोंहचा जेथे भाइजे प्राण छोडे थिये तो बैण इतणी दुःखी ओई कि तिंए डोले मे दी हुंदी ढाफो दी ऐकी बड़े पाथरो पादे के फाल मारी रो आपणी जीवन लीला समाप्त कर दी । आज भी सी पाथर भूरशिंग देवते रे टिब्बे दा ओसो । आज भी देवी अर्थात बैण ग्यासो री आधी रात जब चारो कनारे घनघोर अंधेरा ओ तेसी पाथरो पांद छलांग मारो ।

समय बीतने रे साथी इन भाई - बैणे देवीए रूप धारण कोर लिया । एबे हर साल काती री ग्यासो खे इयो जगह श्रद्धालु कट्ठे ओं । इयों जगह पांद भोत बड़ा मेला लागो । लोक आपणी - आपणी मनोकामना पूरी करो । ऐसी देवते ख भूरशिंग देवता या दूधादारी रे नाव दे जाणा जाओं । पाथरो पांद लोक घी, दूध आदि चढाओं । बाशदू री मूर्ति बी मदिरो री साथी हुंदी शी असो जिंओ री लोक पूजा करों रो तेशी बाशदू रे कानो न अपणी - अपणी मनोकामना मांगो । भाई - बैणे रे अमर प्रेम री ऐसी अनुठी मिसाल कई दूंदी रो नी मिलदी ।

आशिमा ठाकुर

स्नातक - प्रथम वर्ष



# अभिव्यंजना

2022-23



Planning  
Section

*Teacher Editor*  
**Sudesh Kumar**  
*Asstt. Professor Commerce*

*Student Editor*  
**Nikita Sharma**  
*B.Com 3rd Year*



## Effect of GST on Middlemen

GST is an indirect tax which has replaced many other indirect taxes in India which used to exist before. The goods and services tax act was passed in the parliament on 29th March, 2017. Goods and services tax law in India is a comprehensive, multi-stage, destination based tax that is levied on every value addition.

GST affected middlemen directly, as with the GSTs implementation, the middlemen will come into the organised bracket and will have to pay taxes for the very first time.

Being the middlemen they make gains from unbilled goods that do not attract VAT. For instance, if a product which should have cost the wholesaler Rs. 112.5 (assuming 12.5% VAT and Rs. 100 products cost) it will cost him only Rs. 100, so it was a profit for the wholesaler. With introduction of GST they have to pay tax at every level. This lead to an increase in compliance costs and taxation for them.

The result of GST at every level of distribution chain made the companies to think over their direct network to reach retailers.

FMCG (Fast Moving Consumer Goods) companies such as Emami, Dabar and Bajaj Corporations that totally relied upon layers up middlement are now setting up their direct network to reach the retails. Companies say that decision to reduce dependence on the wholesale network while increasing focus on direct distribution will help to mitigate challenge of GST. From Emami Ltd., to Dabar India, is trying to reduce their dependence on wholesale market. Before GST implementation wholesale contributed 50-52% on Emami overall sale, but after GST implementation it reduced to 40-42% Dabar India is also planning to significantly increase its direct reach to its retailers because of implementation of GST. Sunil Duggal, the CEO said "We plan to increase it by at least 20%.

After the implementation of GST the profit margin of the wholesalers remains as low as 1 percent. Since under the GST regims every invoice pertaining to taxable supply has to be uploeaded on GSTIN's common portal and has to be accepted by the buyer, the wholesalers are unable to escape their tax liabilities. The only possibility for tax invasion for wholesalers would rise if the entire supply chain is outside the tax network and did not file a return under GST, which is very unlikely. Nowadays, the wholesale sector in undergoing a major change in the way they do business.

Nikita Sharma  
B.Com 3rd Year

## Prices and Inflation

Inflation is the rate of increase in prices over a given period of time. Inflation is typically a broad measure, such as the overall increase in prices or the increase in the cost of living in a country. Inflation is sometimes classified into three types : demand-pull inflation, cost-push inflation and built-in inflation. The most commonly used inflation indexes are the consumer price Index and the wholesale Price Index ....

Inflation can be viewed positively or negatively depending on the individual view point and rate of change.

Those with tangible assets, like property or stocked commodities, may like to see some inflation as that raises the value of their assets.

### Cause of Inflation :-

⇒ Printing and giving away more money to citizens ⇒ Illegally devaluing the legal tender currency ....

Loaning new money into existence as reserve account credits through the banking system by purchasing government bonds from banks on the secondary market.

Samriti Sharma  
B.Com 3rd Year

## Concept of GST

The idea of moving towards GST was first mooted by the then Union Finance Minister in his budget speech for 2006-07. Initially it was proposed that GST would be introduced from 1st April 2010. The Empowered Committee of State Finance Minister (FC) which had formulated the design of state VAT was requested to come up with a roadmap and structure for GST. Joint working groups of officials having representatives of the states as well as the centre were set up to examine various aspects of GST and draw up reports specifically on exemptions and thresholds, taxation of services and taxation of inter-state supplies

The introduction of the Good and Services Tax (GST) is a very significant step in the field of indirect tax reforms in India. By amalgamating a large number of central and states taxes into a single tax, GST will mitigate ill effects of cascading or double taxation in a major way to pave the way for a common national market.

Abhinav Sharma  
B.Com 3rd Year

## उत्पाद जीवन चक्र

विश्व का कटु एवं शाश्वत सत्य है कि जो जन्म लेता है। उसकी मृत्यु भी निश्चित है। मानव वनस्पति, पशु-पक्षी आदि सभी जन्म लेते हैं एवं विभिन्न अवस्थाओं को पार करते हुए मृत्यु को प्राप्त होते हैं। इसी प्रकार किसी भी वस्तु के जन्म लेने से लेकर अंत तक अर्थात् अपने जवनकाल में कई अवस्थाओं से होकर गुजरना पड़ता है, ये विभिन्न अवस्थाएँ ही उत्पादन का जीवन चक्र कहलाती हैं। मानव जीवन की भाँति ही एक उत्पाद या वस्तु को विभिन्न अवस्थाओं से गुजरना पड़ता है। उत्पादन जीवन चक्र की सामान्यतः पाँच अवस्थाएँ मानी जाती हैं।

प्रथम अवस्था प्रस्तुतीकरण तथा अप्रस्थापन की अवस्था होती है। इस अवस्था में उत्पाद लॉच किया जाता है। किसी भी कंपनी के लिए एक नए उत्पाद को लॉच करना बहुत महंगा होता है क्योंकि शुरुआत में बाजार बहुत ही छोटा होता है। दूसरी अवस्था विकास की अवस्था होती है। इस अवस्था में वस्तुओं की मांग में वृद्धि होती है। लेकिन साथ ही प्रतियोगिता आरंभ हो जाती है। तीसरी अवस्था बाजार में परिपक्वता की अवस्था होती है। इस अवस्था में प्रतियोगिता चरम सीमा तक पहुँच जाती है। इस अवस्था में प्रतियोगिता के कारण मूल्य भी गिर जाते हैं। चौथी अवस्था संतृप्ति (saturation) की अवस्था होती है। इस अवस्था में वस्तु की बिक्री उच्चतम स्थान पर पहुँच कर स्थिर हो जाती है।

अंतिम अवस्था अनवृत्ति की अवस्था होती है इस अवस्था में उत्पाद की बिक्री कम हो जाती है जिस तरह मनुष्य, वनस्पति कुछ समय पश्चात् मृत्यु तथा समाप्त हो जाते हैं। इस तरह उत्पादन जीवन चक्र की आखिरी अवस्था अनवृत्ति की अवस्था है।

सिमरन ठाकुर  
बी.कॉम तृतीय वर्ष

## डर के आगे जीत है

अगर तुम्हारा लक्ष्य तुम्हारे अंदर आग नहीं लगा देता,  
अगर तुम्हारा उद्देश्य तुम्हारे अंदर उत्साह नहीं भरता,  
अगर तुम्हारा सपना तुम्हें जगाये नहीं रखता तो,  
समझ जाओ - यह तुम्हारा लक्ष्य है ही नहीं।  
यह तुम्हारा सपना है ही नहीं ॥

अरे कामयाबी हासिल करनी है तो उठो।

लक्ष्य को पाना है तो जागो।

कब तक सोते रहोगे।

अगर सपने पूरे करने हैं तो जागना होगा।

यदि कुछ हासिल करना है तो जिद्दी बनना पड़ेगा ॥

अगर हार से डरते हो तो किस बात का डर है तुम्हें,  
सफलता के रास्ते पर हार या जीत ही मिलता है,  
तो डर किस बात का, बस आगे बढ़ता जा।  
जिंदगी के हर एक मोड़ पर तुम्हें दर्द सहना है।  
यदि हार निश्चित है तो डर किस बात का।  
खुलके सामना करो शायद यही आपका निडर होना  
हार को जीत में बदल दे ॥

लोग कहेंगे तू कुछ नहीं कर सकता -

तब तुम्हारे पास दो रास्ते होते हैं,

या तो अपने लक्ष्य को छोड़ दो या जो बोलते हैं,  
उन्हें बोलने दो ना।

आपको उन्हें बोलकर नहीं,

बल्कि करके जवाब देना है।

अगर लोग तुझे तेरी कमजोरी बताते हैं तो तू,  
अपनी उसी कमजोरी को अपनी ताकत बना ले।  
और आगे बढ़ते जा और तब तक कोशिश करता जा,  
जब तक तेरे अंदर का डर तुझसे डर न जाये ॥

आँचल शर्मा  
बी.कॉम तृतीय वर्ष

## बैंक कर्मचारी

-: बजट :-

## कर्ज का मर्ज

मुझे एक बार बैंक से पैसा निकालना था  
कि घर में राशन डालना था  
मैं बैंक गया परची भरा  
कर्मचारी के आगे धरा  
कर्मचारी पहले तो अकड़ा  
फिर मेरा पास बुक पकड़ा ॥

एक - एक पेज उधारने लगा,  
मेरे ऊपर नज़र मारने लगा,  
वो पेज फटा था ।

जिस पर मेरा फोटो सटा था ॥

बोला फोटो और आप में फर्क हो रहा है,  
मुझे तो आप पर शक हो रहा है,  
मैंने कहा ये बात कहने की है,  
ये फोटो तो दस साल पहले की है ॥

कर्मचारी से बात चल ही रही थी कि  
शीशे के कमरे से कैशियर चिल्लाया,  
मेरा नाम लेकर बुलाया ॥

पास गया तो मुझे देखकर झुन्झलाया,  
मुझे से पूछा परची में रकम कितना भरा है,  
मैंने कहा परची आपके सामने धरा है,  
कैशियर बोला इसमें दो हजार लिखा है,  
मैंने कहा आपको इतनी देर से दिखा है ?

कैशियर से कहा ये कौन सा कार्य धरम है,  
आप बैंक के सारे कर्मचारी गरम हैं,  
आप अपने बात करने का ढंग बदलिए,  
काम करने का तरीका बदलिए,  
अगर ये नहीं बदल सकते हैं तो,  
अपने चश्मे का नम्बर बदलिए,  
चश्मे का नम्बर बदलिए ॥

आमदनी है अगर अटठनी खर्च करोगे रूपैया,  
आखिर कब तक काम चलेगा डूब जाएगी नैया ।  
धन है सीमित उपयोग तो सीखो, देनदारी का जोखा देखो,  
अपने घर के बजट सरीखे, बजट प्रशासन का तो देखो ।  
टैक्स लगाकर की है वसूली जो भी जनता से पैसे,  
उन पैसों को खर्च करें जब, ध्यान रखे हों व्यर्थ न वैसे ।  
जिसने भी जनता में आदत - ए - नुपत्तखोरी डलवाई,  
आखिर में देखो उस देश की, कौसी शामत आई ।  
सस्ते कर्ज विदेशो से ले की है कितने तरक्की,  
हालत देखा श्रीलंका की, ली भी चीन की झप्पी ।  
आखिर है पछताना पड़ता, जब उतर रहा हो कर्ज,  
बढ़े कर्ज का मर्ज नहीं, यह है सरकार का फर्ज ।

वैशाली धीमान  
बी.कॉम तृतीय वर्ष

मोनिका  
बी.कॉम तृतीय वर्ष

**Form - IV**  
(See Rule 8)

**ABHIVYANJANA**  
2022-23

Place of Publication : Government College, Sarahan (H.P.)  
Periodicity of Publication : Yearly  
Name of the Printer : Saini Printing Press, Nahan  
Nationality : Indian  
Name of the Publisher : Prof. Hemant Kumar  
Nationality : Indian  
Address : Government College, Sarahan (H.P.)  
Name & Address of the Owner of the Magazine : Prof. Hemant Kumar, (Principal)  
Government College, Sarahan,  
Distt. Sirmour (H.P.)-173024

**N.B.:** Contributors are solely responsible for views expressed by them. The editors & Chief Editor do not necessarily confirm and share to the views and ideas expressed by them. They will not be liable for any action out of copyright violation by contributors.

*Certificate*

I, Jagmohan Thakur hereby solemnly declare that the above details are correct to the best of my knowledge and belief.

Chief Editor  
Jagmohan Thakur



**PTA Executive Committee 2022-23  
with Staff Members**



**Left to Right : Sh. Rajesh Jindal (PTA President); Sh. Hemant Kumar (Principal);  
Sh. Suresh Kumar (PTA Vice-President)**

On the Eve of  
Independence Day  
15th August 2022

75  
Azadi Ka  
Amrit Mahotsav



राजकीय महाविद्यालय सराहॉ जिला सिरमौर (हि.प्र.) 173024



**GOVT. COLLEGE SARAHAAN**

District Sirmour, Himachal Pradesh - 173024

Phone : 01799-292102 Website : <https://gcsarahan.in>

SPP, NHN. 97366-58100