DEVGAH

2023-24

A Place for Creativity

GOVT. DEGREE COLLEGE SALOONI
DISTT. CHAMBA (H.P.)

EDITORIAL BOARD

TEACHING FACULTY

TEACHING & NON-TEACHING STAFF

A Message From the Principal

Dear Students, Faculty, and Staff
Greetings!

It is with great pleasure and pride I welcome you to the first edition of our college magazine, "Devgah- *A Place for Creativity*". This annual publication serves as a testament to the creativity, intellect, and dedication that define our college community on the one hand and on the other. It is a place to showcase the creativity of young minds studying in the college.

"Devgah- *A Place for Creativity*" means; Dev – may refer to "Deva" which means "divine" or "celestial" in Sanskrit. Creativity is often seen as a divinely inspired gift, so "Dev" connects the name to the concept. "Gaah" doesn't have a direct meaning in Sanskrit, but metaphorically, it may be considered for a place for creativity could be seen as a safe space where ideas can be nurtured and protected.

In flipping through the pages of this magazine, you will find a diverse array of articles, essays, artwork, and poetry crafted by the talented students studying in this college. Each piece is a reflection of the unique perspectives and experiences that contribute to the vibrant tapestry of our institution.

As we navigate through the ever-changing landscape of higher education, our college magazine stands as a reminder of the enduring spirit of innovation and inquiry that drives us forward. It is a platform for us to celebrate our achievements, share our insights, and inspire one another to reach new heights.

I would like to extend my heartfelt gratitude to the editorial team, contributors, and everyone involved in the production of this magazine. The hard work and dedication of the entire *team-Salooni* have ensured that this publication continues to showcase the best of what our college has to offer.

To our readers, I encourage you to immerse yourselves in the pages ahead, engage with the ideas presented, and let your imagination soar. May this magazine spark conversations, provoke thoughts, and foster a deeper sense of connection within the community.

Thank you for your continued support and enthusiasm for our college magazine. Together, let us continue to write the next chapter of our college's story with passion, purpose, and pride for the new (second) edition of the magazine in next academic session.

I would like to extend thanks to whole editorial team under able leadership of the editor-in-chief, Smt. Pinki Devi for their hard work and commitment which make the first edition of the college magazine possible. Thanks to all contributors as well as all those who are associated with Govt. Degree College Salooni.

Warm regards,

Dr. Mohinder Kumar Slariya
Principal

ATHLETIC MEET 2023-24

देवगाह

2023-2024

Patron
Dr. Mohinder Kumar Slariya

Editor-in-Chief
Smt. Pinki Devi , Asstt. Prof.

Staff Editors

1. **Hindi - Asstt.Prof. Pinki Devi**
2. **Commerce - Asstt.Prof. Shubham Dogra**
3. **Pahari - Asstt. Prof. Pankaj Kumar**
4. **Planning - Asstt. Prof. Dinesh Kumar**
5. **Culture & History - Dr. Saurabh Mishra**
6. **Physical Education- Asstt. Prof. Gurdev Singh**
7. **English - Sh. Tejender Singh Negi**

GOVT. DEGREE COLLEGE SALOONI, DISTT. CHAMBA (H.P.)

मुख्य संपादक की कलम से

प्रिय छात्रों,

इस सृष्टि में जन्म लेने वाले प्रत्येक मनुष्य में कोई न कोई प्रतिभा अवश्य होती है जो उस मनुष्य को विशेष बनाती है। लेखन हमारी सृजनात्मक प्रतिभा को सुदृढ़ बनाता है, परन्तु आज डिजिटल क्रान्ति के इस दौर में कृत्रिम बुद्धिमता (AI) के उपयोग के कारण हमारी सृजनात्मक अभिव्यक्ति तथा लेखन की क्षमता का ह्रास होता जा रहा है। विद्यार्थियों में सृजनात्मक तथा लेखन की प्रतिभा को पुष्पित एवं पल्लवित करने के लिए हमारे महाविद्यालय के द्वारा महाविद्यालय की पत्रिका '' देवगाह'' के प्रथम अंक के प्रकाशन के साथ एक अनूठी पहल की जा रही है। इससे प्रत्येक विद्यार्थी की लेखन में रूचि बढ़ेगी साथ ही वह इस क्षेत्र में अपनी प्रतिभा को निखार सकेंगे।

''देवगाह'' दो शब्दों में मेल से बना है देव+गाह ''देव का अर्थ है देवता अर्थात ईश्वर तथा ''गाह'' का अर्थ है स्थान। अतः देवगाह का शाब्दिक अर्थ है ईश्वर का स्थान। शाब्दिक अर्थ के अतिरिक्त ''देवगाह'' का अर्थ है वह पवित्र स्थान जो ज्ञान तथा प्रेरणा का स्त्रोत है और सांस्कृतिक केन्द्र, पर्यवरणीय संरक्षण स्थल या आध्यात्मिक प्रगति का प्रतीक है।

मैं ''देवगाह'' पत्रिका के मुख्य सम्पादक के रूप में , पत्रिका के इस प्रथम अंक में आप सभी पाठकों का हार्दिक अभिनन्दन करती हूं। ''देवगाह'' पत्रिका का यह प्रथम अंक छात्रों के नवीन विचारों को विकसित करता है। इस पत्रिका के माध्यम से छात्रों की रचनात्मक प्रतिभा, विचारों और कल्पना को अभिव्यक्त करने का प्रयास किया गया है। इस अंक में विभिन्न विषयों पर कविताएं,लेख,रिपोर्ताज,लोक साहित्य आदि शामिल किया गया है जो हमारे महाविद्यालय के होनहार छात्रों के द्वारा लिखा गया है।

यह सम्पूर्ण प्रयास हमारे महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ मोहिंदर कुमार सलारिया के मार्गदर्शन से सर्वस्व संभव हो सका है। मैं प्राचार्य के प्रति अपनी कृतज्ञता ज्ञापित करते हुए श्रद्धानवत हूं। मैं समस्त प्राध्यापक तथा विद्यार्थी संपादक मंडल का हार्दिक आभार व्यक्त करती हूं जिनके अथक प्रयासों से यह कार्य अपने मुकाम तक पहुंचा है, साथ आशा एवं अपेक्षा है कि ऐसा सौहार्द एवं सहयोग सदैव बना रहेगा।

मुख्य संपादक
पिंकी देवी
सहायक आचार्य हिन्दी

Statement about ownership and other particulars of the "DEVGAH" required are made under rule 8 of Press and Registration of Books Act.

"DEVGAH"

2023-24

Govt. Degree College, Salooni, Distt. Chamba (H.P.)

Place of Publication	:	Salooni
Periodicity of Publication	:	Annual
Publisher's Name	:	Dr. Mohinder Kumar Slariya
Nationality	:	Indian
Address	:	Principal, Govt. Degree College, Salooni Distt. Chamba (H.P.)
Chief Editor	:	Asstt. Prof. Pinki Devi
Nationality	:	Indian
Address	:	Govt. Degree College Salooni, (H.P.)
Name and Address of Individual	:	Dr. Mohinder Kumar Slariya , Principal
Who owns the magazine	:	Govt. Degree College Salooni (H.P.)
Printer's Name and Address	:	Suraksha Traders Samoor Distt. Una (H.P.) Mob. 94590-75725

I,Dr. Mohinder Kumar Slariya hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Dr. Mohinder Kumar Slariya

(Principal)

DEVGAH

2023-2024

English Section

Staff Editor
Asstt. Prof. Tejender Singh Negi

Student Editor
Komal
B.A.IInd

GOVT. DEGREE COLLEGE SALOONI, DISTT. CHAMBA (H.P.)

INDEX

Sr.No.	Title	Writer	Page No.
1.	Value of Time	Rajni Thakur,B.A.II	7
2.	Superstitions	Kajal,B.A.III	7
3.	Dear Sir/Teacher	Komal,B.A.II	7
4.	My Parting Words	Manjot Sharm,B.A.III	8
5.	Life	Kavya Sharma,B.A.I	8
6.	Amazing Facts	Manjot Sharma,B.A.III	8
7.	The Weaver's Loom..	Shivani,B.A.II	9
8.	Life	Sapna Thakur,B.A.II	9
9.	Easy and Difficult	Sapna Thakur, B.A.II	9

Value of Time

To realize the value of one year,
Ask student who has failed in his examination.
To realize the value of one month,
Ask a mother,
who has given birth to a premature baby.
To realize the value of one week,
Ask editor of a weekly.
To realize the value of one day,
Ask a daily-wage labourer.

Rajni Thakur
B.A. 2nd Year
Roll No. 202204

Superstitions

One universal element in human nature observed by me is the belief in superstitions .A superstitions is irrational belief. Every religious system has a web of superstitions woven round it. A Christian, for example may believe that in time of trouble he will be guided by the Bible if he opens it at random and reads the text that first strikes his eye. Often one man's religions is another man's superstitions. All religious beliefs and practices may seen superstitions to a person without religion. I have observed some very interesting superstitions beliefs among the people in my neighborhood. I have seen that even highly educated persons are superstitions. Being irrational, superstition should recede before education and especially science. Nevertheless, even in these day of science, there are few people who would not, if pressed admit to cherishing at least one or two superstitions.

Kajal
B.A. 3rd Year

"Dear Sir"/Teacher

Dear Sir,
"When God created you
He gave us special person"
You taught us to walk on the path of truth and honesty
You taught us to live a life beyond the books
You are the person for whom every heart has respect
In the illusion of this world
You made us a better human being
We were the stone on the path
Beautiful states have been made of us
Just I like found my guru in the form of god
Even if we make a mistake, we forgive quickly
Your eyes are deep like a lake
There is a secret deep in them, whatever you want to tell.
There is a peace in every word that comes from your mouth.
Seeing you passion, a different passion comes within us too.
Sometime after seeing you
It seems that you have immense pain
And sometime after listening to you
It seems that you are a bookworm
There is something special about you
Your dress is simple
Your talent makes you different from everyone else.
You have a deeper bond with all of us
If I write about you, word fall short
My dear Sir,
You are an endless story
You become friend for us before teacher.

Komal
B.A. 2nd Year

My Parting Words

To the College ...

Thanks for making me what I am today?

To the Principal ...

Thanks for taught me such a good values.

To the Teachers ...

Thanks for giving me knowledge and taught me to forgive and not to be angry.

To all my Friends ...

Thanks for your caring, understanding, hearing.

To all my Juniors ...

Thanks for your love, All the best to you all .

To my Enemies ...

Keep Burning.

Manjot Sharma
B.A. 3rd Year
Roll No. 20210819

Life

What do you dream about,
a life or a death.
A pain we all have to suffer,
Can make your eyes wet,
Even a brighter day,
Ends with a dark night
Your whole sins can take,
with a sharp knife,
So don't hold your breath,
Tell me about your dream
What you choose,
a life or a death.

Kavya Sharma
B.A. 1st Year

Amazing Facts

Dogs are colour blind but they have good smelling power.

Everyone thinks of changing the world, but no one thinks of changing himself.

You can't kill yourself by holding your breath.

Like fingerprint everyone's tongue print is different.

The world's highest cricket ground is in Chail, Himachal Pradesh built in 1893, after leveling a hilltop. The cricket pitch is 2444 metres above sea level.

One drop of Cobra's poison can kill 160 persons.

Birds fly but Ostrich and Kiwi do not do so.

Manjot Sharma
B.A. 3rd Year
Roll No. 20210819

The Weaver's Loom (Discipline Shape our Destiny)

In childhood's dream, a gentle crime,
Whispers of structure, a guiding rhyme.
Not chains that bind, but a steady light.
A compass true, through day and night
With rules as threads, a system we weave,
A tapestry grand, where purpose we believe.
For habits bloom from choices we make,
And self improvement gentle path we take
Each focused stride, a honed and keen blade,
To carve a path, through sun and moon's parade,
Serene direction, hand so sure,
Discipline's magic, a promise to endure.
Like fertile soil, where knowledge takes root,
It nurtures wisdom and bears success as its fruit.
For principles, the seeds we sow with care
In fields of discipline, their harvest we share.
So let us embrace this guilding hand,
And build a future, on wisdom's grandstand.
For in its grip, our dreams find their flight,
A tapestry woven, in discipline's light.

Shivani
B.A. 2nd Year

Life

Life is a challenge, not pain.
Life is sunshine, not rain.
Life is a teacher, God is everywhere.
It makes love and care.
Life is a struggle,
It makes love everything a puzzle.
I think life is fight.
And fight lends sight
Life is an unknown road.
About which only God knows.

Sapna Thakur
Class : B.A. 2nd Year
Roll No. 2022020

Easy and Difficult

Saying is easy but,
Doing is difficult.
Getting education is easy but,
Getting knowledge is difficult.
Thinking is easy but,
Acting is difficult.
Doing evil is easy but,
Learning good is difficult
Misunderstanding is easy but,
Understanding is difficult
Losing character is easy but,
Regaining it is difficult.

Sapna Thakur
Class : B.A. 2nd Year
Roll No. 2022020

देवगाह

2023-2024

हिन्दी अनुभाग

प्राध्यापिका संपादक
पिंकी देवी,सहायक आचार्य

छात्र संपादक
सुरेन्द्र कुमार
कला स्नातक तृतीय वर्ष

GOVT. DEGREE COLLEGE SALOONI, DISTT. CHAMBA (H.P.)

विषयसूची

क्रम सं.	विषय	लेखक	पृष्ठ सं
1.	अलविदा	बबीता, कला स्नातक तृतीय वर्ष	12
2.	सपनों में रख आस्था	काजल देवी,कला स्नातक तृतीय वर्ष	12
3.	यह मैं हूं	बबीता, कला स्नातक तृतीय वर्ष	12
4.	वो हूं मैं	शिवानी,	12
5.	तिरंगा	काजल देवी, कला स्नातक तृतीय वर्ष	13
6.	माता और पिता	शाहिद खान,कला स्नातक तृतीय वर्ष	13
7.	अनुशासन	शिवानी,कला स्नातक द्वितीय वर्ष	13
8.	आजादी	स्नेहा शर्मा, कला स्नातक प्रथम वर्ष	13
9.	जिन्दगी	अकांक्षा, कला स्नातक प्रथम वर्ष	14
10.	मेरी जिन्दगी	नेहा वर्मा, कला स्नातक प्रथम वर्ष	14
11.	कोरा कागज	अकांक्षा, कला स्नातक प्रथम वर्ष	14
12.	मां	शिवानी,	14
13.	इंसान	नेहा कुमारी, कला स्नातक तृतीय वर्ष	15
14.	मेरी खुशी	सुरेन्द्र कुमार,	15
15.	जाति और धर्म	शिवानी, कला स्नातक द्वितीय वर्ष	15
16.	कुछ कर दिखाना है	प्राची राणा,कला स्नातक प्रथम वर्ष	15
17.	चल दिए मंजिल की राह पर	हरजोत शर्मा,कला स्नातक प्रथम वर्ष	16
18.	इस बार रण कुछ और होगा	सावित्री, कला स्नातक तृतीय वर्ष	16
19.	जिन्दगी	हरजोत शर्मा, कला स्नातक प्रथम वर्ष	16
20.	मां	स्नेहा शर्मा	16
21.	मेरे लफज	मनजोत शर्मा, कला स्नातक तृतीय वर्ष	17
22.	लाईब्रेरी	मनजोत शर्मा, कला स्नातक तृतीय वर्ष	17
23.	यादें	मधु शर्मा, कला स्नातक तृतीय वर्ष	17
24.	गुरु का महत्व	मधु शर्मा, कला स्नातक तृतीय वर्ष	17
25.	नारी	मधु शर्मा कला स्नातक तृतीय वर्ष	18
26.	ऐ वक्त मुझे भी	रजनी, कला स्नातक द्वितीय वर्ष	18
27.	लक्ष्य मेरा	शिवानी, कला स्नातक द्वितीय वर्ष	18
28.	आत्म विश्वास	शिवानी, कला स्नातक द्वितीय वर्ष	18

अलविदा

न जाने कहां से आए
हम पक्षी उड़ते–उड़ते
एक रिश्ते से बन्धकर,
दोस्ती के दुःख दर्द बांटकर,
कुछ खोकर, कुछ पाकर,
कुछ रोकर, कुछ हंसकर,
आने वाली पीढ़ी के लिए,
प्यार के कुछ पेड़ लगाकर,
पुराने मकान पार कर,
नई मंजिल को जाने वाले,
नई राहों की तलाश में,
राजकीय स्नातक महाविद्यालय सलूणी की
पवित्र इमारत में से,
इस जिन्दगी के सुहाने
तीन साल का सफर बिता चले,
हम कहकर आज 'अलविदा' चले।

बबीता
बी.ए. तृतीय वर्ष
रोल न. 20210829

यह मैं हूं

कभी वहां लगा ही नहीं मन मेरा,
जहां भीड़ थी।
अकेले रहने की आदत है, या फिर लोग
पसन्द ही नहीं मुझे, यह सवाल कभी–कभी खुद से ही पूछ लेती हूं।
कभी लगता है कि काश लोग होते और
कभी बेवजह ही लोगों से दूर भागती हूं।
घर की दीवारें ज्यादा समझती हैं, मुझे
इसलिए हमेशा कोनों में रहती हूं।
मेरी दुनिया में बस मैं हूं, भीड़ लोगों और रौनकों से मेरा वास्ता नहीं
मैं लड़की अलग हूं खुद के संग मैं दुनिया
भूल जाती हूं, खुद में रहती हूं तो अपने
गम भूल जाती हूं।
रिश्ते होना भी जरूरी है, जीवन में
यह बात पता है मुझे लेकिन ये रिश्ते
कभी समझ आए ही नहीं।
मुझे तो अकेले रहना ही आता है
और सुकून की बात हो जहां मुझे
चांद ही नजर आता है।
लोगों से दूर भागना, अकेले रहना,
कभी–कभी बेवजह रोना और कभी
चिड़चिड़े होना, यह मैं हूं और
मैं ऐसी ही हूं।

बबीता
बी.ए. तृतीय वर्ष
रोल न. 20210829

सपनों में रख आस्था

सपनों में रख आस्था कर्म तू किये जा,
त्याग से ना डर आलस परित्याग किए जा।
गलती कर ना घबरा,
गिरकर फिर हो जा खड़ा।
समस्याओं को रास्तों से निकाल दे,
चट्टान भी हो तो ठोकरों से उछाल दे।
रख हिम्मत तूफानों से टकराने की
जरूरत नहीं है किसी मुसीबत से घबराने की।
जो पाना है बस उसकी एक पागल की तरह चाहत कर,
करता रह कर्म मगर साथ में खुदा की इबादत भी कर,
फिर देख किस्मत क्या–क्या रंग दिखलाएगी
तुझको तेरी मंजिल मिल जाएगी, मंजिल मिल जाएगी।

काजल देवी
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210821

वो हूं मैं

गुजार दिए होंगे तुमने, कई दिन , कई महीने साल,
जो काट ना सकोगे वो एक रात हूं मैं।
की होगी गुफ्तगू तुमने कई दफा कई लोगों के साथ,
दिल पर जो लगेगी वो बात हूं मैं।
भीड़ में जब तन्हा खुद को तुम पाओगे,
अपनेपन का एहसास जो करा दे,
वो एक साथ हूं मैं।
बिताए होगें तुमने कई हसीन पल सबके साथ,
जो भुला नहीं पाओगे, वो एक याद हूं मैं।

शिवानी
रोल न. 35

तिरंगा

लाल तिरंगे की चोटी पर जो यह झंडा फहराता है,
बिछुड़ गए जो साथी हमसे उनकी याद दिलाता है।

कहां गई वो लक्ष्मीबाई झांसी की थी वह रानी,
मैदानों पर खून बहाया जैसा बहता पानी।

कहां गया वो भगत सिंह आजादी का था यह रखवाला,
फांसी पाकर अमर हुआ देश प्रेम का मतवाला।

नेता जी ने उस झंडे को सिंगापुर में लहराया था,
चल के दिल्ली फतह करेंगे यह नारा लगाया था।

लाल तिरंगे की चोटी पर जो यह झंडा फहराता है,
बिछुड़ गए जो साथी हमसे उनकी याद दिलाता है।

काजल देवी
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210821

आजादी

पंछी है कैद अगर,
तो उड़ने में कर मदद तू।
रात है काली अगर,
दिया जला कर रोशन कर तू।
बीत गए कई साल रूढ़िवादी विचारों में उलझ कर
सुलझा मन के भाव तू।
औरत, आदमी या हो कोई बच्चा,
सबके जीवन का कर सम्मान तू।
तोड़ दे दीवारें सारी,
आगे बढ़ बिजयी राह [illegible]।
उन वीरों ने क्या पाया,
अगर तू अब भी डर में खोया।
उठ जा तू छू ले आसमान,
आजादी पे है सबका हक।

स्नेहा शर्मा
बी.ए प्रथम वर्ष

माता और पिता

बेशक ढूंढ लो सारी दुनिया में मगर
कोई नेक इंसान नहीं मिलेगा,
जाकर देख लो मन्दिर मस्जिद में भी
मां बाप से बड़ा भगवान नहीं मिलेगा।
थके होते हुए थककर सोते नही देखा
पिता जी को मैंने कभी रोते नहीं देखा।
वह मां ही है जिसके रहते
जिन्दगी में कोई गम नहीं,
होता दुनिया साथ दे या ना दे,
पर मां का प्यार कभी
कम नहीं होता है।
दिल की गहराईयों से एक सबक सीखा है
बिना मां और बाप के जीवन फीका है।
दम तोड़ देती है मां बाप की ममता,
जब बच्चे कहते हैं कि
तुमने हमारे लिए किया ही क्या।
अगर बाप तुम्हारी वजह से खुश है तो,
अपनी जिन्दगी के बादशाह हो तुम।
कद्र करनी है तो जीते जी करें,
मरने के बाद तो पराये भी रो देते हैं,
किसी ने खूब कहा है
वक्त निकालकर बातें कर लिया करो अपनों से,
अगर अपने ही नहीं रहेंगे तो वक्त का क्या करोगे।
गरूर किस बात का, आज मिट्टी के ऊपर है,
तो कल मिट्टी के नीचे होंगे।

शाहिद खान
बी.ए. तृतीय वर्ष
202108129

अनुशासन

व्यर्थ कभी ना बैठता, करता रहता काम,
अनुशासन से एक दिन, पा ले नया मुकाम।
पढ़ने से यदि भागता, कभी तुम्हारा मन।
करो नियंत्रित तुम इसे, रख सदा अनुशासन।
काम आज का तू कभी कल पर मत छोड़।
अनुशासन से आज ही अपना रिश्ता जोड़।

शिवानी
बी.ए. द्वितीय वर्ष
2022053

जिन्दगी

कल एक झलक जिन्दगी को देखा
वो राहों पे मेरी गुनगुना रही थी,
फिर ढूंढा उसे इधर–उधर
वो आंख मिचौली कर मुस्कुरा रही थी
एक अरसे के बाद आया मुझे करार
वो सहला के मुझे सुला रही थी।
हम दोनों क्यूं खफा है एक दूसरे से
मैं उसे और वो मुझे समझा रही थी,
मैंने पूछ लिया क्यों इतना दर्द दिया कम्बख्त तूने
वो हंसी और बोली मैं जिन्दगी हूं पगली तुझे जीना सीखा रही थी।

अकांक्षा
बी.ए. प्रथम वर्ष

मेरी जिन्दगी

चेहरे की हंसी दिखावट सी हो रही है,
असल जिन्दगी भी बगावत सी हो रही है,
अनबन बढ़ती जा रही रिश्तों में भी,
अब अपनों से भी बगावत सी हो रही है।
पहले ऐसा था नहीं जैसी हूं आजकल,
मेरी कहानी कोई कहावत सी हो रही है।
दूरी बढ़ती जा रही मंजिल से मेरी,
चलते–चलते भी थकावट सी हो रही है।
शब्द कम पड़ रहे मेरी बातों में भी,
खामोशी की जैसे मिलावट सी हो रही है।
और मशवरे की आदत न रही लोगों को,
अब गुजारिश भी शिकायत सी हो रही है।

नेहा वर्मा
बी.ए. प्रथम वर्ष
2301045

कोरा कागज

मैं तो कोरा कागज था बस
सब अपनी कहानी लिखते गए
कुछ ने अपना बचपन खोला
कुछ अपनी जवानी लिखते गए।
किसी ने अपने राज छिपाए,
कोई हाल–ए–दिल भी बोल गया।
कुछ ने सुबह के गीत लिखे
कुछ शाम सुहानी लिखते गए।
अनमोल किया किसी ने मुझे
बेमोल कभी मैं बिकता रहा
सब अपने मन की करते रहे
सब अपनी रवानी लिखते गए।
मुझको वो साथी न मिला
जो मेरा दर्द समझता भी
मेरी आंख के पानी से ही
वो अपनी कहानी लिखते गए।

अकांक्षा
बी.ए. प्रथम वर्ष

मां

जब अकेला रहा तो उसकी याद आई,
अंधेरे में था तो उसकी याद आई।
जब भूख लगी तो उसकी याद आई,
नींद नहीं आए तो उसकी याद आई।
सोचने में कितनी आसान लगती थी जिन्दगी,
जब खुद से जीना सीखा तो उसकी याद आई।
तब भी लगा मां इतनी मतलबी कैसे हो सकती है,
हमसे भी ज्यादा हमारे लिए कैसे रो सकती है।
सच तो यह है कि वह मां ही होती है
जो हमारा पेट भर कर खुद भूखे सोती है।

शिवानी
रौल न. 35

इंसान

यूं ही न अपने मिजाज
को चिड़चिड़ा कीजिये,
अगर कोई बात छोटी करे
तो आप दिल बड़ा कीजिये
एक जैसी ही दिखती थी माचिस की वो तीलियां,
कुछ ने दिए जलाए और कुछ ने घर,
मिली है रूहें तो, रस्मों की बंदिशें क्या है,
यह जिस्म तो खाक हो जाना है फिर रंजिशे क्या हैं,
है छोटी सी जिन्दगी तकरारें किस लिए,
रहो एक दूसरे के दिलों में यह दीवारें किस लिए,
खुशी के फूल उन्हीं के दिलों में खिलते हैं
जो इंसान की तरह इंसानों से मिलते हैं।

नेहा कुमारी
बी.ए. तृतीय वर्ष
202108114

जाति और धर्म

जात–पात और ज्ञान–मान का,
मत करना अभिमान।
मानव जात है इंसान धर्म की,
चाहे पढ़ ले गीता या कुरान।
सोच–सोच के समझ ले यारा,
अपनी राह पर हक है तुम्हारा।
हार है तेरा अपना वरदान,
कर्म से तेरा हो सम्मान।
जात–पात और ज्ञान मान का,
मत करना अभिमान।
जन विकास में सदाचार का,
सदैव हो सम्मान।
ये रंग तेरा वो रूप मेरा
क्या ये ही है पहचान?
जात–पात और ज्ञान मान का,
मत करना अभिमान।
मानव जात है इंसान धर्म की,
चाहे पढ़ ले गीता या कुरान।

शिवानी
बी.ए. द्वितीय वर्ष
2022053

मेरी खुशी

मैं अपनी खुशी कैसे बयां करूं
रोऊं, हसूं या विलाप करूं।
कभी–कभी जब मैं ज्यादा मुस्कुराया,
जिन्दगी ने मुझे और भी रूलाया।
कभी मैं थक कर बैठ जाता
तो कभी दूसरों को देख होश में आ जाता।
कुछ पल ऐसे आए मानों जिन्दगी ही बदल गई,
लेकिन हुआ ऐसे मानों मेरी जान ही निकल गई।
हुआ मैं निराश बहुत ज्यादा, सुना मेहनत का
बाजा मैं जागा फिर भागा।
तब जाना खुशी है दो पल का अनजान मेहमान।
कभी मैं जिन्दगी से हार कर बैठा
तो किसी ने मानों मेरे कानों में प्रयत्न का बाण फेंका।
मैं जागा दोबारा अपने कार्य में ही हो गया लीन
और शाम को ही ले ली मैंने अच्छी नींद,
कुछ वर्षों बाद मेरी जिन्दगी में आया नया मोड़
जिन्दगी रहा मैं जिन्दगी में उदास,
उस दिन किया मैंने उल्लास
ये है मेरी खुशी और जिन्दगी का राज।

सुरेन्द्र कुमार
20210895

कुछ कर दिखाना है

शुरूआत एक नई–सी, कुछ कर दिखाने की,
जिन्दगी की इस भीड़ में अपना नाम कमाने की,
संघर्ष मेरे अपनों का मेरी कामयाबी के लिए,
उस संघर्ष को कामयाब बनाने के लिए।
वक्त नहीं रूकने का,
अभी तो बस ये शुरूआत है
अपनों की कुछ उम्मीदें और
अपने कुछ ये ख्वाब हैं।
जिन्दगी एक है तो फिर,
मौके भी कहां बार–बार हैं।

प्राची राणा
बी.ए. प्रथम वर्ष

चल दिए मंजिल की राह पर

मन में कुछ ठान कर चले हैं,
सपनों की उड़ान भर कर चले हैं,
बहुत सारे तूफान ले कर चले हैं,
अच्छाई का आसमान ले कर चले हैं,
दोस्ती का पैगाम ले कर चले हैं,
शांति का अंजाम ले कर चले हैं,
आसान नहीं है रास्ता,
ये जान कर चले हैं,
मंजिलों से है वास्ता,
ये मान कर चले हैं,
अपने बारे में सोचना छोड़ दिया,
खुद को बेपरवाही मान कर चले हैं,
मंजिल काफी दूर है जनाब,
खुद को राही मान कर चले हैं।

हरजोत शर्मा
बी.ए. प्रथम वर्ष
2301018

जिन्दगी

ऐ जिन्दगी कभी तू खुशी दिखाती है,
और सामने लाती है कभी गम।
कभी चलते रहने को कहती है,
और रोक देती है कभी कदम।
कभी तू हमें पहचानती है,
और जानते हैं तुझे कभी हम।
कभी हमारे दुख सुनती है,
और अपने सुनाती है कभी गम।
कभी किसी का दिल दुखाने को कहती है
और याद दिलाती है कभी कर्म,
कभी ध्यान से देखते हैं तुझे
और तेरे खेलों पर आती है कभी शर्म।
कभी तुझे लिखते–लिखते उदास होती है,
और खुश होती है कभी कलम।
कभी तेरे बारे में अच्छा लिखते हैं,
और तेरे दिए हुए दर्द लिखते हैं कभी हम।
कभी दिन में सोचते हैं तेरे बारे में,
और रात में कभी हम।
दिल की बात करेंगे तुझसे,
अगर बैठे साथ में कभी हम।

हरजोत शर्मा
बी.ए. प्रथम वर्ष
2301018

इस बार रण कुछ और होगा

था टूट कर बिखरा हुआ,
हारा हुआ सोया हुआ
इक आग सहसा जल उठी
चीख कर वह कह उठी
इस बार रण छोड़ दूंगा
इस बार रण कुछ और होगा।

कब तक रहूं कब तक सहूं
हूं मिट गया कितना मिटूं।
अब मिट्टियां फिर से ढलेंगी,
इस बार गढ़ कुछ और होगा
इस बार रण कुछ और होगा।

उठ खड़ा हूं ध्येय पथ पर,
दृष्टि पैनी कर लिया हूं,
अब छल नहीं कोई छलेगा,
कर्ण अब कुछ और होगा,
इस बार रण कुछ और होगा।

अब नहीं परवाह कोई
कुछ छूटता हो छूट जाए
पी अब नहीं चुकुंगा मैं
ये बार अब कुछ और होगा
इस बार रण कुछ और होगा।

था टूट कर बिखरा हुआ,
हारा हुआ सोया हुआ
इक आग सहसा जल उठी
चीख कर वह कह उठी
इस बार रण छोड़ दूंगा
इस बार रण कुछ और होगा।

सावित्री
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210812

माँ

किस तरह वो मेरे गुनाहों को धो देती है
मां बहुत गुस्से में होती है तो रो देती है।
बुलंदियों का बड़े से बड़ा निशान हुआ।
उठाया गोद में मां ने तब आसमान हुआ।
किसी को घर मिला हिस्से में या कोई दुकान आई
मैं घर में सबसे छोटा था मेरे हिस्से में मां आई।

स्नेहा शर्मा

मेरे लफ्ज

मैं लिखूं तुझे शाम,
कभी सुबह लिखूं,
तेरे जिक्र में लिख दूँ एक किताब,
कभी तेरी फिक्र लिखूं।
ढलती शाम करती तेरा जिक्र,
हर उगती किरण में राज है,
जब बैठूं कभी चांद की रोशनी तले
उसे भी मेरे दर्द का एहसास है।
हर पहर में एक नया समां
तू ठहरी सी वो शाम
तुझे पाने की तलब को,
हर शाम एक पन्ने पर लिखूं।
बयां का दू सब लफ्जों में
पर खामोशियों में भी,
तेरा नाम न लिखूं।
हर शख्स जानता है
मैं तेरी हूं,
पर फिर भी
मैं ,खुद को अनजान लिखूं।

मनजोत शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210819

यादें

यादें आती हैं अपनों की,
आंखे नम सी हो जाती हैं
उदासी सी लिए, बुरे वक्त नहीं अपनों की
यह कैसा योग बनाया है
खुशहाल जिन्दगी में यह कैसा अजब खेल दिखाया
मत लूट के ले जाओ इस अपार दौलत को हमसे
क्यों अपनों के बिना हमारे जीवन का महत्व नहीं
खो दूं अस्तित्व अपना
इस मोड़ पर मत लेकर आना
बना रहे अपनों का हाथ सिर पर
जीवन की आखिरी सांसों तक।

मधू शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210803

लाईब्रेरी

उस सिमटी सी चारदीवारी में बैठे थे वो
कल को उज्ज्वल बनाने की कोशिश में थे,
किसी को किसी से ना था वास्ता,
न समय की फिक्र न लोगों का होश था,
बस डूबे थे उन छपे पन्नों में,
जिन पर लिखा कल का दौर था,
छोटे बड़ों में भेदभाव न था वहां,
क्योंकि लाईब्रेरी उसे नाम कबूल था।

मनजोत शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210819

गुरू का महत्व

गुरू वाणी कानों में गूंजे तब जीवन सफल बन जाए
गुरू की महिमा का चार युग गुणगान करें
आए जितने भी देव वह भी गुरू धारण करें
पढ़–पढ़ ढेर लगाया, समझी न फूटी कौड़ी
गुरू बिना ज्ञान अधूरा जीवन शिक्षा सीखी
चार वेदों में गुरू महिमा लिखी
सोचो समझो फिर विचार करो
फिर सतगुरू धारण क्या
धर्म के नाम पर हो रहा शोषण
अज्ञान व्यक्ति गुरू बन बैठा है
करना विश्वास उनका, जो तथ्य सहित बात कहे
गुरू वह तार है जो जोड़ती ईश्वर से
गुरू चरणों में दण्डवत प्रणाम
गुरू ज्ञान का भण्डार है
उन्हे मेरा शत–शत नमन।

मधू शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210803

नारी

मन में जैसी भी हो हलचल भले ही
फिर भी चेहरे पर मुस्कान लाती है
हो बेशक कांटों से भरे पथ भले ही
उस स्थिति से लड़ना जानती है,
निराश, हताश कष्टों में भी
शिकन तक नहीं दिखती चेहरे पर
वह और कोई नहीं नारी है।
जिससे यह दुनिया न्यारी है।
जिसे समझे भले कोई नहीं
पर वह समझती भलि भान्ति है
कर सोलह श्रृंगार खुद को सजाती है
जब उठाए उंगली उसके चरित्र पर
फिर काली स्वरूप बन जाती है
नारी हूं कमजोरी नहीं
अपने हक के लिए लड़ना भी जानती हूं।
मै भारत की नारी हूं।

मधु शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210803

ऐ वक्त मुझे भी

ऐ वक्त मुझे भी साथ ले चल
अपने हाथों में हाथ ले चल।
थाम कर हाथ मेरा उस पार ले चल
ऐ वक्त मुझे भी साथ ले चल ....

पाना है मुझे इस मंजिल को
कहीं रूक न जाएं कदम मेरे
मुसीबतों को मात देकर चल
ऐ वक्त मुझे भी साथ ले चल ....

कहीं भीड़ में खो न जाऊँ
नींद को देखकर सो न जाऊँ
मुझे दूर जाना है चाहे रातों रात ले चल
ऐ वक्त मुझे भी साथ ले चल ....

बेवफा दुनिया की भीड़ से बचाकर
मेरे संघर्ष मेरे सपनों को सजाकर
अपने हाथों में हाथ ले चल
ऐ वक्त मुझे भी साथ ले चल ....

रजनी
कला स्नातक द्वितीय वर्ष
2022040

आत्म विश्वास

कुछ रास्ते कठिन सही,
नामुमकिन तो नहीं,
जो गर तू ठान ले,
तो समुद्र तल से सीप ले आएगा,
दुर्गम पहाड़ भी, सलाम करेगा।
ओ राही मैंने माना, सफर है लम्बा बहुत
थका है तो कर आराम,
किन्तु तू हार कभी मत मान।

शिवानी
बी.ए. द्वितीय वर्ष
2022053

लक्ष्य मेरा

मंजिल कितनी भी दूर क्यूं न हो,
मगर लक्ष्य मेरा अर्जुन के तीर सा हो।
कमजोरियां मुझमें चाहे कितनी भी हों,
मगर हौंसला सीमा पर खड़े वीर सा हो।

शिवानी
बी.ए. द्वितीय वर्ष
2022053

देवगाह

2023-2024

Commerce Section

Staff Editor
Asstt. Prof. Shubham Dogra

Student Editor
Deep Raj
B.Com. IInd Year .

GOVT. DEGREE COLLEGE SALOONI, DISTT. CHAMBA (H.P.)

INDEX

Sr.No.	Title	Writer	Page No.
1.	Securing Your Future....	Vanshika Thakur,B.A.I	21
2.	The Paradigm Shift...	Deepraj,B.Com.II	22
3.	Digital Marketing..	Sakshi Thakur,B.A.I	22-23

Securing Your Future : Importance of Health Insurance

Health Insurance is an agreement between an individual, known as the policyholder and an insurance company, wherein the responsibility of the policyholder's medical expenses is transferred to the insurance company in exchange for a predetermined premium (amount of money that the policyholder has to pay against the coverage provided by the insurance company) paid on a monthly or yearly basis.

In today's lifestyle, our habits makes us more vulnerable to diseases like diabetes, high blood pressure, heart disease and other critical illness. In addition to this, medical inflation has also been a major concern. Health insurance also ensures that individuals can access quality healthcare services without worrying about the high costs associated with medical treatments. Health insurance provides multiple benefits to the policy holders like pre and post hospitalisation expenses coverage, covers domiciliary treatment, free annual health check ups and tax saving benefits. Ignorance of health insurance may lead to financial risks related to healthcare expenses which can be very expensive. Furthermore, without health insurance, you may also face difficulties to accessing necessary medical care, which could impact your overall health and well being. Therefore, having good health insurance policy is vital, as it not only protects our health but also safeguards our financial stability.

In India, penetration of health insurance sector is still very low. There are a number of reasons for the low penetration of the health insurance sector in India like lack of awareness among general public about the importance of health insurance and the benefits it offers, affordability of premium is a significant concern for many people in India especially low income groups, limited coverage option to policyholder and complex terms all conditions of health insurance policies. Government professionals and health insurance companies should come together to address these issues which can help in increasing the penetration of health insurance sector in India, making it more accessible and beneficial for a larger portion of the society. Health Insurance is not an option but necessity of today's world.

Vanshika Thakur
B.A. 1st Year
Roll No. 2301011

"The Paradigm Shift : From Profit Maxmizatiob - A Shareholder Perspective "

Profit maximization is the traditional goal of a firm and refers to the process of maximizing profit of the firm in the short term. This approach focuses completely on increasing the amount of profit earned within a specific period, often at the expenses of long term profit and growth of the firm. This strategy may lead to increase in dividend return for the shareholders in short term but it will not lead to any value creation for the firm and shareholders in the long run.

On the other hand, wealth maximization is a modern concept which focuses on the value creation for the shareholders in long term. This approach mainly concerned with sustainable growth, increased profitability and dividend in the long term. It takes into account not only the magnitude of profits but also the timing and risk associated with those profits.

From the perspective of shareholders, wealth maximization is unquestionably the superior objective. By prioritizing sustainable growth and long term value creation, it aligns the interest of the firm with those of its shareholders. When a company focuses on maximizing wealth, it typically makes strategic decision that lead to increased stock prices and dividends, ultimately benefiting the shareholders in the long run. In conclusion, while profit maximization may offer short term gains, wealth maximization is undeniably superior when it comes to creating sustainable value for shareholders.

Deepraj
B.Com. 2nd Year

Digital Marketing : Modern Technique of Marketing

डिजिटल मार्केटिंग, जिसे ऑनलाइन मार्केटिंग भी कहा जाता हैं, इंटरनेट और डिजिटल संचार के अन्य रूपों का उपयोग करके संभावित ग्राहकों से जुडने के लिए ब्रांडों का प्रचार है। Amazon, Myntra, Flipkart आदि जैसी कई बैवसाइट्स हैं जहां लोग उत्पाद खरीदते हैं। आज हम तकनीकी रूपों से उन्नत दुनिया में रहते हैं जहां इंटरनेट के माध्यम से कुछ भी संभव है। डिजिटल मार्केटिंग जो भी कार्य करती है वह केवल इंटरनेट के कारण ही संभव है। इंटरनेट डिजिटल मार्केटिंग का मूल है। डिजिटल मार्केटिंग की सबसे खास बात यह है कि अगर आपको किसी प्रोडक्ट की मार्केटिंग करनी है तो आप minimum price में प्रोडक्ट की मार्केटिंग कर सकते हैं। इससे मार्केटिंग करने वाली companies को बहुत फायदा होता है। किसी भी प्रोडक्ट को बेचने के लिए मार्केटिंग बहुत जरूरी है क्योंकि मार्केटिंग से लोगों को प्रोडक्ट के बारे में जानकारी मिलती हैं जिससे प्रोडक्ट की सेल बढ़ती है। डिजिटल मार्केटिंग में हम वस्तुओं को बाजार से कम दाम में प्राप्त कर सकते हैं इससे उत्पाद खरीदना आसान हुआ। डिजिटल मार्केटिंग एक बहुत अच्छा उपकरण है जिसका उपयोग संगठन और कंपनियां अपने सामान और सेवाओं को बढ़ाया देने के लिए कर सकते हैं।

डिजिटल मार्केटिंग के प्रकार :

1. खोज इंजन अनुकूलन या एसईओ : यह माध्यम आपकी वेबसाइट को खोज इंजन द्वारा लगाए जाने वाले परिणामों में सबसे ऊपर रखने में मदद करता है। यह तब काम करता है जब वेबसाइट पर डाली गई सामग्री में कुछ एसईओ शब्दों का उपयोग किया जाता है।
2. सोशल मीडिया मार्केटिंग : यह मार्केटिंग के सबसे प्रभावी रूपों में से एक है और लोगों से जुड़ने और उनके साथ विश्वास का रिश्ता बनाने में मदद करता है। यह किसी भी व्यवसाय को विज्ञापन के पारंपरिक रूपों की तुलना में व्यापक लक्षित दर्शकों तक पहुंचाने में मदद करता है। एक वायरल विडियो किसी भी बिजनेस के प्रोडक्ट को मशहूर बना सकता है।
3. मेल मार्केटिंग : ईमेल मार्केटिंग ईमेल के माध्यम से किए जाने वाले विज्ञापन है। विज्ञापनों को सीधे व्यक्ति के इनबॉक्स के बिना किसी बाधा के लाता है। यह मुख्य रूप से तब होता है जब लोग शॉपिंग वेबसाइट आदि में अपने ईमेल से लॉग इन करते हैं।
4. यूट्यूब चैनल : यह भी मार्केटिंग का एक रूप है जो सोशल मिडिया के अंतर्गत आता है लेकिन इसका दूसरा पक्ष भी है। अक्सर लोग बड़े प्रशंसक वर्ग के लिए उत्पादों और सेवाओं की समीक्षाएं अच्छी है तो बहुत से लोग उत्पाद या सेवा खरीदने के लिए उमड़ पड़ते हैं।

डिजिटल मार्केटिंग के महत्व :

डिजिटल मार्केटिंग आपको विभिन्न तरीकों से और विभिन्न प्लेटफॉर्मों पर अपने लक्षित ग्राहकों तक ऑनलाइन पहुंचने की अनुमति देता है। यह आपको ब्रांड जागरूकता फैलाने और नए ग्राहकों तक पहुंचने में मदद करता है। डिजिटल मार्केटिंग कम लागत वाला व समय बचाने वाला मार्केटिंग का स्त्रोत है जिसकी मदद से व्यापार को बढ़ाया जा सकता है। ये विक्रेता और ग्राहक के बीच बेहतर और प्रत्यक्ष सामंजस्य बनाए रखता है।

डिजिटल मार्केटिंग से संबंधित समस्याऐं:

डिजिटल मार्केटिंग की एक मुख्य समस्या डाटा माइनिंग है। उपयोगकर्ताओं के डाटा की खरीद पर अंकुश लगाने के लिए कोई नियम या कानून नहीं बनाया गया है। इसका उपयोग इस हद तक किया जाता है कि उपयोगकर्ता एक उत्पाद बन गया है। इसे एक साजिश सिद्धांत के रूप में बोला जाता है कि हमारी जासूसी की जा रही है, लेकिन यह सच्चाई से बहुत दूरी नहीं है, Google, Twitter, Instagram, Facebook आदि के पूर्व कर्मचारियों ने कहा है कि सोशल मीडिया साइटों का उपयोग करने वाले उपयोगकर्ता की वेबसाइट द्वारा कितना डाटा संग्रहित किया जाता है। यह जानकारी विपणक को बेची जाती है ताकि वे अपने उत्पादों के साथ विशिष्ट दर्शकों को लक्षित कर सकें।

डिजिटल मार्केटिंग बड़े और छोटे व्यवसाय को आगे बढ़ाने में मदद करता है। यह आज के युग में महत्वपूर्ण है और यहां तक की रोजगार की समस्या से निपटने में भी मदद करता है। मार्केटिंग का यह रूप बताता है कि कैसे कोई प्रौद्योगिकी का लाभ उठा सकता है और अपने व्यवसाय को आगे बढ़ा सकता है। लेकिन उपयोगकर्ताओं के लिए यह भी महत्वपूर्ण है कि वह सुरक्षित रहने के लिए इंटरनेट पर डाली जाने वाली जानकारी से सावधान भी रहे।

Sakshi Thakur
B.A. 1st Year
Roll No. 2301044

देवगाह

2023-2024

पहाड़ी अनुभाग

प्राध्यापक सम्पादक
पंकज कुमार,सहायक आचार्य

छात्र संपादिका
अर्पिता गुप्ता
कला स्नातक तिजा साल

GOVT. DEGREE COLLEGE SALOONI, DISTT. CHAMBA (H.P.)

विषयसूची

क्रम सं.	विषय	लेखक	पृष्ठ सं
1.	लोक साहित्य	नगिता कुमारी, कला स्नातक तृतीय वर्ष	26
2.	गढ़ेरा नजारा	अर्पिता गुप्ता	26
3.	छोटी सरगानी बड़ा डैम बणेया	सुप्रिया	27
4.	अजकले री पढ़ाई	रजनी ठाकुर, कला स्नातक द्वितीय वर्ष	27
5.	गुमान पैसे दा	मनजोत शर्मा, कला स्नातक तृतीय वर्ष	27
6.			

लोक साहित्य

अम्मा पूछदी सून धिए मेरिए
दूबली इतनी तू किन्हा करी होई हो
दूबली इतनी तू किन्हा करी होई हो
पार ली बनिया मोर जो बोले हो
पार ली बनिया मोर जो बोले हो
अम्मा जी इन्हें मोरे नींदर गवाई हो
ओ अम्मा जी इन्हें मोरे नींदर गवाई हो
सद ने बदूंखी जो
सद ले षिकारी जो
सद ने बदूंखी जो
सद ले षिकारी जो
धीए भला ऐतां मोर मार गिराना हो
ओ धीए भला ऐतां मोर मार गिराना हो
मोर नी मरना
मोर नी गवाना हो
मोर नी मरना
मोर नी गवाना हो
ओ अम्मा जी ऐता मोरे पिंजर पूवाना हो
ओ अम्मा जी ऐता मोरे पिंजर पूवाना हो
कुथी जांदा चन्द्रमा
कुथी जांदा तारे हो
कुथी जांदा चन्द्रमा
कुथी जांदा तारे हो
ओ अम्मा मेरी कुथी जांदे दिला दे प्यार हो
कुथी जांदा चन्द्रमा
कुथी जांदा तारे हो
कुथी जांदा चन्द्रमा
कुथी जांदा तारे हो
ओ धिए भला नईयो छुपदे दिलां दे प्यारे हो
ओ धिए भला नईयो छुपदे दिलां दे प्यारे हा

नगिता कुमारी
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210839

गढ़ेरा नजारा

1. हरी–भरी घाटिया छेले न नजारा,
   पहाडी पर गढ़ मन्दिर लगदा बड़ा प्यारा।
   सारे देषेरे फऊजी जिया पेंईदे,
   मन्दिर कने जातरेष अंत नी पांदे।
2. जेनि फऊजी करदा गढ़ेरी सैर
   छुणे नी मुलदा चाऊंड मातेरे पैर,
   जातरेरे मैले अऊगे सजदा बजार
   बड़े इर–इर कना येइदे दुकानदार
3. सरोगा कने जसेरी इरी नी लगभग 8.9 किलोमीटर
   तसी गढ़ा बिजली पैदा करना जो हॉदा जरनेटर,
   बलाऊर, जम्मू हिमगिरी, पुर चम्बे बगेंय कना श्रद्धालु आंदे
   जातेरे दार्षन पांदे ते खाली हाथे नी गांध।
4. गढ़ारी जातरा अंदर नहीं कने घुरेई
   चोला ला नचदे चम्बेरे चुरेई
   कुकडीरी येती तें शेएय शग
   भोले लोकेरे ने बड़े छैल भाग
5. हर साल अम्मा मेरी पंज कड़ाह बणांदी चढांदी
   इधेरे बड़े मशहूर हिदें जातरे त्योहार
   बड़े छैल ने लोको परे गढेरे पहाड़।

अर्पिता गुप्ता

छोटी सुरगानी बड़ा डैम बणेया

छोटी सुरगानी बड़ा डैम बणेया
छोटी सुरगानी बड़ा डैम बणेया
पहले था पहाड़ हुण मैदान बणेया
छोटी सुरगानी बड़ा डैम बणेया
छोटी सुरगानी बड़ा डैम बणेया
उठ मुइए पानी छोरी चा बणाई दे
उठ मुइए पानी छोरी चा बणाई दे
चाई मंजी मीठा पानी तेज पाई दे
उठ मुइए पानी छोरी चा बणाई दे
सड़क बणाणी कैंची मोड़ लगदा
सड़क बणाणी कैंची मोड़ लगदा
झबड़ उठाणी बड़ा जोर लगदा
सड़क बणाणी कैंची मोड़ लगदा।
नार ता बोलदी ढोला चल धरां जो
नार ता बोलदी ढोला चल धरां जो
बदली कराणी तेरी सैलियां धरा जो
नार ता बोलदी ढोला चल धरां जो।
आई बरसात लोको अम्ब पक गए
आई बरसात लोको अम्ब पक गए
खिंडी जांदे यार जानी गम लगदे
आई बरसात लोको अम्ब पक गए
छोटी सुरगानी बड़ा डैम बणेया
छोटी सुरगानी बड़ा डैम बणेया
छोटी सुरगानी बड़ा डैम बणेया।

सुप्रिया
20210813

अजकले री पढ़ाई

अजकले री पढ़ाई बड़ी सरखपाई,
पुराणे जमाने दसवीं पास करी नौकरी लगी जांदी
ते अजकल एम.ए करी भी घरे बेई जांदे।
पुराणे छोकरूआं अंदर हुंदे थिये बड़े संस्कार
ते अजकल दे छोकरूआं दा किया होणा बेड़ा पार।
अजकल दे छोकरू पिंदे ते षराब
पढ़ना लिखना छड़ी दिता ते दिखदे हसीना दे ख्वाब।
अजकले दे छोकरू घरे का भयागा ही चली जांदे
पर कॉलेज जाई करी पीरियड़ इक भी न लांदे।
घरे जाई करी बापू जो डरांदे
बोलदे असी पढ़ी लिखी थकी जांदे।
टाइम इना छोकरूआं ने करणा खराब
रिजल्ट आणा ता बोलदे असी होई गए बरबाद
थोड़ी–थोड़ी गल्ला पर इन्हां करी लेणी हाथापाई।
दोस्तो पढ़ी लेया इन्हां चार लाइना जो
ते करी लियो मेरा विश्वास
पढ़ना लिखना शुरू करी देया
ता तुसी होई जाणा पास।

रजनी ठाकुर
कला स्नातक द्वितीय वर्ष
2022040

गुमान पैसे दा

अजकल दे लोका विच ए
गुमान पैसे दा,
जे चार पैसे बढ़ी गे
ता अखां चढ़ी–जांदी,
भूली जांदे सारे रिष्ते–नाते
नाणे अकणा बधी जांदी,
न मां–बाप दी कदर रहंदी
ते न संस्कार रहंदे
चार पैसे कमाई कने मणु
लोका कने बेहणा भूली जांदे,
सुख–दुख बंडणा ता दूरा दी गल
खरे मुंहे गल करी राजी नी हूंदे,
छड़ी दींदे हथ पैर मणु
ते होरना जो छोटा समझदे,
जेखणा पीचे मुणी दीखुणा
ता दूर का यादा आन्दी समझाणे जो,
सुणी लेयां लोको
ऐसी पैसे दा गुमान मुकाई दियां,
चार –दिना री जिन्दगर मणुओ
हंसी–खेली करी जीणी,
कुनी के लेई जाणा
सबना दी धन माया
इते ही रेहणी।

मनजोत शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष

देवगाह

2023-2024

Planning Section

Staff Editor
Asstt. Prof. Dinesh Kumar

Student Editor
Ankita
B.A.IIIrd

GOVT. DEGREE COLLEGE SALOONI, DISTT. CHAMBA (H.P.)

INDEX

Sr.No.	Title	Writer	Page No.
1.	भारत में क्षेत्रीय असमानताऐं	आदित्य शर्मा, कला स्नातक तृतीय वर्ष	30
2.	किसान क्रेडिट कार्ड	अनामिका, कला स्नातक तृतीय वर्ष	30–31
3.	भारत की सार्वजनिक वितरण...	अंकिता ठाकुर, कला स्नातक तृतीय वर्ष	31
4.	भारत में एलपीजी सुधार	काजल, कला स्नातक तृतीय वर्ष	32
5.	जी.डी.पी. देश की आर्थिक सेहत.	फारूक, कला स्नातक द्वितीय वर्ष	33
6.	अर्थशास्त्र की प्रासंगिकता	मनोज कुमार, कला स्नातक प्रथम वर्ष	33–34
7.	बाजार और उनके प्रकार	आदित्य, कला स्नातक प्रथम वर्ष	34–35
8.	मुद्रास्फीति	अशरफ, कला स्नातक द्वितीय वर्ष	35

भारत में क्षेत्रीय असमानताऐं – एक चिंताजनक सच्चाई

भारत एक विविधताओं से भरा देश है, जहां अलग–अलग क्षेत्रों में अलग–अलग आर्थिक, सामाजिक और सांस्कृतिक परिस्थितियां हैं इस विविधता के साथ–साथ, एक गंभीर चुनौती के रूप में देश में क्षेत्रीय असमानताऐं भी मौजूद है।

क्षेत्रीय असमानताऐं क्या हैं?

क्षेत्रीय असमानताऐं का अर्थ है देश के विभिन्न राज्यों या क्षेत्रों के बीच आर्थिक विकास, सामाजिक विकास, आधारभूत संरचना, शिक्षा स्वास्थ्य सेवाओं, रोजगार के अवसरों और अन्य संसाधनों की उपलब्धता में असंतुलन।

भारत में क्षेत्रीय असमानताओं के प्रमुख कारण :

ऐतिहासिक कारक : औपनिवेशिक काल में कुछ क्षेत्रों का ज्यादा दोहन और कुछ का उपेक्षित रहना।

भौगोलिक कारक : कुछ क्षेत्रों में प्राकृतिक संसाधनों की प्रचुरता और कुछ में कमी।

नीतिगत कारक : विकास योजनाओं का असमान वितरण और क्रियान्वयन।

सामाजिक कारक : कुछ क्षेत्रों में सामाजिक रूढ़िवादिता और जागरूकता की कमी।

क्षेत्रीय असमानताओं के दुष्परिणाम

आर्थिक विकास में बाधा : असंतुलित विकास से राष्ट्रीय आय में वृद्धि प्रभावित होती है।

सामाजिक तनाव – असमानताओं के कारण सामाजिक और राजनीतिक अस्थिरता पैदा होती है।

आंतरिक प्रवास – बेहतर अवसरों की तलाश में लोगों का पलायन, जिससे शहरों पर दबाव बढ़ता है।

मानव विकास सूचकांक में गिरावट : शिक्षा, स्वास्थ्य और जीवन स्तर में असमानताएं समग्र विकास का प्रभावित करती हैं।

क्षेत्रीय असमानताओं को दूर करने के उपाय :

संतुलित क्षेत्रीय विकास नीति : सभी क्षेत्रों को समान अवसर प्रदान करने के लिए नीतियां बनाना ।

विकास योजनाओं का विकेंद्रीकरण – स्थानीय जरूरतों के अनुसार योजनाओं का क्रियान्वयन।

आधारभूत संरचना का विकास : सभी क्षेत्रों में सड़क, बिजली, पानी और संचार जैसी सुविधाओं का विकास।

शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं में सुधार : दूरदराज के क्षेत्रों में शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं की पहुंच बढ़ाना।

रोजगार के अवसरों का सृजन : स्थानीय उद्योगों और कौशल विकास को प्रोत्साहन देना।

निष्कर्ष :

क्षेत्रीय असमानताऐं भारत के समग्र विकास के लिए एक बड़ी चुनौती है। इन असमानताओं को दूर करना न केवल सामाजिक न्याय की दृष्टि से आवश्यक है, बल्कि राष्ट्रीय एकता और अखंडता के लिए भी महत्वपूर्ण है। सरकार, समाज और सभी हितधारकों को मिलकर इस दिशा में प्रयास करने की आवश्यकता है।

आदित्य शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष
202108974

किसान क्रेडिट कार्ड (केसीसी) – खेती की राह का साथी

भारतीय कृषि की रीढ़ कहे जाने वाले अन्नदाताओं के लिए किसान क्रेडिट कार्ड किसी वरदान से कम नहीं है। यह विशेष रूप से किसानों की वित्तीय जरूरतों को ध्यान में रखकर बनाया गया है, ताकि उन्हें खेती से जुड़े खर्चों के लिए बिना किसी परेशानी के ऋण मिल सके।

केसीसी के माध्यम से किसान अपनी फसलों के लिए उन्नत बीज, कीटनाशक दवाईयां, कृषि यंत्र आदि खरीदने के लिए आसानी से ऋण प्राप्त कर सकते हैं। इसके अलावा पशुपालन और मत्स्य पालन जैसे अन्य कृषि कार्यों के लिए भी इस कार्ड के जरिए आर्थिक सहायता मिलती है।

केसीसी की सबसे बड़ी खासियत इसकी कम ब्याज दर है। यह किसानों को अन्य ऋण विकल्पों की तुलना में किफायती दर पर धन उपलब्ध करवाता है जिससे उनकी आर्थिक स्थिति पर बोझ नहीं पड़ता। साथ ही फसल कटने के बाद ऋण चुकाने की सुविधा किसानों को बड़ी राहत देती है क्योंकि उन्हें अपनी आय के अनुसार भुगतान करने का मौका मिलता है।

केसीसी के साथ मिलने वाला बीमा लाभ भी किसानों के लिए एक सुरक्षा कवच का काम करता है। प्राकृतिक आपदाओं, फसल

की बर्बादी या अन्य दुर्भाग्यपूर्ण घटनाओं के दौरान यह बीमा किसानों को आर्थिक नुकसानों से बचाता है।
केसीसी प्राप्त करने की प्रक्रिया भी बेहद सरल है। किसान अपने नजदीकी बैंक में जाकर आवेदन कर सकते हैं। आवश्यक दस्तावेजों के साथ आवेदन जमा करने के बाद बैंक द्वारा सत्यापन किया जाता है और पात्र किसानों को यह कार्ड जारी कर दिया जाता है।
कुल मिलाकर, किसान डेबिट कार्ड खेती किसानों से जुड़े हर छोटे बड़े किसान के लिए वरदान है। यह उन्हें आत्मनिर्भर बनाकर उनकी आय बढ़ाने में मदद करता है और कृषि क्षेत्र को मजबूती प्रदान करता है।

अनामिका
बी.ए. तृतीय वर्ष
अनुकमांक 20210892

भारत की सार्वजनिक वितरण प्रणाली

सार्वजनिक वितरण प्रणाली भारत की खाद्य सुरक्षा नीति का एक महत्वपूर्ण स्तंभ है। इसका उद्देश्य देश के आर्थिक रूप से कमजोर वर्गों को रियायती दरों पर आवश्यक खाद्यान उपलब्ध कराकर खाद्य और पोषण सुरक्षा सुनिश्चित करना है। यह प्रणाली न केवल लाखों लोगों की बुनियादी खाद्य आवश्यकताओं की पूर्ति करती है बल्कि बाजार में मूल्य स्थिरता बनाए रखने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

PDS का ढांचा और कार्यप्रणाली :

PDS एक जटिल प्रणाली है जिसमें केन्द्र और राज्य सरकारें मिलकर काम करती हैं। केन्द्र सरकार खाद्यान्न की खरीद, भंडारण और राज्यों को आवंटन का जिम्मा संभालती है जबकि राज्य सरकारें उचित मूल्य की दुकानों के माध्यम से वास्तविक वितरण का कार्य देखती है। भारतीय खाद्य निगम इस प्रणाली की रीढ़ की हड्डी के रूप में कार्य करता है जो खरीद से लेकर भंडारण तक की सभी गतिविधियों का प्रबंधन करता है।

PDS की उपलब्धियां और चुनौतियां :

PDS ने खाद्य सुरक्षा के क्षेत्र में उल्लेखनीय प्रगति की है, लेकिन यह कुछ चुनौतियों का भी सामना कर रही है।
भ्रष्टाचार, लीकेज और अपर्याप्त लक्षित वितरण प्रमुख मुद्दे है। हालांकि सरकार ने इन समस्याओं से निपटने के लिए विभिन्न तकनीक और प्रशासनिक सुधारों को लागू किया है जैसे कि आधार–आधारित पहचान प्रणाली, डिजिटलीकरण और वन राशन कार्ड योजना।

PDS का भविष्य और सुधार की आवश्यकता :

PDS की सफलता इस बात पर निर्भर करती है कि यह कितनी कुशलता से अपनी कमियों को दूर कर पाती है और बदलती सामाजिक आर्थिक परिस्थितियों के साथ तालमेल बिठा पाती है। प्रौद्योगिकी का उपयोग, बेहतर निगरानी तंत्र और अधिक पारदर्शिता पी.डी.एस को और मजबूत बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम साबित हो सकते हैं।

निष्कर्ष :–

PDS ने भारत में खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है लेकिर्न इसे और अधिक प्रभावी बनाने के लिए निरंतर प्रयासों की आवयकता है। सरकार, नागरिक समाज और अन्य हितधारकों को मिलकर काम करना होगा ताकि **PDS** वास्तव में समावेशी और कुशल बन सके और देश के सभी नागरिकों को खाद्य सुरक्षा प्रदान कर सकें।

अंकिता ठाकुर
बी.ए. तृतीय वर्ष
अनुकमांक 20210897

भारत में एलपीजी सुधार : एक क्रांतिकारी कदम

1991 : एक महत्वपूर्ण मोड

1991 में भारत में एलवीजी सुधारों के आगमन के साथ आर्थिक इतिहास में एक महत्वपूर्ण मोड़ आया। एलपीजी, जिसका मतलब उदारीकरण, निजीकरण और वैश्वीकरण है जिसका उद्देश्य भारतीय अर्थव्यवस्था को अत्यधिक सरकारी नियंत्रण से मुक्त करना और इसे वैश्विक बाजार के साथ एकीकृत करना था। ये सुधार एक गंभीर आर्थिक संकट की प्रतिकिया थे, लेकिन वे अभूतपूर्व विकास और प्रगति के लिए एक उत्प्रेरक साबित हुए।

उदारीकरण : प्रतिस्पर्धा के द्वार खोलना

उदारीकरण का मतलब था लाइसेंस राज को खत्म करना, व्यापार बाधाओं को कम करना और व्यवसायों को संचलित करने के लिए अधिक स्वतंत्रता देना। इससे प्रतिस्पर्धा में वृद्धि हुई, दक्षता में सुधार हुआ और उपभोक्ताओं के लिए वस्तुओं और सेवाओं का व्यापक विकल्प उपलब्ध हुआ। इसने विदेशी निवेश को भी आकर्षित किया जो आवश्यक पूंजी और प्रौद्योगिकी लेकर आया।

निजीकरण : निजी क्षेत्र की शक्ति को उजागर करना

निजीकरण में सार्वजनिक क्षेत्र के उद्यमों के स्वामित्व और नियंत्रण को निजी संस्थाओं को हस्तांतरित करना शामिल था। इस कदम का उद्देष्य दक्षता में सुधार करना, सरकार पर बोझ कम करना और विनिवेश के माध्यम से राजस्व उत्पन्न करना था। हालांकि यह प्रकिया चुनौतियों के बिना नहीं थी, लेकिन इससे एक जीवंत निजी क्षेत्र का उदय हुआ जिसने आर्थिक विकास को बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

वैश्वीकरण : दुनिया के साथ एकीकरण

वैश्वीकरण का मतलब था भारतीय अर्थव्यवस्था को अंतराष्ट्रीय व्यापार और निवेश के लिए खोलना। इससे निर्यात में वृद्धि हुई, नए बाजारों तक पहुंच मिली और वैषविक सर्वोतम प्रथाओं के संपर्क में आने का मौका मिला। इससे विदेशी मुद्रा भी आई जिससे अर्थव्यवस्था को स्थिर करने और विकास परियोजनाओं को वित्तपोषित करने में मदद मिली।

एलपीजी सुधारों का प्रभाव

एलपीजी सुधारों का भारतीय अर्थव्यवस्था पर गहरा प्रभाव पड़ा। उन्होंने सकल घरेलू उत्पाद की वद्धि में उल्लेखनीय वृद्धि, गरीबी मे कमी और जीवन स्तर में सुधार किया। सुधारों ने औद्योगिक परिदृश्य को भी बदल दिया, आईटी और दूरसंचार जैसे नए क्षेत्रों के उदय के साथ, जो अर्थव्यवस्था में प्रमुख योगदानकर्ता बन गए।

चुनौतियां और आगे का रास्ता

हालांकि एलपीजी सुधार काफी हद तक सफल रहे हैं लेकिन उनके सामाजिक और पर्यावरणीय प्रभाव के लिए उनकी आलोचना भी हुई है। कुछ लोगों का तर्क है कि उन्होंने कुछ क्षेत्रों में असमानता, नौकरी के नुकसान और पर्यावरणीय गिरावट को बढ़ाया है। हालांकि समग्र सहमति यह है कि ये सुधार भारतीय अर्थव्यवस्था के लिए सकारात्मक रहे हैं।

एलपीजी सुधारों का भविष्य आर्थिक विकास और सामाजिक विकास के बीच संतुलन बनाने में निहित है। इसमें असमानता, बेरोजगारी और पर्यावरणीय स्थिरता की चुनौतियों का समाधान करना शामिल है। यह सुनिश्चित करने की भी आवश्यकता है कि वैश्वीकरण के लाभ समाज के सभी वर्गों में समान रूप से साझा किए जाएं।

निष्कर्ष

एलपीजी सुधार भारतीय अर्थव्यवस्था के लिए एक महत्वपूर्ण कदम साबित हुए हैं। उन्होंने भारत को एक बंद समाजवादी अर्थव्यवस्था से एक जीवंत बाजार उन्मुख अर्थव्यवस्था में बदल दिया है। जबकि अभी भी कुछ चुनौतियां हैं जिन पर काबू पाना है, सुधारों ने भारत के भविष्य के विकास और प्रगति के लिए एक मजबूत नींव रखी है।

काजल
बी.ए. तृतीय वर्ष
अनुकमाकं 20210811

जी.डी.पी. : देश की आर्थिक सेहत का पैमाना

जीडीपी यानि सकल घरेलू उत्पाद किसी देश की आर्थिक स्थिति का एक महत्वपूर्ण मापक है। यह एक निश्चित अवधि में आमतौर पर एक वर्ष में देश की सीमाओं के भीतर उत्पादित सभी वस्तुओं और सेवाओं के कुल मौद्रिक मूल्य को दर्शाता है।

जीडीपी के घटक :

जीडीपी के मुख्य रूप से चार घटकों में विभाजित किया जाता है

1. निजी उपभोग (C): इसमें व्यक्तिगत खर्च जैसे की भोजन, कपड़े, आवास, परिवहन और मनोरंजन शामिल है।
2. सकल निवेश (I): इसमें व्यवसायों द्वारा किया गया निवेष जैसे कि नई मशीनरी, उपकरण और निर्माण साथ ही परिवारों द्वारा किया गया आवासीय निवेष शामिल है।
3. सरकारी व्यय (G): इसमें केन्द्र और राज्य सरकारों द्वारा किया गया व्यय जैसे कि सड़क, पुल, स्कूल, अस्पताल और रक्षा पर खर्च शामिल है।
4. शुद्ध निर्यात (NX): यह निर्यात और आयात के बीच का अंतर है। यदि निर्यात आयात से अधिक है तो शुद्ध निर्यात सकारात्मक होता है और यदि आयात निर्यात से अधिक है तो शुद्ध निर्यात नकारात्मक होता है।

जीडीपी का महत्व :

जीडीपी का महत्व इस बात में है कि हमें देष की आर्थिक वृद्धि की दर और उसकी तुलना अन्य दशों से करने का एक तरीका प्रदान करता है। इससे हमें यह समझने में मदद मिलती है कि अर्थव्यवस्था कितनी तेजी से बढ़ रही है और क्या वह अपने नागरिकों की जरूरतों को पूरा करने में सक्षम है। जीडीपी का उपयोग सरकार द्वारा आर्थिक नीतियां बनाने, व्यवसायों द्वारा निवेश निर्णय लेने और व्यक्तियों द्वारा अपने वित्तीय भविष्य की योजना बनाने के लिए भी किया जाता है।

जीडीपी की सीमाएं :

हालांकि जीडीपी एक महत्वपूर्ण आर्थिक संकेतक है लेकिन इसकी कुछ सीमाएं भी हैं। यह पर्यावरणीय क्षति, आय असमानता और जीवन की गुणवत्ता जैसे गैर आर्थिक कारकों को ध्यान में नहीं रखता है। इसलिए जीडीपी को किसी देष की समग्र प्रगति के एकमात्र माप के रूप में नहीं देखा जाना चाहिए।

निष्कर्ष :

जीडीपी एक महत्वपूर्ण उपकरण है जो हमें किसी देष की आर्थिक सेहत को समझने में मदद करता है। हालांकि यह केवल एक मापक है और इसका उपयोग अन्य सामाजिक और पर्यावरणीय संकेतकों के साथ मिलकर किया जाना चाहिए ताकि देष की समग्र प्रगति का पूर्ण चित्र प्राप्त किया जा सके।।

फारूक
बी.ए. द्वितीय वर्ष
अनुकमाक 2022037

अर्थशास्त्र की प्रासंगिकता : एक छात्र एक नजरिया

अक्सर अर्थशास्त्र को जटिल समीकरणों और सैद्धांतिक मॉडलों के विषय के रूप में देखा जाता है। हालांकि एक छात्र के दृष्टिकोण से अर्थशास्त्र का हमारे दैनिक जीवन में गहरा प्रभाव है जो व्यक्तिगत वित्त से लेकर वैश्विक मुद्दों तक फैला हुआ है।

व्यक्तिगत वित्तीय प्रबंधन –

सीमित संसाधनों के इष्टतम उपयोग की अवधारणा जिसे अर्थशास्त्र में 'अनुकूलतम आवंटन' कहा जाता है, हमारे दैनिक जीवन में बजट बनाने, बचत करने और निवेष के निर्णय लेने में महत्वपूर्ण भमिका निभाती है। अर्थशास्त्र के सिद्धरंत हमें वित्तीय जोखिमों को आंकलन करने और सूचित निर्णय लेने में सक्षम बनाते हैं।

व्यावसायिक और कैरियर विकास :

आज के प्रतिस्पर्धी वैश्विक बाजार में अर्थशास्त्र की समझ एक अमूल्य संपत्ति है। यह हमें बाजार की गतिशीलता को समझने,

उपभोक्ता व्यवहार को विश्लेषण करने और व्यावसायिक रणनीति बनाने में मदद करता है। अर्थशास्त्र में प्राप्त विश्लेषणात्मक और समस्या समाधान कौशल विभिन्न क्षेत्रों में करियर के विकास के लिए महत्वपूर्ण है।

सामाजिक जागरूकता :

अर्थशास्त्र हमें समाज के सामने आने वाली जटिल चुनौतियां जैसे गरीबी, असमानता और बेरोजगारी को समझने में मदद करता है। यह हमें सरकारी नीतियों के प्रभाव का विश्लेषण करने और एक नागरिक के रूप में सूचित निर्णय लेने के लिए सशक्त बनाता है।

बौद्धिक विकास और निर्णय लेने की क्षमता :

अर्थशास्त्र के अध्ययन से हमारी तार्किक और विश्लेषणात्मक क्षमताओं का विकास होता है। यह हमें आर्थिक सिद्धांतों और अवधरणाओं के आधार पर तर्कसंगत निर्णय लेने के लिए प्रोत्साहित करता है। साथ ही यह हमें आर्थिक आंकड़ों की व्याख्या और विश्लेषण करने को कौशल प्रदान करता है जो विभिन्न क्षेत्रों में महत्वपूर्ण है।

निष्कर्ष :

एक छात्र के नजरिए से अर्थशास्त्र केवल एक अकादमिक विषय नहीं है, बल्कि यह एक व्यावहारिक उपकरण है जो हमारे जीवन के हर पहलू को प्रभावित करता है। यह हमें एक जिम्मेदार नागरिक, एक सफल पेशेवर और एक समझदार व्यक्ति बनने में मदद करता है। इसलिए अर्थशास्त्र की समझ को केवल कक्षा तक सीमित न रखें बल्कि इसे अपने दैनिक जीवन में लागू करके इसके वास्तविक लाभों का अनुभव करें।

मनोज कुमार
बी.ए. प्रथम वर्ष
2301013

बाजार और उनके प्रकार

बाजार एक ऐसी जगह है जहां खरीदार और विक्रेता एक दूसरे से वस्तुओं और सेवाओं का आदान–प्रदान करते हैं। यह एक भौतिक स्थान हो सकता है, जैसे कि दुकान या माल या फिर एक आभासी प्लेटफॉर्म जैसे कि ऑनलाइन शॉपिंग वेबसाईट। बाजार का मुख्य उद्दश्य खरीदारों और विक्रेताओं को एक दूसरे से जोड़ना और उन्हे एक पारस्परिक रूप से लाभकारी लेनदेन करने की अनुमति देना है।

बाजारों के प्रकार :

बाजारों को विभिन्न तरीकों से वर्गीकृत किया जा सकता है लेकिन यहां हम कुछ प्रमुख प्रकारों पर ध्यान देंगे:

1. प्रतिस्पर्धी बाजार (Competitive Market) : इस प्रकार के बाजार में बड़ी संख्या में खरीदार और विक्रेता होते हैं और कोई भी एकल खरीदार या विक्रेता बाजार कीमत को प्रभावित नहीं कर सकता है। वस्तुएं और सेवाऐं समान होती हैं और खरीदारों और विक्रेताओं को बाजार में प्रवेष करने और बाहर निकलने की स्वतंत्रता होती है।
2. एकाधिकार बाजार (Monopoly Market) : इस प्रकार के बाजार में केवल एक ही विक्रेता होता है जिसका वस्तु या सेवा पर पूर्ण नियंत्रण होता है। यह विक्रेता बाजार कीमत को प्रभावित कर सकता है और उपभोक्ताओं से अधिक कीमत वसूल सकता है।
3. अल्पाधिकार बाजार (Oligopoly Market): इस प्रकार के बाजार में कुछ ही विक्रेता होते हैं जो मिलकर बाजार कीमत को प्रभावित कर सकते हैं। ये विक्रेता अक्सर एक दूसरे से प्रतिस्पर्धा करने के बजाय मिलकर काम करना पसन्द करते हैं।
4. एकाधिकारिक प्रतिस्पर्धा (Monopolistic Market): इस प्रकार के बाजार में बड़ी संख्या में विक्रेता होते हैं, लेकिन प्रत्येक विक्रेता अपने उत्पाद को अलग–अलग तरीके से पेश करता है। इससे विक्रेताओं को कुछ हद तक बाजार कीमत पर नियंत्रण मिल जाता है।
5. वस्तु बाजार (Commodity Market): इस प्रकार के बाजार में कच्चे माल जैसे कि तेल, सोना, चांदी और कृषि उत्पादों का करोबार होता है। इन बाजारों में कीमतें वैशविक आपूर्ति और मांग के कारकों से प्रभावित होती है।

बाजार का महत्वः

बाजार अर्थव्यवस्था के लिए महत्वपूर्ण है क्योंकि वे :

वस्तुओं और सेवाओं के आदान–प्रदान की सुविधा प्रदान करते हैं : वे खरीदारों और विक्रेताओं को एक दूसरे से जोड़ते हैं और उन्हें लेनदेन करने कर अनुमति देते हैं।

कीमतों का निर्धारण करते हैं : वे आपूर्ति और मांग के नियमों के आधार पर कीमतों का निर्धारण करते हैं।
प्रतिस्पर्धा को बढ़ावा देते हैं : वे विक्रेताओं को बेहतर उत्पाद और सेवाएँ प्रदान करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं।
आर्थिक विकास में योगदान करते हैं : वे रोजगार सृजन और नवाचार को बढ़ावा देकर आर्थिक विकास में योगदान देते हैं।
उपसंहार :
बाजार हमारी अर्थव्यवस्था का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। वे वस्तुओं और सेवाओं के आदान–प्रदान की सुविधा प्रदान करते हैं, कीमतों का निर्धारण करते हैं। प्रतिस्पर्धा को बढ़ावा देते हैं और आर्थिक विकास में योगदान करते हैं। बाजार के विभिन्न प्रकारों को समझना हमें समझने में मदद करता है कि हमारी अर्थव्यवस्था कैसे काम करती है।

आदित्य
बी.ए. प्रथम वर्ष
2301023

मुद्रास्फीति (Inflation)

मुद्रास्फीति, जिसे आम बोलचाल में महंगाई भी कहा जाता है, एक ऐसी आर्थिक स्थिति है जिसमें वस्तुओं और सेवाओं की कीमतों में लगातार वृद्धि होती है। यह वृद्धि मुद्रा के मूल्य में गिरावट का संकेत देती है, जिससे आपकी जेब पर सीधा असर पड़ता है।
मुद्रास्फीति के कारण :
मुद्रास्फीति के कई कारण हो सकते हैं, जिनमें से कुछ प्रमुख हैं :

1. मांग में वृद्धि (Demand-Pull Inflation) : जब वस्तुओं और सेवाओं की मांग उनकी आपूर्ति से अधिक हो जाती है तो कीमतें बढ़ने लगती है। यह स्थिति तब उत्पन्न हो सकती है जब उपभोक्ताओं की आय में वृद्धि होती है या सरकार अधिक खर्च करती है।
2. लागत में वृद्धि (Cost-Push Inflation) : जब उत्पादन की लागत, जैसे कच्चे माल, मजदूरी या परिवहन की लागत बढ़ जाती है तो उत्पादक इन बढ़ी हुई लागतों को उपभोक्ताओं पर डाल देते हैं, जिससे मुद्रास्फीति होती हैं।
3. मुद्रा की अधिक आपूर्ति (Money Supply) : जब सरकार या केन्द्रीय बैंक अर्थव्यवस्था में बहुत अधिक मुद्रा की आपूर्ति कर देते हैं तो मुद्रा का मूल्य कम हो जाता है और कीमतें बढ़ जाती हैं।

मुद्रास्फीति का युवा पीढ़ी पर प्रभाव :
मुद्रास्फीति युवा पीढ़ी के लिए विशेष रूप से चुनौतीपूर्ण हो सकती है । इसका सबसे प्रत्यक्ष प्रभाव उनकी जेब पर पड़ता है क्योंकि इससे उनकी क्रय शक्ति कम हो जाती है। इसका मतलब है कि उन्हें पहले की तुलना में वही वस्तुएं और सेवाएँ खरीदने के लिए अधिक पैसे खर्च करने पड़ते हैं।
मुद्रास्फीति से शिक्षा, रोजगार और भविष्य की योजनाओं पर भी असर पड़ता है। बढ़ती हुई फीस, शिक्षा ऋण पर बढ़ती ब्याज दरें, और रोजगार के सीमित अवसर युवाओं के लिए चिंता का विषय बन जाते हैं।
मुद्रास्फीति से निपटने के उपाय :
मुद्रास्फीति से निपटने के लिए सरकार और केन्द्रीय बैंक कई उपाय कर सकते हैं, जैसे कि :

1. मौद्रिक नीति (Monetary Policy) : केन्द्रिय बैंक ब्याज दरों में वृद्धि करके मुद्रा की आपूर्ति को नियंत्रित कर सकता है। इससे मांग कम होती है और मुद्रास्फीति पर नियंत्रण पाने में मदद मिलती है।
2. राजकोषीय नीति (Fiscal Policy): सरकार अपने खर्चों में कटौती करके और करों में वृद्धि करके मांग को कम कर सकती है।
3. आपूर्ति पक्ष में सुधार (Supply-Side Reforms): सरकार उत्पादन क्षमता बढ़ाने के लिए आपूर्ति पक्ष के सुधारों को लागू कर सकती है जैसे कि बुनियादी ढांचे में निवेश, व्यापार बाधाओं को कम करना और श्रम बाजार में सुधार करना।

निष्कर्ष :
मुद्रास्फीति एक जटिल मुद्दा है जिसके दूरगामी परिणाम हो सकते हैं। युवा पीढ़ी के लिए यह समझना महत्वपूर्ण है कि मुद्रास्फीति कैसे काम करती है और इसका उनके जीवन पर क्या प्रभाव पड़ता है। जागरूक रहकर और सरकार की नीतियों में सक्रिय रूचि लेकर युवा इस चुनौती से निपटने में मदद कर सकते है।

अशरफ
बी.ए. द्वितीय वर्ष
अनुक्रमांक : 2022025

देवगाह

2023-2024

इतिहास एवं संस्कृति

प्राध्यापक सम्पादक
डॉ॰ सौरभ मिश्रा

छात्र संपादक
मनजोत शर्मा
कला स्नातक तृतीय वर्ष

GOVT. DEGREE COLLEGE SALOONI, DISTT. CHAMBA (H.P.)

विषयसूची

क्रम सं.	विषय	लेखक	पृष्ठ सं
1.	शैली राज्य हिमगिरी...	मधु शर्मा ,कला स्नातक तृतीय वर्ष	38
2.	दवाट महादेव मन्दिर	नीता कुमारी, कला स्नातक प्रथम वर्ष	38
3.	शैक्षणिक भ्रमण मार्च 2024	मनजोत शर्मा,कला स्नातक तृतीय वर्ष	39
4.	भलेई माता मन्दिर इतिहास	पायल बसन्त, कला स्नातक प्रथम वर्ष	39
5.	सरोल मन्दिर	सपना कुमारी, कला स्नातक प्रथम वर्ष	40
6.	सलूणी मन्दिर का इतिहास	नेहा कुमारी,कला स्नातक तृतीय वर्ष	40
7.	गढ़ माता मन्दिर चम्बा	नेहा, कला स्नातक प्रथम वर्ष	41

शैली राज्य हिमगिरी : पांडवो द्वारा निर्मित शिव मन्दिर शंवाई

चम्बा रियासत के 84 परगनों में सबसे उपजाऊ परगना हिमगिरी रहा है। यह परगना लगभग 40 प्रतिशत देवदार के घने जंगलों से ढ़का हुआ है और इसकी पर्वत श्रृखलाओं की तलहटी के चारों ओर लहलहाती फसलों और फलदार बगीचों से घिरे छोट–छोटे गांव हैं। इस परगने का एक छोर तो परगना बढ़नौता से मिलता है तथा दूसरा छोर परगना डियूर से मिलता है। छैत्री गांव के नीचे सारी चुराह घाटी का पानी एकत्रित होकर 'स्यूल नदी' का निर्माण करता है। रियासत के समय इस परगने को चम्बा का अन्नदाता भी कहते थे, क्योंकि इस परगने में कभी सूखे या बाढ़ इत्यादि का कोई विशेष असर नहीं पड़ता है। यहां तक कि 1980 के दशक तक पांगी घाटी के लोग हिमगिरी में अनाज खरीदते रहे हैं और अपनी भेडों पर लादकर अनाज पांगी ले जाते रहे हैं। पौराणिक कथाओं में हिमगिरी, शैल राज्य कहलाता था तथा शैल पुत्री शैलजा का विवाह कैलाश पर्वत वासी शिवजी से हुआ था। कहते हैं कि पांडवों ने बारह वर्ष के वनवास के उपरान्त एक वर्ष का अज्ञातवास हिमगिरी में काटा था। इसलिए हिमगिरी से पांडवों की बहुत सी यादें जुड़ी हैं। भीमसेन पूरी स्यूल नदी का पानी बदल कर छैत्री नाले के पास एक कूहल मे डालना चाहता था ताकि एक विशाल पनचक्की "घराट" बनाई जा सके। यहां पर जो दृश्य देखने को मिलता है उससे तो प्रतीत होता है कि जैसे यहा पर किसी ने चिनाई की है। उस पनचक्की के एक छोर पर गंगा कुण्ड बनवाना चाहता था। परन्तु किसी कारणवश पांडवों से यह कार्य अधूरे रह गए। गांव शवाई में एक अदभुत शिव मन्दिर है, लोक कथाओं के अनुसार यह मन्दिर पांडवों ने अपने अज्ञातवास के समय में निर्मित किया था। मन्दिर मे प्रयोग किया गया पत्थर जो कि कई फुट लम्बा चौडा और ऊंचा है निःसन्देह कोई साधारण व्यक्ति न तो उसे तराश सकता है और न ही इस प्रकार का निर्माण कर सकता है। उसी प्रकार के तराशे हुए विशालकाय पत्थर शवाई गाव के खेतों में भी मिलते रहते हैं।

कहते है कि मन्दिर परिसर में बारह जल कुण्ड हैं, जिनमें कुछ तो राजा श्री सिंह के वजीर बाद्या ने बंद करवा दिए थे। सूक्ष्म निरीक्षण से ज्ञात होता है कि परिसर में जलकुण्ड अवश्य है। मन्दिर के अहाते की दीवारों में पत्थरों की उत्कीर्णित प्रतिमाएं भी इस परिसर में विभिन्न मन्दिरों में स्थापित थी। कालांतर वे मन्दिर सम्भवतः नष्ट हो चुके हैं तथा उन मन्दिरों की प्रतिमाएं शिव मन्दिर की चार दीवारियों में स्थापित करवाई गई है।मन्दिर के भीतर एक शिवलिंग है तथा उसके समीप मन्दिर के गर्भग्रह के लिए एक हॉल है जिसे रामसिंह ने बन्द करवा दिया था। उसकी भी एक अनूठी कहानी है।

राजा श्री सिंह लाहौल जेल में कैद थे। कहते हैं उन्हें एक रात स्वप्न में शिवजी ने दर्शन दिए और राजा को कहा कि वह भद्रवाह और शवाई के मन्दिरों में छत डलवा दें। राजा जेल से मुक्त होते ही स्वयं तो भद्रवाह चले गए तथा अपने वजीर को शवाई मन्दिर की छत डलवाने के लिए भेजा। बाद्या वजीर ने बहुत प्रयत्न किए परन्तु हर बार मन्दिर की छत ढह जाती थी। कोई भी युक्ति सफल नहीं हो पा रही थी। कहते हैं कि एक चेले पर शिवजी की छाया आरूढ़ हुई और उसने वजीर से कहा मेरे मन्दिर के गर्भगृह में दो कन्याओं की बलि चढ़ाओ तभी आप छत बनवा पाएँगे। बाद्या वजीर के पास के कहलोग गांव से भट जाति के एक व्यक्ति को अपनी दो कन्याओं को बेचने के राजी किया। एक कन्या तो सौ रुपये में खरीदी जिसे शंबी का नाम दिया गया। उसके नाम पर शवाई का नाम पड़ा तथा दूसरी पचास रुपये में खरीदी गई जिसे पंजी कहा गया जिसके नाम पर पंझेई पड़ा। बाद्या वजीर ने दोनों कन्याओं का हार श्रृगार करवाकर मन्दिर के गर्भगृह में डाल दिया तथा शिव मन्दिर की छत निर्मित करवा दी।

मधु शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210803

दवाट महादेव मन्दिर

हिमाचल प्रदेश में चम्बा से लगभग 45 किलोमीटर दूर सिद्धकुण्ड पंचायत के दवाट महादेव मन्दिर है जो भक्तों की आस्था का केन्द है। कहा जाता है कि इस मन्दिर को पांडवों ने अज्ञातवास के दौरान बनाया था। विश्वभर में हिमाचल प्रदेश अपने सौंदर्य के लिए जाना जाता है।

बर्फ में ढके पहाड और यहां की संपन्न संस्कृति प्रदेश की पहचान है। इसके अलावा हिमाचल प्रदेश एक अन्य कारण से भी प्रसिद्ध है और वह है यहां के और दिव्य मन्दिर, विश्वभर में हिमाचल प्रदेश की पहचान देवभूमि के रूप में है। देवभूमि हिमाचल में ऐसे हजारों मन्दिर है जो अपने आप में रहस्य को समेटे हुए है। एक ऐसा ही रहस्यमयी शिव मन्दिर चंबा का दवाट महादेव मन्दिर है।

भगवान शिव का यह मन्दिर रातों रात तैयार हुआ – अज्ञातवास के दौरान पांडव हिमालय के इस भाग में आए थे,पांडवों ने यहां कई बड़े–बड़े मन्दिरों का निर्माण किया लेकिन इस मन्दिर को अन्य मन्दिरों से अलग बनाता है। कहते हैं कि यह मन्दिर एक रात में ही तैयार किया गया था, इतना ही नहीं इस मन्दिर को बनाने में इस्तेमाल किया गया पत्थर शिकरीधार नामक स्थान से लाया गया था। यहां से रातों रात पत्थर लाकर मन्दिर निर्माण करना किसी अचंभे से कम नहीं है।

नीता कुमारी
बी.ए. प्रथम वर्ष
2301080

शैक्षणिक भ्रमण मार्च 2024

दिनाक 5 मार्च 2024 को हमारे राजकीय स्नातक महाविद्यालय सलूणी के इतिहास के सहायक प्रोफेसर सौरभ मिश्रा सर व अंग्रेजी के सहायक प्रोफेसर तेजेंद्र नेगी बी.ए. तृतीय वर्ष के सभी छात्रों को शैक्षणिक भ्रमण पर चंबा ले गए थे।

सुबह लगभग 9:35 बजे सलूणी से सभी बच्चे सहायक प्रोफेसर सौरभ मिश्रा व तेजेंद्र सर के साथ बस में चंबा के लिए निकले। लगभग 12:00 बजे के करीब हम चम्बा पहुंच गए। जहां हम सभी बस स्टैंड से होते हुए अपने दोनों अध्यापकों की निगरानी में सर्वप्रथम लक्ष्मी नारायण मन्दिर के दर्शन करने गए।

सभी बच्चों व अध्यापकों ने मन्दिर में पहुंच कर दर्शन किए तत्पश्चात हमारे इतिहास के प्रोफेसर सौरभ मिश्रा ने हमें वहां की मन्दिर निर्माण शैलियों के विषय में बताया। उन्होंने हमें मन्दिर के विषय में विभिन्न जानकारियां दी। तेजेंद्र नेगी ने सभी बच्चों को मन्दिर की लाईब्रेरी के विषय में भी जानकारी दी। अध्यापकों ने हमें वहां की विभिन्न पहाड़ी चित्रकलाओं के विषय में भी जानकारी दी जिसमें उन्होंने हमें बसोली, गुलेर, कुल्लू, कांगडी, चम्बा आदि चित्रकलाओं के विषय में बताया व उनके चित्र भी हमें वहां देखने को मिले।

मन्दिर में दर्शन के पशचात् सभी बच्चे भूरी सिंह संग्रहालय गए। भूरी सिंह संग्रहालय में हमें अपने चंबा की विभिन्न ऐतिहासिक वस्तुएं भी देखने को मिली। भूरी सिंह संग्रहालय के बारे में हमें विस्तृत रूप से जानकारी संग्रहालय के सुरेन्द्र सर ने दी। सुरेन्द्र सर ने हमें विभिन्न मूर्तिकला शैलियो के विषय में बताया व हमें वही पुरानी मूर्तियां भी देखने को मिली।

अभिलेख व सिक्कों के विषय में भी सुरेन्द्र सर ने हमें विभिन्न जानकारियां दी। हमें संग्रहालय में पुराने पारंपरिक गहने व अन्य विभिन्न वस्तुओं का संग्रह देखने को मिला।

इसके पश्चात् लगभग 3:35 बजे सभी बच्चों व अध्यापकों ने चम्बा के चौगान में बैठकर खाना खाया। वहीं पर सौरभ मिश्रा सर ने सभी की हाजिरी ली। इसके पश्चात् सभी बच्चे लगभग शाम के 4:30 बजे तक सौरभ सर व तेजेंद्र नेगी सर के साथ बस में वापिस आ गए। इस शैक्षणिक भ्रमण में हमें विभिन्न जानकारियां मिली, इस तरह हमारा भ्रमण कार्यक्रम पूरा हुआ।

मनजोत शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210819

भलेई माता मन्दिर इतिहास

चम्बा जिले के ऐतिहासिक मन्दिरों में एक भद्रकाली माता के मन्दिर का नाम यहां बसे छोटे से गांव भलेई के नाम पर पड़ा है। देश के कोने–कोने से लोग यहां दर्शन के लिए आते हैं। आम दिनों के मुकाबले नवरात्रि में दर्शनार्थियों की अच्छी खासी भीड़ देखने को मिलती है। माता भद्रकाली में असीम आस्था रखने वाले लोगों का मानना है कि यहां सच्चे मन से मांगी गई हर मुराद पूरी होती है।

भद्रकाली भलेई मन्दिर का रोचक इतिहास – डलहौजी से करीब 38 कि.मी की दूरी पर स्वयंभू प्रकट मां भलेई का मन्दिर है। कहा जाता है कि भद्रकाली मां भलेई भ्राण नामक स्थान पर स्वयंभू प्रकट हुई थी और चम्बा के राजा प्रताप सिंह द्वारा मां भलेई मन्दिर का निमार्ण करवाया गया। 60 के दशक तक यहां महिलाओं का प्रवेश वर्जित था। इसके बाद मां भलेई की एक अनन्य भक्त दुर्गा बहन को मां भलेई स्वप्न में दर्शन देकर आदेश दिया था कि सबसे पहले दुर्गा मां भलेई मां के दर्शन करेंगी जिसके बाद अन्य महिलाएँ भी मां का दर्शन कर सकती है।

एक बार चोर मां की प्रतिमा को चुरा कर ले गए। चोर जब चौहड नामक स्थान पर पहुंचे तो एक चमत्कार हुआ, चोर जब मां की प्रतिमा को उठाकर आगे बढ़ते तो वे अंधे हो जाते और जब पीछे देखते तो दिखाई देने लगता। इससे भयभीत होकर वह मां की प्रतिमा को छोड़कर भाग गए। बाद में पूर्ण विधान के साथ मां को दो फीट ऊंची काले रंग की प्रतिमा को मन्दिर में स्थापित किया गया।

जब माता प्रसन्न होती है तो प्रतिमा से पसीना निकलता है। पसीना निकलने का अर्थ है कि मन्दिर को बनाने के लिए मां भलेई ने चंबा के राजा प्रताप सिंह को धन उपलब्ध करवाया था। हजारों साल पहले बने इस मन्दिर की वास्तुकला को देखकर लोग आश्चर्यचकित हो जाते हैं। ये इतना खूबसूरत है। भलेई माता की चतुर्भुजी मूर्ति काले रंग की है। मन्दिर का मुख्य दरबार पर उड़ीसा के कलाकरों की कारीगरी का शानदार नमूना देखा जा सकता है।

भलेई गांव डलहौजी से 35 कि.मी दूर है। डलहौजी के लिए दिल्ली, जम्मू, अमृतसर, पठानकोट और गगल तक हवाई मार्ग व उनके आगे बस अथवा टैक्सी के माध्यम से पहुंचा जा सकता है।

पायल बसन्त
बी.ए प्रथम वर्ष
2301052

सरोला मन्दिर

हमारे यहां एक नाग देवता का मन्दिर है सरोला में। ऐसा माना जाता है कि नाग देवता पहले डोल नामक एक गांव में रहते थे। वहां से सरोला में आकर बस गए थे। यह छाया में रहना चाहते थे। इसलिए यह सरोला आ गए थे और डोल से सरोला को जात्र भी ली जाती है। नाग देवता की दो बहनें है जो कि संधि में रहती हैं। उनका भी एक मन्दिर बनाया गया है और संधि में भी जात्र होती है। सरोला मन्दिर बहुत प्रसिद्ध है। यहां पर नाग देवता को प्रसन्न करने के लिए उनके मन्दिर में भंडारे का आयोजन किया जाता है और वह प्रसन्न होकर उसी समय पर बारिश कर देते हैं। कभी –कभी तो खुद से ही मन्दिर में बारिश मांगने के लिए लोग आते हैं। जिसमें स्कूल के बच्चों को भी स्कूल से बुलाया जाता था और मन्दिर की प्रिक्रमा करवाई जाती थी। जिससे वह प्रसन्न होकर बारिश कर देते हैं। मन्दिर में साल में एक बार भण्डारा भी किया जाता है। इस भण्डारे में आस–पास के सभी स्कूल के बच्चों को बुलाया जाता है। किसी बच्चे के मुण्डन हो तो सरोला मन्दिर को भी जात्र ली जाती है। हमारे यहां जब गाय बच्चे को जन्म देती है तो उसका दूध कोई भी व्यक्ति पी नहीं सकता उसके बच्चे को छोड़कर। गाय का दूध का पहले घी बनाया जाता है और फिर 12–13 दिनों के बाद उसे पहले नाग देवता को दूध से नहलाते हैं और उनपर घी लगाते हैं। इसके बाद ही कोई व्यक्ति गाय का दूध, घी खा पी सकता है। पहले नाग देवता को सबकुछ चढ़ाया जाता है। सरोला के नाग देवता मेघ दे का नारा भी लगाते हैं। जिससे प्रसन्न होकर नाग देवता मेघ दे देते हैं।

सपना कुमारी
बी.ए. प्रथम वर्ष
2301010

सलूणी मन्दिर का इतिहास

हमारे गांव के पास कुछ दूरी पर एक मन्दिर है। मन्दिर के अन्दर शिले, नाग देवता, काली माता की मूर्ति है। यह मन्दिर सलूणी में स्थित है। यह मन्दिर बहुत ही प्रसिद्ध मन्दिर है लोग दूर –दूर से अपने मन्नते लेकर आते हैं। सभी की मन्नत पूरी होती हैं कुछ लोग अपनी मन्नते पूरी होने पर भण्डारा भी देते है। यह मन्दिर भव्य तथा बहुत ही पुराना मन्दिर है। प्रत्येक वर्ष इस मन्दिर में एक मेला लगता है जो कि बहुत ही प्रसिद्ध है। यह मेला 13, 14 मई को लगता है। यह तीन दिन तक चलता है।

इस मेले में सबसे प्रसिद्ध नृत्य होता है जो कि महिला तथा पुरुष दोनों करते हैं। मेले में पुरानी वेशभूषा पहनकर नृत्य किया जाता है और यह नृत्य बहुत ही प्रसिद्ध होता है। इस मेले में महिला सर पर जुजी लगाकर तथा जुजी पर फूल लगा होता है और चांदी की चेन होती है। महिला ने काले रंग का दौहड तथा उसपर सफेद रंग का दुपट्टा बांधा होता है। पुरुष ने हिमाचली टोपी पहनी होती है, टोपी पर मोर पंख लगा होता है। पुरुष ने सफेद रंग का चोला तथा काले रंग को ड़ोरा लगाया होता है महिलाऐं तथा पुरुष दोनों ही नृत्य करते हैं। इनका नृत्य बहुत ही प्रसिद्ध है। दूर–दूर से लोग देखने के लिए आते हैं। मेले में आए लोग इस नृत्य का भरपूर आनंद उठाते हैं। इस मेले को काफी दूर–दूर से लोग देखने के लिए आते हैं, मेले में जलेबी की दुकानें लगी होती हैं। यह हमारी राष्ट्रीय मिठाई है। जिसे सभी लोग बड़े ही चाव से खाते हैं।

नेहा कुमारी
बी.ए. तृतीय वर्ष
202108114

गढ़ माता मन्दिर चम्बा

हिमाचल प्रदेश के खूबसूरत जिलों में शुमार चम्बा जिला अपनी प्राकृतिक खूबसूरती एवं धार्मिक स्थलों के लिए विश्व भर में प्रसिद्ध है। जहां हर ओर बिखरी प्राकृतिक छटा लाखों सैलानियों को अपनी ओर आकर्षित करती है। वहीं धार्मिक श्रद्धा भी लाखों लोगों को यहां खींच कर लाती है। जिले में कई ऐसे प्राकृतिक खूबसूरत मनमोहक स्थल मौजूद है जो कहीं न कहीं से इतिहास समेटे हुए है। जिला चम्बा के उपमण्डल सलूणी की किहार भांदल तेलका घाटी के सुन्दर पहाडियों के ऊपर चामुंडा मां का एक भव्य मन्दिर है। जहां पर हजारों लोग प्रत्येक वर्ष मां के दर्शन कर अपनी मन्नतों को पूरा करते हैं।

मन्दिर हिमाचल तथा जम्मू कशमीर की सीमा पर स्थित है। जिला चम्बा रियासत के राजा पृथ्वी सिंह द्वारा प्रथल जोत पर आज से लगभग 700 वर्ष पूर्व बनवाया गया है। इसलिए गढ़ माता को पृथि जोत के नाम से भी जाना जाता है। कहते हैं कि राजा पृथ्वी सिंह किसी दूसरी रियासत में बंदी थे। तब मां ने स्वप्न में प्रकट होकर कहा कि राजा अगर आप गढ़ नामक स्थान पर मेरा मन्दिर स्थापित कर दोगे तो मैं किसी भी तरह से आपको यहां से रिहा करवा दूंगी। राजा ने हामी भर दी। राजा की नींद खुली तो देखा कि जेल के दरवाजे खुले पड़े थे और सभी रक्षक सोए हुए थे, तब राजा वहां से चुपके से निकल आए और सीधा चम्बा की बजाय माता के कहे अनुसार उपमंडल सलूणी की पहाड़ियों पर पहुंच गए।

जब राजा रात को उस स्थान पर रूके तो अचानक आसमान से जोरदार गर्जना के साथ आसमानी बिजली एक शिल्ला पर जा गिरी ओर शिला फट गई। उसमें से माता ने राजा को दर्शन दिए और फिर त्रिषूल रूप में विराजमान हो गई। तब से यहां का नाम स्थानीय वेश में 'चोंड़ी की घोड़ी' अर्थात 'चामुंडा का पत्थर' पड़ा और जिस स्थान पर राजा ने डेरा डाला हुआ था उस स्थान को 'राजा का डेरा' नाम से जाना जाता है।

इसके बाद राजा ने समस्त क्षेत्रवासियों को बुला कर यहां एक भव्य मन्दिर का निर्माण करवाया। इसमें भी बुजुर्गों व अन्य लोगों से सुनने को मिलता है कि राजा ने जब मन्दिर का निर्माण करवाया तो मन्दिर के लिए पत्थर सियूल नदी से लिया गया और इसमें खास बात थी कि 20 किलोमीटर तक लोगों की लाईने लगाई गई तब जाकर पत्थरों को सियूल नदी से गढ़ माता तक पहुंचाया गया। फिर मन्दिर का निर्माण हुआ। कहते हैं कि राजा के मन्दिर की रक्षा के लिए कई पहरेदार भी नियुक्त किए जो साल भर यहां पर तैनात रहते थे।

जब उनका राशन खत्म हो जाता था तो वह धुऐं से अपना संदेश चम्बा रियासत के राजा तक पहुंचाते और राजा उनके राशन की व्यवस्था करता था। क्षेत्र में माता के चमत्कार को लेकर कई किवंदन्तियां प्रचलित है। अब इस मन्दिर का निर्माण नए सिरे से किया गया है। यहां प्रत्येक वर्ष अश्विन माह की संक्रांति को दिवसीय जातर मेले का आयोजन होता है।

नेहा
बी.ए. प्रथम वर्ष
2301046

देवगाह

2023-2024

खेल अनुभाग

प्राध्यापक सम्पादक
गुरदेव सिंह,सहायक आचार्य

छात्र संपादिका
श्वेता
कला स्नातक तृतीय वर्ष

GOVT. DEGREE COLLEGE SALOONI, DISTT. CHAMBA (H.P.)

विषयसूची

क्रम सं.	विषय	लेखक	पृष्ठ सं
1.	योग	मनजोत शर्मा,कला स्नातक तृतीय वर्ष	44
2.	शारीरिक व्यायाम_	दीपराज, वाणिज्य द्वितीय वर्ष	45
3.	खेल जीवन का अभिन्न अंग	श्वेता,कला स्नातक तृतीय वर्ष	46
4.	भारत के पारंपरिक खेल	दीक्षा कला स्नातक प्रथम वर्ष	47
5.	वृक्षारोपण	कविता कुमारी,,कला स्नातक तृतीय वर्ष	48

योग

योग क्या है? योग आध्यात्मिक, शारीरिक और मानसिक प्रथाओं का एक समूह है जिसकी उत्पत्ति प्राचीन भारत में हुई थी। योग का शाब्दिक अर्थ है जोड़ना।

योग का इतिहास – योग की परम्परा अत्यन्त प्राचीन है और इसकी उत्पत्ति हजारों वर्ष पहले हुई थी। ऐसा माना जाता है कि जब से सभ्यता शुरू हुई है तभी से योग किया जा रहा है। अर्थात् प्राचीनतम धर्मों या आस्थाओं के जन्म लेने से काफी पहले योग का जन्म हो चुका था। योग विद्या में शिव को "आदि योगी" तथा "आदि गुरू" माना जाता है।

भगवान शंकर के बाद वैदिक ऋषि–मुनियों से ही योग का प्रारम्भ माना जाता है इसके पश्चात् पतंजलि ने इसे सुव्यवस्थित रूप दिया। योग से संबंधित सबसे प्राचीन ऐतिहासिक साक्ष्य सिन्धु घाटी सभ्यता से प्राप्त वस्तुएं हैं जिनकी शारीरिक मुद्राएँ और आसन उस काल में योग के अस्तित्व के प्रत्यक्ष प्रमाण है। योग का वर्णन सर्वप्रथम वेदों में मिलता है और वेद सबसे प्राचीन साहित्य माने जाते हैं। योग की शुरूआत भारत में हुई थी। उत्तराखंड के ऋषिकेश को योग नगरी के नाम से भी जाना जाता है।

योग के प्रकार –

मुख्यतः योग 7 प्रकार के होते हैं :

हठयोग, राजयोग, कर्मयोग, भक्तियोग, ज्ञानयोग, तंत्रयोग, लययोग

1. हठयोग : षटकर्म, आसन, मुद्रा, प्राणायाम, प्रत्याहार, ध्यान और समाधि ये हठयोग के सात अंग है । यही क्रिया योग भी है।
2. राजयोग : यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि ये इसके आठ अंग हैं। इन्हें अष्टांग योग भी कहा जाता है।
3. कर्मयोग : कर्म करना ही कर्म योग है।
4. भक्तियोग : श्रवण, कीर्तन, स्मरण, अर्चन, पादसेवन, वंदन, दास्य, सख्य और आत्मनिवेदन इन नौ अंगों को नवधा भक्ति कहा जाता है।
5. ज्ञानयोग : साक्षीभाव द्वारा विशुद्ध आत्मा का ज्ञान प्राप्त करना ही ज्ञान योग है।
6. तंत्रयोग : इसको कुंडलिनी योग कहा जाता है।
7. लययोग : यम, नियम, स्थूल क्रिया, सूक्ष्म क्रिया, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि उक्त आठ लययोग के अंग है।

योग के आसन – कुल मिलाकर समकालीन योग में लगभग 200 योग मुद्राएं हैं। हालांकि सबसे पुरानी योग परंपराएँ बस कुछ ही हैं और ये सभी ध्यान के लिए बैठने की मुद्राएं हैं। योग की कई किताबों में 84 आसनों का जिक मिलता है।

योग का लाभ :–

1. मन की शांति – योग न केवल हमारे शरीर की मांसपेशियों को अच्छा व्यायाम देता है बल्कि यह हमारे दिमाग को शांत रखने में भी मदद करता है।
2. तनाव मुक्त जीवन – योग तनाव से राहत देता है और बेहतर नींद लाता है।
3. शरीर की थकान – नियमित रूप से योग करने से शरीर में ऊर्जा का संचार होता है व थकान दूर होती है।
4. रोग मुक्त शरीर – योगाभ्यास शरीर को स्वस्थ बनाता है, हृदय रोग, मधुमेह और अस्थमा जैसी कई अन्य बीमारियों के लिए योग की सलाह दी जाती है।
5. वजन पर काबू – दुनिया की 80 फीसदी आबादी मोटापे से ग्रस्त है। योग को अपनी जीवनशैली में शामिल कर हम मोटापे को भी नियंत्रित कर सकते हैं। योग फिट रहने का एक बेहतरीन तरीका है।
7. योग शारीरिक और मानसिक दोनों रूप से अच्छे स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद करता है

मनजोत शर्मा
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210819

शारीरिक व्यायाम : जीवन में स्वस्थ जीवनशैली की कुंजी

आज के युग में जब जीवन तेजी से भागता हुआ प्रतीत होता है, शारीरिक व्यायाम का महत्व और भी बढ़ गया है। विशेष रूप से कॉलेज के छात्रों के लिए जो शैक्षणिक दबाव, सामाजिक गतिविधियों और व्यक्तिगत जिम्मेदारियों के बीच संतुलन बनाने की कोशिश कर रहे होते हैं, शारीरिक व्यायाम एक वरदान साबित हो सकता है। यह न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है बल्कि मानसिक और भावनात्मक संतुलन भी प्रदान करता है।

शारीरिक स्वास्थ्य के लिए लाभ

शारीरिक व्यायाम का सबसे प्रत्यक्ष लाभ हमारे शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। नियमित व्यायाम से मांसपेशियों की ताकत बढ़ती है, हड्डियां मजबूत होती हैं और शरीर का लचीलापन बढ़ता है। यह ह्रदय स्वास्थ्य को सुधारता है जिससे ह्रदय रोगों का खतरा कम होता है। व्यायाम रक्त संचार को बेहतर बनाता है जिससे शरीर के सभी अंगों को पर्याप्त ऑक्सीजन और पोषक तत्व मिलते हैं। इसके अलावा, व्यायाम वजन को नियंत्रित करने में मदद करता है, जो मोटापा और इससे संबंधित बीमारियों से बचाव करता है।

मानसिक स्वास्थ्य के लिए लाभ

शारीरिक व्यायाम का मानसिक स्वास्थ्य पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। व्यायाम के दौरान शरीर में एंडोर्फिन नामक हार्मोन का स्त्राव होता है जिसे 'फील गुड' हार्मोन भी कहा जाता है। यह तनाव और चिंता को कम करने में मदद करता है और मूड को बेहतर बनाता है। नियमित व्यायाम से नींद की गुणवत्ता में सुधार होता है। जिससे मानसिक थकान दूर होती है और दिनभर ताजगी महसूस होती है। इसके अलावा व्यायाम एकाग्रता और ध्यान केन्द्रित करने की क्षमता को भी बढ़ाता है जो पढ़ाई और अन्य मानसिक कार्यों में सहायक होता है।

भावनात्मक और सामाजिक लाभ

व्यायाम से आत्म–सम्मान और आत्मविश्वास में वृद्धि होती है। जब हम अपने शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार देखते हैं तो हमें अपने ऊपर गर्व होता है और आत्मप्रेरणा मिलती है। व्यायाम के दौरान हमें नए लोगों से मिलने और सामाजिक संपर्क बढ़ाने का अवसर मिलता है जिससे हमारी सामाजिक और भावनात्मक जीवन की गुणवत्ता भी सुधरती है। समूह में व्यायाम करने से सहयोग और टीम वर्क की भावना भी विकसित होती है।

समग्र जीवनशैली में सुधार

व्यायाम को अपनी दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाने से हमारी जीवनशैली में सकारात्मक बदलाव आते हैं। यह हमें समय प्रबंधन और अनुशासन सिखाता है। नियमित व्यायाम करने वाले व्यक्ति अक्सर स्वस्थ आहार और जीवनशैली अपनाने की प्रवृत्ति रखते हैं जिससे उनका समग्र स्वास्थ्य बेहतर होता है। इसके अलावा व्यायाम का असर हमारी कार्यक्षमता पर भी पड़ता है जिससे हम अपने कार्यों को अधिक कुशलता और प्रभावी ढंग से कर पाते हैं।

निष्कर्ष

शारीरिक व्यायाम का महत्व न केवल शारीरिक बल्कि मानसिक, भावनात्मक और सामाजिक स्वास्थ्य के लिए भी अत्यधिक है। कॉलेज के छात्रों के लिए जो जीवन के एक महत्वपूर्ण और चुनौतीपूर्ण दौर से गुजर रहे होते हैं, व्यायाम को अपनी दिनचर्या में शामिल करना अत्यावश्यक है। इससे वे न केवल स्वस्थ और ऊर्जावान रहेंगे, बल्कि उनके शैक्षणिक प्रदर्शन और जीवन के अन्य क्षेत्रों में भी सुधार होगा। इसलिए सभी छात्रों को शारीरिक व्यायाम के महत्व को समझना चाहिए और इसे अपनी दैनिक जीवनशैली का अभिन्न हिस्सा बनाना चाहिए।

इस प्रकार शारीरिक व्यायाम कॉलेज जीवन में एक संतुलित और स्वस्थ्य जीवनशैली की कुंजी है, जो हमें न केवल वर्तमान चुनौतियों का सामना करने में सक्षम बनाता है बल्कि स्वस्थ और सुखद भविष्य की भी नींव रखता है।

दीप राज
बी.कॉम. द्वितीय वर्ष

खेल जीवन का अभिन्न अंग

खेल मानव जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है जो न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को सुधारता है बल्कि मानसिक और सामाजिक विकास में भी अहम भूमिका निभाता है। कॉलेज जीवन में खेल का महत्व और बढ़ जाता है, क्योंकि यह युवाओं को अनुशासन, टीम वर्क और नेतृत्व कौशल सिखाने में मदद करता है। आज के दौर में खेल केवल मनोरंजन का साधन नहीं रह गया है बल्कि यह करियर के रूप में भी उभर रहा है।

शारीरिक स्वास्थ्य और फिटनेस

खेल खेलना शारीरिक स्वास्थ्य को बनाए रखने का सबसे प्रभावी तरीका है। नियमित खेलकूद से शरीर में लचीलापन, ताकत और सहनशक्ति बढ़ती है। यह हृदय स्वास्थ्य को सुधारता है और विभिन्न बीमारियों जैसे मोटापा, हृदय रोग और मधुमेह से बचाव करता है। कॉलेज के छात्रों के लिए जो अक्सर पढ़ाई के दबाव में होते हैं, खेलकूद एक तरह से तनाव मुक्ति का साधन भी है।

मानसिक विकास

खेल का हमारे मानसिक स्वास्थ्य पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। यह एकाग्रता, आत्मविश्वास और मानसिक दृढ़ता को बढ़ाता है। जब छात्र किसी खेल में भाग लेते हैं तो उन्हें चुनौतियों को सामना करना पड़ता है और समस्याओं का समाधान ढूंढने की आदत पड़ती है। यह उनकी समस्या सुलझाने की क्षमता को भी बढ़ाता है। इसके अलावा खेल छात्रों को अनुशासन सिखाता है जो उनके शैक्षणिक और व्यक्तिगत जीवन में सफलता प्राप्त करने में सहायक होता है।

सामाजिक कौशल

खेल टीम वर्क और सहयोग की भावना को बढ़ावा देता है। जब छात्र टीम के रूप में खेलते हैं तो वे एक दूसरे के साथ सहयोग करना, सामूहिक रूप से निर्णय लेना और एक दूसरे का सम्मान करना सीखते हैं। यह उनके नेतृत्व कौशल को भी विकसित करता है जो भविष्य में उनके पेशेवर जीवन में उपयोगी साबित होते हैं। खेल प्रतियोगिताओं के दौरान छात्रों को विभिन्न सांस्कृतिक और सामाजिक पृष्ठभूमियों के लोगों से मिलने का अवसर मिलता है जिससे उनके सामाजिक नेटवर्क का विस्तार होता है।

करियर के अवसर

आजकल खेल के क्षेत्र में करियर बनाने के भी अनेक अवसर हैं। क्रिकेट, फुटबॉल, बैडमिंटन, टेनिस जैसे खेलों में खिलाड़ी न केवल राष्ट्रीय बल्कि अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर भी अपनी पहचान बना सकते हैं। इसके अलावा खेल प्रबंधन, खेल पत्रकारिता, खेल चिकित्सा जैसे क्षेत्रों में भी करियर के कई विकल्प मौजूद हैं। कॉलेज स्तर पर खेल प्रतिभाओं को निखारने और उन्हें सही दिशा में मार्गदर्शन करने के लिए विभिन्न खेल प्रतियोगिताओं और प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन किया जाता है।

निष्कर्ष

खेल जीवन का एक महत्वपूर्ण अंग है जो शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास में सहायक होता है। कॉलेज के छात्रों के लिए खेलकूद एक संतुलित और स्वस्थ जीवन जीने का माध्यम है। इसके माध्यम से वे न केपल शारीरिक रूप से स्वस्थ रहतेहैं बल्कि मानसिक और सामाजिक रूप से भी मजबूत बनते हैं। इसलिए प्रत्येक छात्र को अपनी पढ़ाई के साथ–साथ खेलों में भी सक्रिय रूप से भाग लेना चाहिए, ताकि वे जीवन के हर क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर सकें। खेलकूद का महत्व समझते हुए कॉलेज प्रशासन को भी खेल सुविधाओं और प्रशिक्षण कार्यक्रमों को बढ़ावा देना चाहिए ताकि छात्रों का सर्वांगीण विकास हो सके।

श्वेता
बी.ए. तृतीय वर्ष

भारत के पारंपरिक खेल : हमारी सांस्कृतिक धरोहर

भारत एक समृद्ध सांस्कृतिक धरोहर वाला देश है जिसकी विविधता इसके पारंपरिक खेलों में भी प्रतिबिंबित होती है। प्राचीन काल से ही भारत में विभिन्न प्रकार के खेल–खेले जाते रहे हैं जो न केवल मनोरंजन का साधन थे बल्कि शारीरिक और मानसिक विकास के साधन भी थे। इन खेलों में भारतीय समाज की सांस्कृतिक और ऐतिहासिक पहचान झलकती है। कॉलेज के छात्रों के लिए इन पारंपरिक खेलों की जानकारी होना महत्वपूर्ण है क्योंकि यह न केवल उनकी शारीरिक फिटनेस को बढ़ावा देता है बल्कि हमारी सांस्कृतिक विरासत को भी संरक्षित रखता है।

कबड्डी

कबड्डी भारत का एक प्रमुख पारंपरिक खेल है यह न केवल ग्रामीण क्षेत्रों में बल्कि शहरी क्षेत्रों में भी अत्यंत लोकप्रिय है। इस खेल में दो टीमें होती हैं और खिलाड़ी विरोधी टीम के क्षेत्र में जाकर "कबड्डी–कबड्डी" कहते हुए खिलाड़ियों को छूकर वापस अपने क्षेत्र में आने की कोशिश करते हैं। यह खेल शारीरिक ताकत, फुर्ती और रणनीतिक सोच का उत्कृष्ट उदाहरण है।

खो–खो

खो–खो भी भारत का एक प्रमुख पारंपरिक खेल है जो बच्चों और युवाओं के बीच विशेष रूप से लोकप्रिय है। इस खेल में तेज गति, चुस्ती और टीम वर्क की आवश्यकता होती है जो शारीरिक और मानसिक विकास में सहायक होता है।

मल्लखम्ब

मल्लखम्ब भारत का एक अद्वितीय पारंपरिक खेल है जो कुश्ती और जिमनास्टिक का संयोजन है। इसमें खिलाड़ी एक लकड़ी के खंभे या रस्सी पर विभिन्न प्रकार के शारीरिक करतब दिखाते हैं। यह खेल शारीरिक शक्ति, संतुलन और लचीलापन बढ़ाने में मदद करता है। मल्लखम्ब का अभ्यास करने से आत्मविश्वास और शारीरिक दृढ़ता भी बढ़ती है।

गिल्ली डंडा

गिल्ली डंडा भारत का एक और पारंपरिक खेल है जो विशेष रूप से ग्रामीण क्षेत्रों में लोकप्रिय है। इसमें एक छोटी सी लकड़ी की गिल्ली और एक लंबा डंडा होता है। खिलाड़ी डंडे की मदद से गिल्ली को हवा में उछालकर उसे दूर तक मारते हैं। यह खेल क्रिकेट खेलका प्राचीन रूप माना जाता है और यह फुर्ती, दृष्टि और संतुलन को बढ़ावा देता है।

पंचिसी

पंचिसी या पच्चीसी एक प्राचीन भारतीय बोर्ड गेम है जो आज के लूडो का पूर्वज है। इसे खेल के पाटन पर खेला जाता है, जहां खिलाड़ी चारों दिशाओं मे अपनी गोटियों को चलाते हैं। इस खेल में रणनीतिक सोच और योजना बनाना आवश्यक होता है जो मानसिक विकास में सहायक होता है।

कुश्ती

कुश्ती भारत का एक पुराना और लोकप्रिय पारंपरिक खेल है। इसे भारत के विभिन्न राज्यों में विभिन्न नामों से जाना जाता है जैसे पंजाब में "पहलवानी" और महाराष्ट्र में "मलखम्ब"। कुश्ती शारीरिक शक्ति, धैर्य और मानसिक दृढ़ता का प्रतीक है। यह खेल शारीरिक फिटनेस को बढ़ावा देने के साथ–साथ अनुशासन और आत्म संयम भी सिखाता है।

निष्कर्ष

भारत के पारंपरिक खेल हमारे सांस्कृतिक और ऐतिहासिक धरोहर का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। ये खेल न केवल शारीरिक और मानसिक विकास को बढ़ावा देते हैं, बल्कि सामाजिक समरसता और सांस्कृतिक पहचान को भी मजबूत करते हैं। कॉलेज के छात्रों को इन खेलों के महत्व को समझना चाहिए और इन्हें अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए, ताकि वे स्वस्थ और संतुलित जीवन जी सकें। पारंपरिक खेलों के माध्यम से हम अपनी सांस्कृतिक जड़ों से जुड़े रह सकते हैं और इन्हें आने वाली पीढ़ियों के लिए संरक्षित रख सकते हैं।

दीक्षा
बी.ए. प्रथम वर्ष

वृक्षारोपण

आज की दुनिया समस्याओं से घिरी हुई है। इन समस्याओं में सबसे बड़ी समस्या है प्राणी संसार और वनस्पति के बीच बिगड़ता हुआ संतुलन। वृक्षारोपण पर्यावरण को संतुलित कर मानव के अस्तित्व की रक्षा करने के लिए आवश्यक है। वृक्ष हमारे जीवन के लिए उतने ही महत्वपूर्ण हैं जितने भोजन और पानी। हम बिना खाए–पिए भी कुछ दिनों तक जीवित रह सकते हैं लेकिन बिना हवा और ऑक्सीजन के कुछ मिनट भी जीवन जीना असंभव है। वृक्षों का सीधा असर हमारे पर्यावरण पर पड़ता है। पेड़ों से लकड़ियां प्राप्त होती हैं जिनसे कई प्रकार के फर्नीचर और मकान बनते हैं। इसमें कोई सन्देह नहीं है कि पेड़–पौधे हमारे लिए उपयोगी है परन्तु मानव स्वार्थ के कारण वनोन्मूलन बहुत ही ज्यादा होने लगा है। जंगल खत्म होते जा रहे हैं परिणामस्वरूप विश्व जलवायु परिवर्तन की गंभीर समस्या से जूझ रहा है। मृदा अपरदन और बाढ़ जैसी समस्याओं के कारण भी पेड़ पौधों की कमी है। इसका एकमात्र उपाय केवल वृक्षारोपण है। वैश्विक औद्योगिक विकास होने के कारण नए–नए कारखाने बनते जा रहे हैं। प्रदूषण फैलाने वाले वाहन भी हद से ज्यादा हो चुके हैं। लेकिन वृक्ष लगाने के लिए कोई आगे नहीं आता है। दरअसल वृक्षारोपण से ही विविध बीमारियों के उपचार में काम आने वाली दवाईयां हमें पेड़ों से मिलती है। सरकार की तरफ से वृक्षारोपण के लिए कई प्रयास किए जा रहे हैं। असम में एक ही दिन में 11117781 पौधे लगाकर विश्व रिकार्ड बनाया गया था। जहां एक ओर कुछ लोग पेड़ काटते हैं वहीं दूसरी ओर कुछ लोग वृक्षारोपण भी करते हैं। वृक्षारोपण से ही हम विश्व को कई आने वाली आपदाओं से बचा सकते हैं। पेड़ों से हमें स्वादिष्ट फल, फूल और जीवन देने वाली औषधियां मिलती हैं जिससे जीवों की प्राण की रक्षा होती है। वृक्षारोपण से वैश्विक तापमान मे कमी आएगी जिससे बाढ़, भूकम्प जैसी आपदाओं को रोका जा सकता है। बिना पेड़–पौधों के कोई भी स्थान निर्जीव सा लगता है।

हमारा भविष्य वृक्षों पर निर्भर करता है। स्वस्थ और उज्जवल भविष्य के लिए वृक्षारोपण अति आवश्यक है। अगर आने वाली पीढ़ी के लिए एक प्रदूषण से मुक्त पर्यावरण बेहतर विकास की ओर बढ़ते हुए देखना चाहते है तो हमें वृक्षारोपण की ओर ध्यान देना चाहिए। इसके साथ ही लोगों को वृक्षारोपण की उपयोगिता और आवश्यकता के बारे में बताना होगा।

कविता कुमारी
बी.ए. तृतीय वर्ष
20210838

NCC/NSS/RED RIBBON CLUB

OTHER ACTIVITIES 2023-24

Suraksha Traders Samoor (Una) # 7018454546

ANNUAL PRIZE DISTRIBUTION FUNCATION

M/s. Geeta Enterprises Chowari #94590-75725