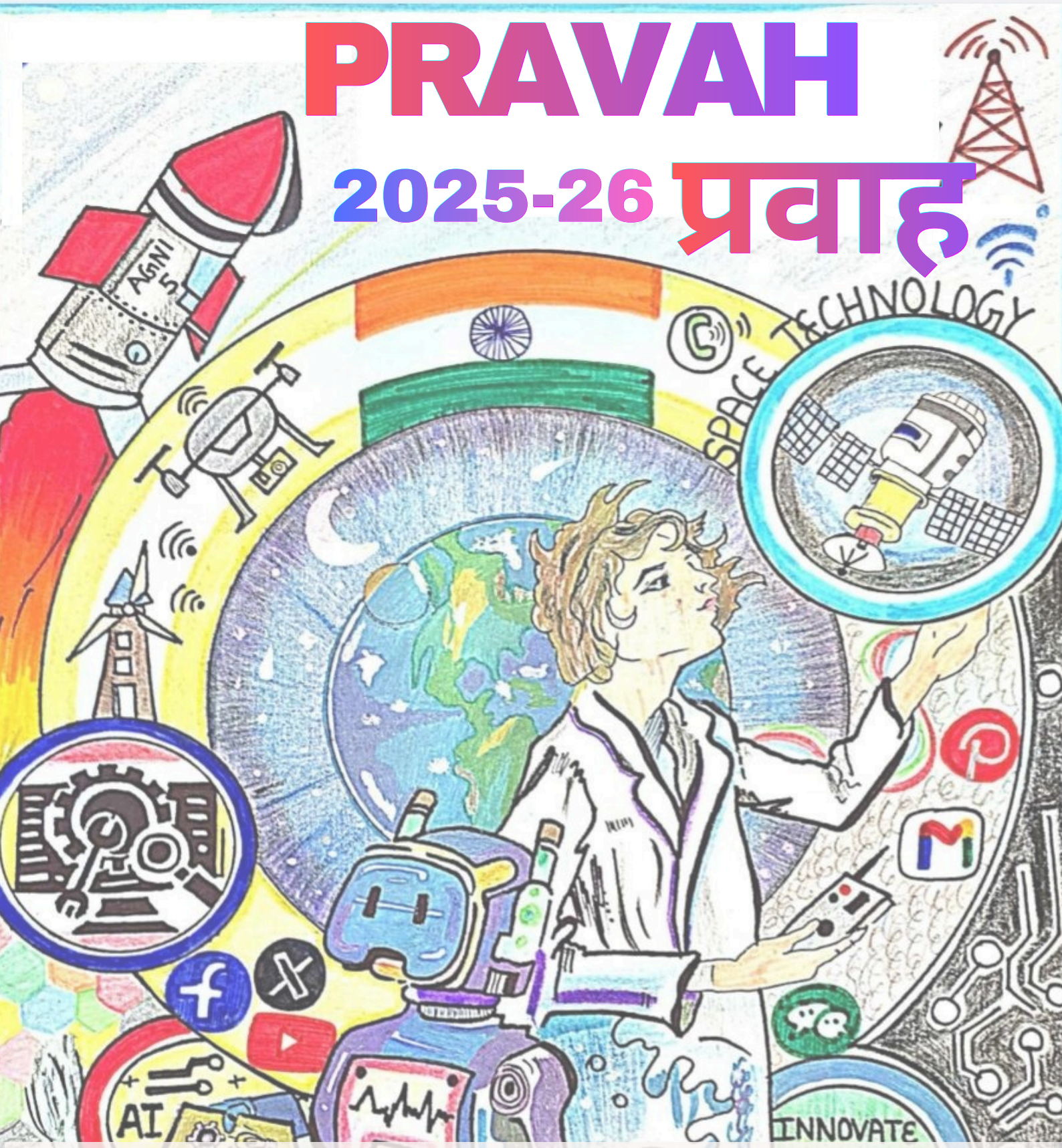
PRAVAH

2025-26 प्रवाह



कालिन्दी कॉलिज KALINDI COLLEGE
ज्ञानं शीलं धर्मश्चैव भूषणम्

Kalindi College

UNIVERSITY OF DELHI

ACCREDITED WITH GRADE 'A+' BY NAAC

Pravah Magazine Committee

Principal : Prof. Meena Charanda

Convenor : Ms. Monica Zutshi

Co-Convenor : Dr. Arti Pathak

Faculty Advisors

English Section : Ms. Monica Zusthi, Mr. Sushrut Bhatia, Ms. Sanju Parihar

Hindi Section : Dr. Arti Pathak, Ms. Pallavi, Dr. Sanjay Kumar Singh

Sanskrit Section : Dr. Divya Mishra, Dr. Richa

Photograph Sub- committee : Dr. Taruna, Mr. Avneesh Kumar

Technical Sub-committee : Dr. Neeti Pandey, Dr. Upasana Issar

Student Editors

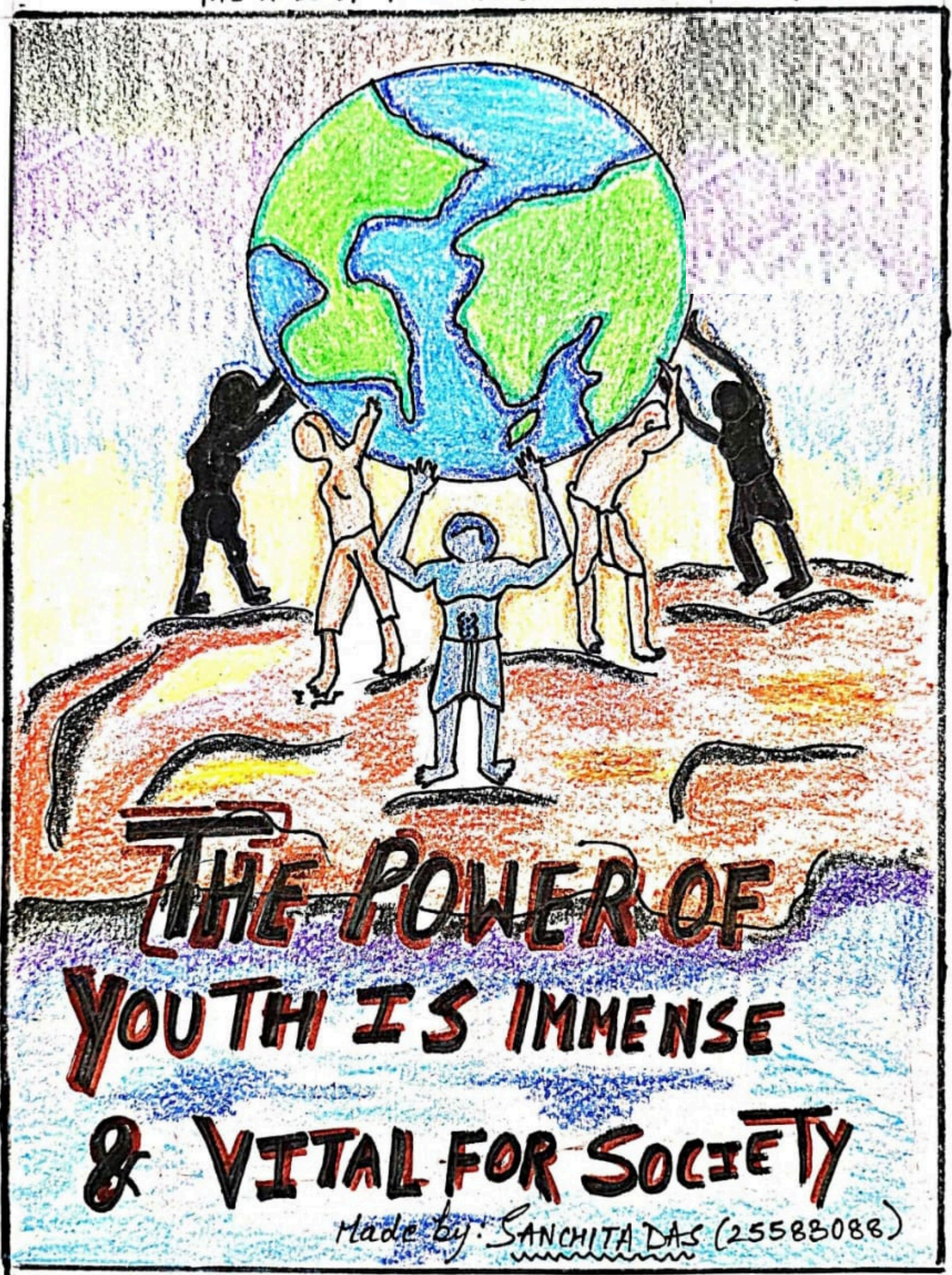
English Section : G. Spoorthi, BA programme (History+ Political science), III year
Samriddhi Das, BA (H) English, III year
Anushika Pandey, BA (H) English, II year

Hindi Section : Smriti Priyadarshini BA(H) Hindi, III year
Komal BA(H) Political Science, II year
Ananya Sharma (BA Programme History + Economics), III year

Sanskrit Section : Anjali Rajbanshi BA(H) Sanskrit, III year
Shagun Singh BA(H) Sanskrit, III year
Muskan Chaubey BA(H) Sanskrit, III year

Student Technical Committee : Isha, BSc (H) Chemistry IV year
Adwitiya Aadhikary, BSc (H) Zoology, I year
Jayashree Senapati BSc (H) Zoology
Geetanjali, BSc (H) Chemistry, I year

Picture Credits: Front Cover: Komal, BA(H) Political Science, II year
Back Cover: Kritika Dhiman, BA (Hons) English, III year


THE POWER OF
YOUTH IS IMMENSE
& VITAL FOR SOCIETY
Made by: SANCHITA DAS (25583088)
Course: Bsc life science (1st year)

VIKSIT BHARAT
SOCIAL CHANGE
WOMEN EMPOWERMENT
JUSTICE REFORM
SOCIAL EQUALITY
EDUCATION
GENDER
URBANIZATION
DIGITAL INDIA
GDP GROWTH
ENTREPRENEURSHIP
DIGITAL LITERACY
JOB CREATION
TECHNOLOGY
CLEAN AIR
CLEAN TECH
SUSTAIN ABILITY

प्राचार्य की कलम से...

प्रिय छात्राओं,

मेरे लिए आज बहुत गर्व का विषय है क्योंकि आज की तकनीकी और प्रगति के युग में हमारे कालिंदी प्रांगण में 'प्रवाह' पत्रिका प्रकाशित हुई है। कालिंदी महाविद्यालय इस दिशा में निरंतर अग्रसर है। हमारे कालिंदी परिवार के समस्त सदस्यों के अथक परिश्रम और समर्पण का ही परिणाम है कि हमारे महाविद्यालय ने NAAC मूल्यांकन में A+ ग्रेड प्राप्त कर एक गौरवशाली उपलब्धि हासिल की है। यह केवल एक ग्रेड नहीं, बल्कि हमारी शैक्षणिक उत्कृष्टता, कृत्रिम बुद्धिमता एवं डिजिटल क्रांति और सूचना प्रौद्योगिकी ने मानव जीवन के प्रत्येक क्षेत्र को नए आयाम दिए हैं। इस तीव्र तकनीकी परिवर्तन के दौर में यह अत्यंत आवश्यक है कि हम अपनी मानवीय संवेदनाओं और सांस्कृतिक मूल्यों को भी जीवित रखें। तकनीकी तभी सार्थक है जब वह मानवता की सेवा में हो और समाज की प्रगति का माध्यम बने।

इस उपलब्धि ने हमारी जिम्मेदारी और भी बढ़ा दी है। अपने पूर्वजों की विरासत को सँजोते हुए भविष्य की पीढ़ियों के लिए और भी ऊँचे मानदंड स्थापित करने की जिम्मेदारी हमारी बढ़ गयी है। महाविद्यालय की वार्षिक पत्रिका 'प्रवाह' का विषय "समकालीन समाज में युवाओं की भूमिका" अत्यंत प्रासंगिक है। तकनीकी और प्रगति की इस दौड़ में हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि सच्चा साहित्य मानवीय भावनाओं की अभिव्यक्ति है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता और मशीनें साहित्य के रूप और शैली की नकल कर सकती हैं, परंतु मनुष्य की अनुभूति, उसकी पीड़ा, उसका प्रेम और उसकी करुणा ये वो तत्व हैं जो साहित्य को उसकी आत्मा देते हैं। हमारी छात्राएँ इसी सत्य को अपनी रचनाओं में साकार करती नजर आ रही हैं। हम अपने आदर्श वाक्य "ज्ञानं शीलं धर्मश्चैव भूषण' को सदैव स्मरण रखें अर्थात् ज्ञान, शील और कर्तव्यबोध ही हमारे वास्तविक आभूषण हैं। इसलिए मेरा आप सभी छात्राओं से अनुरोध हैं कि ऐसे ही अपनी अभिव्यक्ति करती रहें और शोध के नए आयाम प्रस्तुत करती रहें। तकनीकी प्रगति के साथ-साथ इन मूल्यों की रक्षा ही हमें एक सभ्य और संवेदनशील समाज का निर्माण करने में सक्षम बनाएगी।

विशेष आभार.

प्रो. मीना चरांदा

प्राचार्य

COMMITTEES

Internal Quality Assurance Cell (IQAC)

Academic Journal Committee

Annual Report Committee

Student Union

Sports Committee

National Service Scheme (NSS)

National Cadet Corps (NCC)

Rajbhasha Karyanvayan Samiti

FROM THE EDITOR'S DESK

It is a great pleasure to present to you the latest edition **Pravah**. As always, it has been a labour of love of Team Pravah as much as it is an expression of our students' talent.

The theme of **Pravah 2026** is "The Role of Youth in Contemporary Society". It is evident to us that we are living through eventful times. Given the world organization in terms of economic interdependence and technological interconnections, any change in one part of the whole changes the dynamic for each country and region. The breathtaking pace of technological advancement especially due to the growth of Artificial Intelligence is now both a source of bewilderment and anxiety on the one hand, as well as that of inspiration and convenience on the other. The youth are wondering whether this will lead to the loss of meaningful employment or the democratization of crucial systems related to education, health and transportation.

The world is also beset with other issues including the psychosocial and the environmental. How can we bring about change in society so that the oppressed and marginal can find a voice and a place of dignity in the mainstream? How can each individual feel empowered to act so as to fulfill their potential and create a positive impact in the larger community? How can the social environment become a source of sustenance for diverse peoples?

Even as the youth grapple with such issues, the threat of the climate emergency continues to loom. Since the Earth is our only home, it is incumbent on us to work to mitigate the worst of the natural environmental disasters besetting our planet. The youth seek answers in both the present where new breakthroughs in science hold out hope, as well as the past to traditional knowledge systems that may help to show us the way forward. This is essential to build a stronger nation as well as a more harmonious and congenial world. In the pages that follow, students have explored these ideas in diverse ways, delving into both personal and public dimensions of the theme.

We are grateful to our Officiating Principal, Prof. Meena Charanda for her support. We also appreciate the hard work put in by the entire team of student editors: G. Spoorthi, III BA Programme (History+ Political Science), Samriddhi Das, III BA (H) English and Anushika Pandey, II BA(H) English (English Section), Smriti Priyadarshini III BA(H) Hindi, Komal II BA(H) Political Science and Ananya Sharma III BA Programme (History+ Economics) (Hindi Section), and Anjali Rajbanshi, Shagun Singh and Muskan Chaubey, all from III BA(H) Sanskrit (Sanskrit Section) and student members of the Technical Subcommittee Adwitiya Adhikary and Jayashree Senapati, both from I BSc (H) Zoology, and Geetanjali, I BSc (H) Chemistry.

We hope you enjoy this edition. Happy reading!

Monica Zutshi

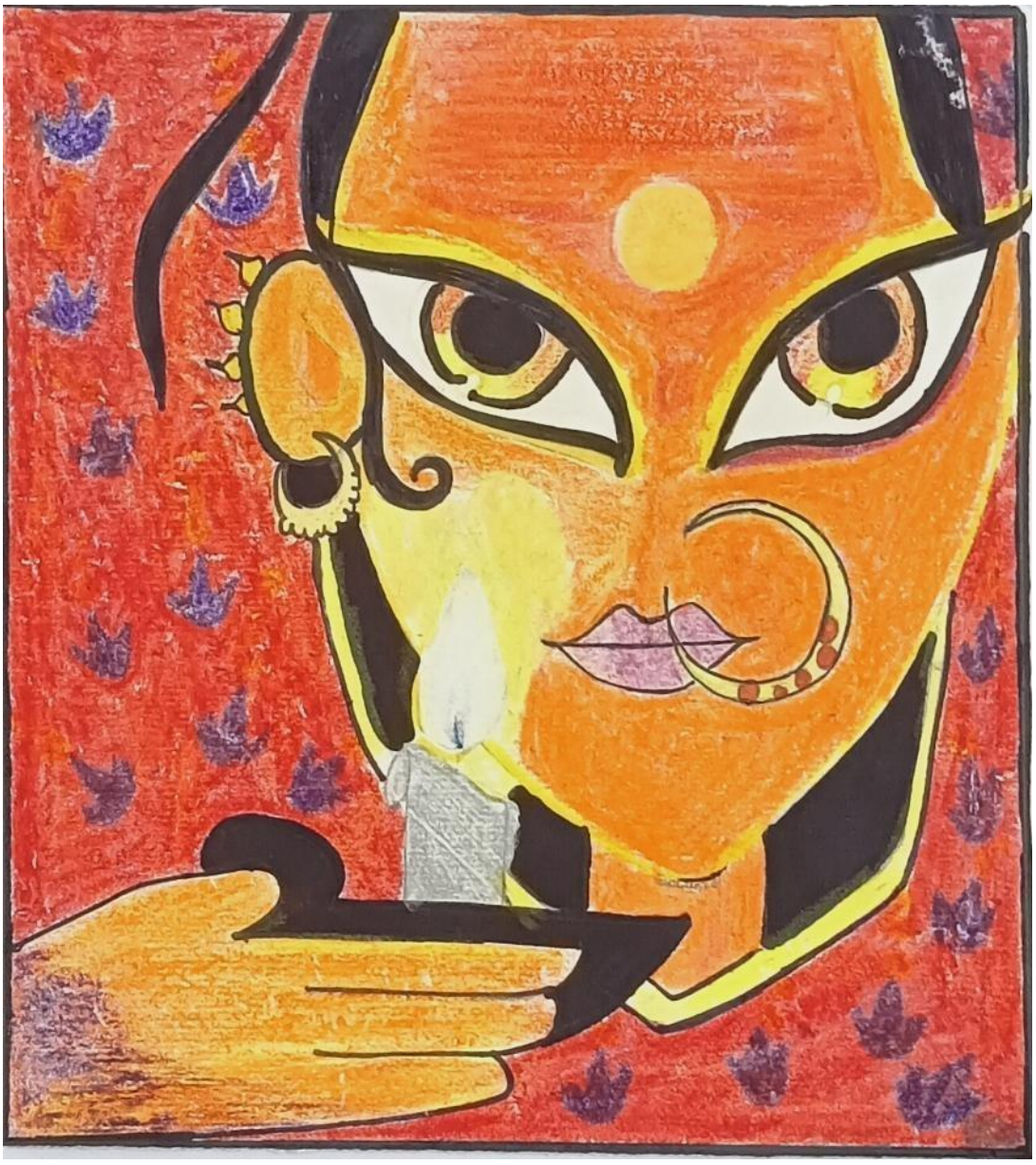
Editor and Convener, Pravah Magazine Committee 2026

Kanak Singh

B.A.(Hons.) English

Third Year

ENGLISH SECTION



Kanan

B.A.(Hons.) English

Second Year

Student Editorial

To be young today is to stand at a crossroads of possibility and responsibility. We are witnesses to a rapidly changing world. It is being constantly shaped by innovation, uncertainty, and ceaseless negotiation between what is and what could be. In this space, we as youth act as a force of movement, of questioning, and of becoming. We engage with it in the conversations we have, the choices we make, and the spaces we occupy, both physical and virtual.

Being young includes both acting and thinking things through. We're often somewhere between what we've known and what we're starting to question. What do we hold on to, and what do we let go of? There aren't clear answers, but through the process of unlearning and learning we keep trying to figure it out.
In today's world, information travels across in seconds. Is our awareness being used against us? We see, we think, yet feel powerless—perhaps the structure of our digital world is what holds us back.

Trends, algorithms, and digital spaces often begin to resemble our political opinions and broader views on society. Our feeds are shaped by our own scrolling patterns. They are constantly analysed to understand what we like or dislike. Even an extra second spent on an ad is recorded and used to tailor content. It is either to entertain us or to make our lives more convenient. But do we really need that level of comfort? What effect does it have on our ability to think critically? Is it making us more efficient or is it simply dulling our minds?

There are countless studies on how bite-sized media has reshaped our attention spans, and yes, they are shorter than ever. The term "brain rot" being added to the Oxford Dictionary feels unsettling as if we've normalised something we should actually be questioning.

As we navigate this moment in time, we are reminded that being young is about asking the right questions, daring to imagine differently, and finding the courage to act.

This edition of Pravah, through diverse expressions, reflects how young minds are thinking, questioning, creating, and responding to the world around them. Each piece is a small way of showing presence, of reminding us that the young are already a part of the change.

We are grateful to Ms. Monica Zutshi for providing us with this wonderful opportunity to work under her meticulous guidance. We would also like to extend our heartfelt thanks to Mr. Sushrut Bhatia and Ms. Sanju Parihar for their unwavering support, guidance and understanding throughout the process, without which this magazine would not have come to life. And most of all, we would like to thank all the young and creative minds of Kalindi for your contributions to this edition of Pravah.

Table of Contents

S. No.	Title	Page No.
1	Scroll, Spend, Consume!	9
2	Scrolling Citizens: Is Social Media Shaping Of Silencing Youth	11
3	Youth	13
4	It Was Home	14
5	Youth Activism Or Just Slacktivism	17
6	The Blank Page Of Art Of Living	18
7	Not A War But A Return	19
8	This Was Never My Design	21
9	Between Heaven Eyes And Hell Nights	23
10	May Be, Will Be	23
11	Was It 10 Years Ago?	24
12	Blue, Perpetual	26
13	Breaking News	27
14	My Shadow	28
15	Pretend To Be Nothing	30
16	Untitled	31
17	Sympathetic Air	32
18	Change	34
19	Suggestion	36
20	Am I, I Am?	38
21	A Feather Had Flown Far Away From Dreamland	39
22	Timeless Bond	42
23	Show Off	42
24	Grey Memories	45

Scroll, Spend, Consume!

Breathe in the toxic air,
Buy the newest phone at the fair.
Expensive with a hideous colour, but in trend So
you should absolutely spend a grand!

Curious to know if that celebrity has been cloned? Scroll
away and find out on your new phone!

Bear with the contaminated water,
Buy the blind boxes from the counter.
Pricey toys with unlikeable design, but in trend It's
a no-brainer, spend a grand!

Curious to know if that celebrity couple got married?
Scroll away and find out on your phone!

Stomach the food unfit for consumption,
Buy the imported sweets from the mart.
Expensive, addictive, also in trend So
go ahead and spend a grand!

Curious to know if that celebrity hurt the paparazzi? Scroll
away and find out on your phone!

When stuck in traffic
Look away from whatever ensues
Wait for the VIPs' big cars to pass
Record and upload an accident for views.

Curious to watch the movie everyone is raving about? Scroll
away and book your tickets now!

Stand in long queues for fuel, add it to fire
Fight your fellow men for power
Scroll your troubles away
Look for more aesthetic items to acquire.

Curious to know what you'd look like in an animated movie? Type
a little and create art!

When left with no one left to kill and consume
Download that bot app, talk your troubles through.
In the near future, reminisce on what you used to be able to do.

Kavya Chauhan
B.A. (H.) English
Third Year

Kanak Singh
B.A. (H.) English
Third year

Scrolling Citizens: Is Social Media Shaping or Silencing Youth?

Today's youth are by far the best connected and informed generation ever. In the age of social media, we are being bombarded with ideas, debates and global issues. It is one of the most potent spaces where thoughts are shared and screams are sounded. But when behind this idea of empowerment comes an important question, is social media creating aware citizens or slowly silencing them?

On the one hand, social media has arguably made awareness easier to come by than it has ever been. Climate change, gender equality, and mental health are some of the most heated discussions. Young people use Teenz Talk to connect with issues that matter. It has served as a means of getting those voices out, pushing against norms and forming communities across geopolitical lines.

But this engagement is often quite superficial. A like, share or hashtag can mimic engagement without true comprehension. Activism becomes performative, showing that you are aware trumps knowledge. In a rapid-moving digital world, even serious matters become mere fads.

And algorithms control what we see, too, often confining us to views we already hold. This creates echo chambers, which widen the gap in conversation and agency. There is also a growing fear of being condemned or attacked if we share our opinions, preventing many from being honest about what touches them. And maybe silence is in fact safer than authenticity.

But it's not social media — it's the way we interact with it. It can inform, inspire and mobilize — but only if it's used thoughtfully. Younger generations, we can no longer just scroll—we need to engage actively, question and not follow the status quo—to turn awareness into action.

Ultimately, social media doesn't determine whether we endure or vanish. We can either be spectators or responsible aware citizens.

Anushika Pandey

B.A. (H.)English

Second Year

Kanika Podia

B.A. Programme

First Year

Youth

We are the youth, the future’s might,
With dreams and passion, we take flight.

We build the nation, brick by brick,
With every step, we make it tick.

Our voices loud, our hearts ablaze
We fight for justice, equality’s cause.

We stand united,diverse and strong,
Together we rise, where freedom belongs.

With innovation and technology, we pave the way.
For a brighter tomorrow, a better day.

Our knowledge and skills,we share and spread,
Empowering communities, lifting the thread.

Let's build this nation, hand in hand,
With compassion, courage and a united stand.

For a better future ,we strive and dream,
The youth of today, the nation's beam

We are the youth, the future’s might,
With dreams and passion, we take flight.

We build the nation, brick by brick,
With every step, we make it tick.

Our voices loud, our hearts ablaze
We fight for justice, equality’s cause.

We stand united,diverse and strong,

Together we rise, where freedom belongs.

With innovation and technology, we pave the way.

For a brighter tomorrow, a better day.

Our knowledge and skills,we share and spread,

Empowering communities, lifting the thread.

Let's build this nation, hand in hand,

With compassion, courage and a united stand.

Bhavya Ahuja

B.A. Programme

It Was Home

There's a house in the midst of nowhere: I built it and covered its roof with thatching grass.
It had a single room for the wind to roam free,
But rain, heat, and dust tore through its frailty, so
I crowned it with a ceiling.
With sweat and time,
I built a tough roof,
To guard me from the world disguised as a bluffing wolf,
It carved me into something strong, beneath its shade, I
felt like a symphony unsung.

As time passed, I noticed a hole in my ceiling,
Mistook it for bravery, dismissed this feeling
The rain, the gray haze no longer haunted me.
Their thunder and light could not steal my morning glory.

One day, I felt a teardrop on my cheek,
My eyes were dry but nowadays the world was weeping daily.
Nature was celebrating its despair,
so it fell in love with my canopy and sought solace there.

My gaze shot up and we made eye contact.
I noticed cracks lining its heart.
In a glimpse, we were shedding silent tears.
We spent the last night together embracing each other's brokenness.
As the morning came, a part of me was drenched in remorse.
I realized the rain had won, and it would never be the same.

The rain mocked me with thunderous applause,
I sat in grief with my hands folded and cried out,
"Help me, my Lord."
He arrived like a burning fireball in my land,
I followed the signs and noticed the time falling like a pile of sand.

A nomad like me was never meant to settle,
So I left it all behind and retreated in a flash.
I ran as if the world was my oyster,
My body cracked like peeling ceiling paint, Too
tired to fight, too tense to faint.
A tension as sharp as fate's own killing saint.

I was not envious of the sky today.
I was the flash of lightning which came in like a bolt from the blue.
It blurred my vision and I entered into something shaped by my imagination,
Big enough to hide all my imperfections.

I laid there unconscious all night.
Waking up in daylight's limelight–quietly screaming: I'd won this fight.
To my surprise, my amber eyes filled with tears of victory, Which
had once seen catastrophe and waited to die.

'I was at home', my soul whispered,
I'd learned my lesson–one bitten twice shy.
Like sinking to the sea's deepest floor–I might've drowned, but
now I've learnt to flee to ashore.
I passed on my incandescent aura as I swayed around the house feeling like I was the star of the opera.

Saumya Tripathi

B.Sc (H.) Life sciences
Second Year

Spoorthi
B.A. Programme

Third year

Youth Activism Or Just Slacktivism?

We are surrounded by information and entertainment online all the time. There is, quite literally, an overload. From AI videos to pranks to recipes, almost everything we are interested in is available online. Social media has become such a part of our lives that whatever we do somehow ends up being shared or influenced by it. Activism also has found its space online. A lot of people even get their news from Instagram reels, stories and posts.

An instance where this shift became visible was the Black Lives Matter movement in 2020. It spread really fast on platforms like Instagram, X, Facebook and TikTok. Lots of people shared videos and proof that showed the racial discrimination they faced. As a result netizens became an active part of the movement. They shared their experiences and offered help and support to victims. Social media helped expose the perpetrators and brought global attention to the issue. This is a remarkable example of how powerful these platforms can be.

This same idea of visibility has shaped recent online campaigns too. The phrase "All Eyes on Rafah" became really popular on Instagram when millions of people shared a picture generated by AI to bring attention to the humanitarian crisis in Gaza. One thing is for sure, these campaigns can spread really fast and go a long way.

This kind of participation also raises questions. What does it really mean to witness through a screen? To just reshare a post ? Some critics call this "slacktivism," saying it is a low-effort way of participating that creates a mere illusion of engagement. However, this is a gray area as sometimes a post can start conversations, spread awareness and even push people towards action.

Everything has its pros and cons. One of the cons here being misinformation. It spreads like wildfire and can cause more harm than intended. This makes it important for us to be aware and responsible users. We should follow verified sources, cross-check information and also think before sharing anything.

In many ways, the world now feels like it exists in our pockets. What once seemed like spaces for entertainment are now also being used to bring about real change. The youth find their ways to raise their voices and make an impact. Trying to make a difference in their own way whether it is by posting something, making a video or starting a campaign. The internet and social media are tools that can teach you about things, connect you with others and help make a change. Step by step, post by post the youth is shaping the world around them.

Samriddhi Das
B.A. (H.) English
Third Year

The Blank Page Of the Art Of Living

The art of living on this unruly earth
Is like a blank page that extracts creativity,
As the mind, like a tamed river, has an uncertain will
If a person is incapable of ruling their own mind.

This is why creativity is subject to AI,
Classrooms are subjected to robots and love to situationships.
Hence, the creation of art of living is indispensable
To keep original creativity alive, to discover true art.

The art of living in this era needs us to believe:
That each of us deserves the love and success
Which the universe has in abundance
And that each day we align with our highest good

Understanding that the universe will never give you the people you desire
But the people you need– to hurt you, to love you
To leave you and shape you
The person you are destined to be.

If this creation is understood, then human mind will be at peace.
If this is the case, then creativity will revive
The living beings will rejoice
The blank pages would be filled with merriment.

Kanan
B.A. (H.) English
Second Year

Komal

B.A. (H.) Political Science

Second Year

Not A War But A Return

Scarring is a book of images,
Hands holding it desperately wanting to let go,
The pixels which are made to fit into your midnight thoughts.
Filled with the mesmerising air.
This is a consolation for things that hurt and
realisations which hit.
It's not false,
Don't push it aside....
So aside that your sea is forever lost crying for the sand of that shore.

Either way whenever you find this book of yours,

Embrace the decay - beautiful decay - in your veins.

See it as a warm yellow light on your bedside table,

Among people you read,

Over the pile of newspapers or even in your imaginary library. It's

not a war between you and you,

It's reaching for yourself.

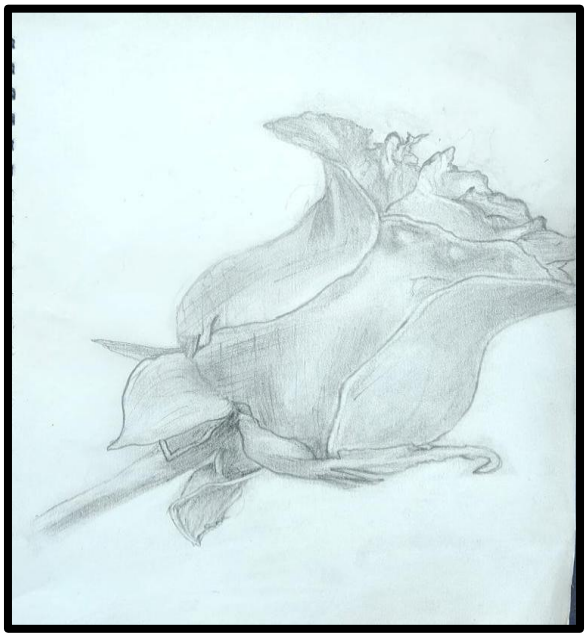
It might click anywhere between scattered photographs and cracked paintings.

The pictures of moments, described through poetry and prose.

Avni Chaudhary

B.A. (H.) English

Third Year



Bhawna
B.A. (H.) English

Second Year

This Was Never My Design

I see my children lying face down in the dust, A
street turned into a graveyard,
Stones heavier than the silence above them.
Did I craft ribs and lungs only
For them to collapse beneath rubble, While
you cheer and call it justice?

I see a van,
Rusted, trembling under the weight of exile,
A child clinging to his mother's eyes, Asking
questions no child should ask:
"Where is home? Why is the sky on fire?"
I never made homes to be carried like
luggage on broken wheels.

You who chant my name,
You who draw lines on maps, you
who bless the killing of strangers Do
you dare think I asked for this?
My temples, my churches, my mosques
were not built to echo with hypocrisy.
You kneel before me in prayer but
rise only to raise guns,
as if the sound of explosions
were a hymn I enjoy.

Look at the street again.
Look at the bodies.
Is this your offering to me?

Do you believe the blood of
children writes scripture more

clearly? I did not make human
hearts To beat only for revenge.

You destroy in my name, Yet
I created you for mercy.
You divide yourselves into nations and faiths, Yet
I made you one breath.
Everybody lying in the rubble,
Every family fleeing through smoke They
are all yours.
And you are all mine.

Tell me, then,

When did killing your brother
Become a form of worship?

Rhythm

B.A. (H.) English

Third Year

Between Heaven Eyes And Hell Nights

The ghost of my Christmas past.

The way you love your first pet, the way you drive your first car.

One mistake erased all the years.

Strawberries, cherries and things you can never get Enough of, coffee mugs and storage baskets.

Am I actually killing it or killing it?

Would anyone come and sit?

Eyes are heaven but pain be hell

Sailing through all

My sleepless nights yearning peace bells

Avni Chaudhary

B.A. (H.) English

Third Year

May Be, Will Be

I survived the chaos… With a smile..

And that's what I have been doing all the while...

Maybe..someday I will smile back with happiness...

Maybe someday we'll be the way we were before..

Maybe someday...we will be on the shore...

SOMEDAY? YAH!

SOMEDAY!

Nitya Shukla

B.Sc. Life Science
First Year

Was It 10 Years Ago?

The brown school uniform we wore,
The class label that stated *3A*,
The school diary which had boxes To
fill in 31/10/2016.

Suddenly, it was ten years ago.

From making silly excuses to skip school
To bunking college,
From Dad picking me up from school
To living alone in a strange city
We have left our home and comfort

I want to relive that time But
I can't.
Since it was ten years ago.

I wonder when did homework become assignments,
And lessons lectures I was
just ten years old, Waiting
for the bell to ring.

Have I grown too old That
now there is no bell?
The class disperses, silently.

And remember?
You searched for your mother After
chutti?
Was it yesterday?
Because how can it be Ten
years ago?

We once asked for money To
eat from the canteen.

Now, we yearn for *maa ka khaana*.

The ten-rupee note, folded
In our uniform pocket,
Eyes beaming with excitement
Burgers and fries were for special days.

When did they become boring?

And remember?
We played ring-around-the-rosie Oh!
Was it ten years ago?

Remember you wanted to be a doctor,
Or scientist
And the expectations you had of yourself

Because now,
The thought of "what if I can't"
Scares me to death.

Those days,
Nightmares scared us.
Now,

My dreams scare me more.

Do you remember
The last time you were truly happy

Because, maybe,
It was ten years ago.

Gresika
B.A. Programme
Third year

Blue, Perpetual

The phrase relates to devastation

The winds howling feeds conjugation

There is a sick kind of closeness in silence

A battle, your hurt to yourself, a violet violence

People and I are estranged for reasons beyond my Control

"Never thought about you",

"Always think about you",

An actor who plays both roles

Right now, the sacred hues

And yet while writing I still think of great damaging consciousness

The louder the silence, the greater the blessedness?

I will keep looking for blue, that is my curse, my redemption

Even when I'll leave, the colour in veins might change and degrade, but in the mind, tortured mind, it will forever reside.

Avni Chaudhary

B.A. (H.) English

Third Year

Breaking News

The world is just a group project, run
by giants in a rush, everyone working
on different topics,
Yet calling it a unified “us.”
Everyone’s the leader
of a group they proudly name a “sounder”.
Doing plenty of work
most of it–nothing. Cities are
built on promises, the country
is “developing,”
though the end of the mesozoic era feels closer than any real deadline.
“And I have blind money,”
one giant said with pride
which explains why no
one’s seen it.
They argue over history, who suffered more, who lied,
while somewhere far below their feet, the
present simply cried.
We were misled to about idioms, that
they mean something beyond
their words.
“Like a greased pig”
sometimes, it
means exactly that.

Rashi Vyas
B.A. (H.) English
Third Year

My Shadow

My shadow is always with me,
Silent feet, moving fearfully.
It knows my fears, my pain, my weakness,
It shows what I truly feel.
It follows me in my sorrow,
My shadow knows all my truths and faults.
It shows me the reality of myself.
It fades in loneliness and rises in happiness.
It has no mouth, yet whispers in my ear.
When the world wakes up, it fades
My shadow knows who I am, Where I belong; it never judges me for my faults.
It is always with me in my sorrow and my happiness.
I never fear, for I know my shadow is with me.
It protects me from falling into cruelty
And always makes me realize who I am.

Nikki
B. A. (H.) English
Second Year

Khushi Shukla

B.Sc. (H.) Computer Science
First Year

Pretend To Be Nothing

I never said it, but I feel it —
How they ignore me. They
know what they are doing, Yet I
still keep my sanity.
I hold the thoughts
That exhaust me, haunt me, And
quietly patronize me.
I never told anyone
The way they look at me,
The way they talk to me, The
way they betray me.
In return, I never reacted,
Because my soul knows everything.
Yet every day
I pretend to be nothing.
I never thought about myself; I
never had the time.
They seem to know me
Better than I know myself,
Yet I never got the chance To
look inside myself.
They know how to manipulate me,
But they do not know how to console me.
Every day I search for myself
In a deep corner
Where nobody judges me, Where
silence guides me.
I have never wronged anyone,

Yet they are afraid of me —
Not because they are wrong,
But because I am too honest.

They know I cannot hide it,
So they want me to be someone I am not.
I am not good at pretending.
Still, something inside me
Forces me, consoles me,
Supports me,
And lets me remain
True to myself.
I never spoke, because I know
I would not accept it myself

Nikki
B. A. (H.) English
Second year

Untitled

The silent day and silent night,
Hitting the memory that shines bright,
Shadows stay through the light,
A man passing through an emotional fight.

An old man sitting, alive,
Living the silence and pain of life,
The loss of his child and his wife,
Made him question his purpose in life.

An empty house bright and vast,
Echoes the voices that don't last,
The bright light coming from the door,
Still giving him some hope,
Hope to live his life again
With expectations that they will come again.

Ananya Singh
B.A. (H.) English
Second Year

Sympathetic Air

What the world today is remains a mystery
The air is polluted with a surreal strangeness
The words of philosophers provide ease
But not the people; they still stand broken.

I sometimes call upon Homer to come and save us
For we all need Odysseus to save us from trauma
Nobody cares about what's around
Everyone is engrossed in their own problems.

No mental peace, no eternal peace
The air is rendered derelict by unapologetic human actions That
destroy all the four elements - earth, sun, land and air
This is why nations drift apart across borders.

So I say without invoking the veiled philosophers,
Let them choose someone else over you

Let them follow the crowd, let them not talk to you

Let them misunderstand you.

What's meant for you will come to you like a current of clean air

The universe will give you the people you need

To break you, to love you, to make you what you are destined to be

The universe does not abandon—it rearranges.

If the least humble beings on this planet understand it

They'll be sympathetic-and so will the air

Like they say "SATYUG" or Homer's time which will bring people back to Mother Earth.

Kanan

B.A. (H.) English
Second Year

Change

In modern times, technology has made drastic advancements. We transitioned from having a single telephone line per house to having personal, individual mobile phones, and the advent of the internet took things to the next level. Generation Z, born from 1997 to 2012, has been the most exposed to it. We even experienced online schooling, a concept that was only theoretical before COVID-19. Our generation has been technology-reliant from the very start. That comes with both its negatives and positives. Let us focus on the glass half full first.

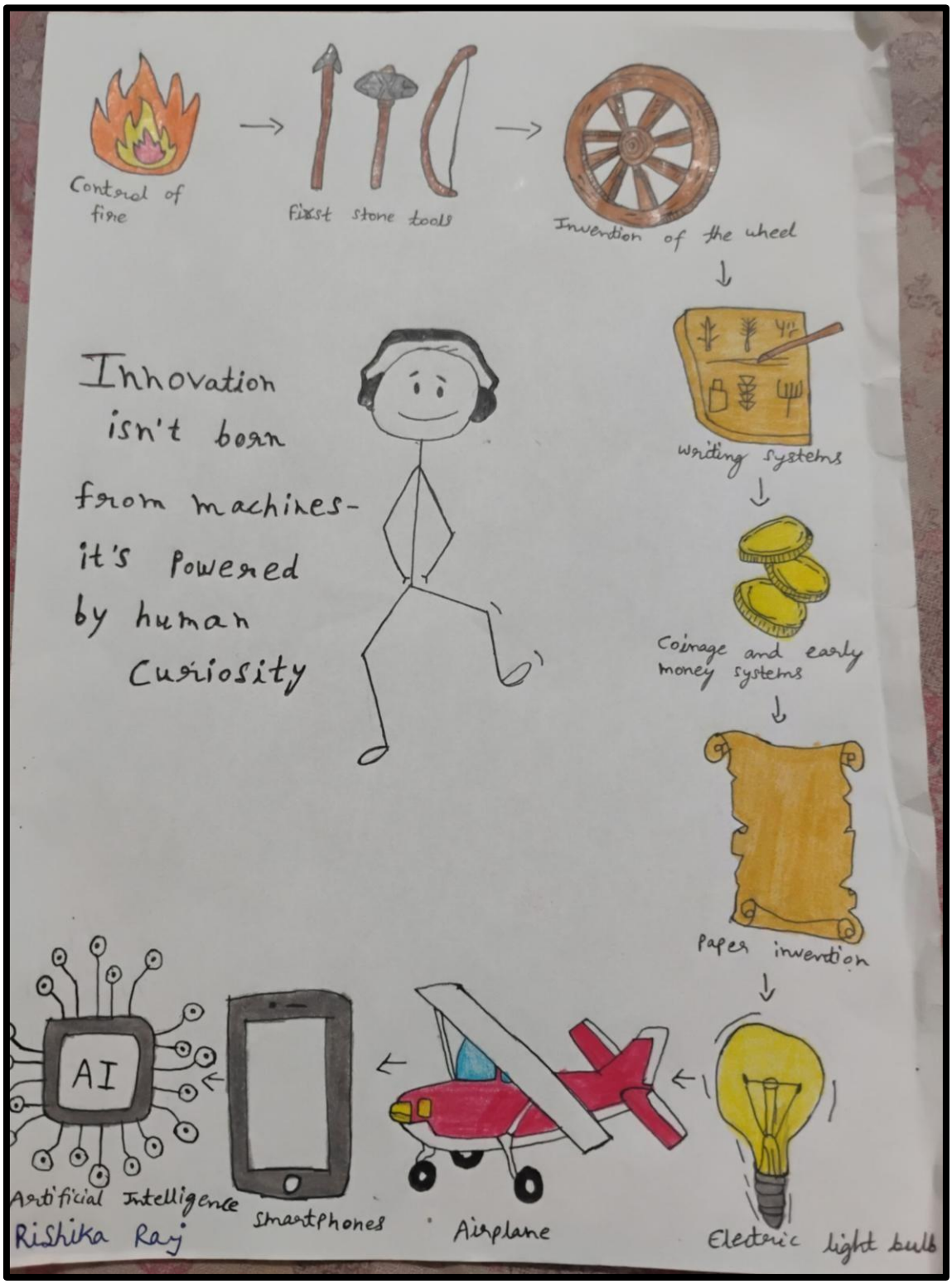
A heavy reliance on anything is unhealthy, let alone the internet. However, when you grew up on the internet, life without it would feel empty and weird. We're so used to having information at our fingertips that it has caused us a misinformation overload in the past few years. Now, no one reaches for a book or an article if they want information about something; instead, we will just say, "Google it." Well, we can't put all the blame on the internet as there have been great improvements as well. Information is available like never before and it has helped more people than we can count. With that, a sense of belonging has also risen. With the rise of social media, activism has taken a new route.

One of the most recent examples would be Nepal. The youth of Nepal orchestrated a whole movement through social media, and almost overthrew its government. One of the many examples where the voice of youth took centrestage. But the internet has connected all of us globally. Ultimately, while the internet has its challenges, it has also empowered young people in unprecedented ways. It has connected us globally, expanded access to knowledge, and created new platforms for expression and activism. The responsibility now lies with the youth to use these tools thoughtfully and ethically, ensuring that technology continues to serve as a force for progress rather than division**.**

Prachi

B.A. programme

Third year



Rishika Raj

B.A (Hons.) English

Second Yea

Suggestion

The various fragments of infinity each one of us possess. Most people are other people.

Their thoughts are someone else's opinion, their lives are mimicry, their passions a mere quotation. So intricately woven together but the fabric is never taken care of. I am not sure that I actually exist.

Wonder and imagination are my winds.

“I am all the writers I have read, all the people that I have met, all of whom I have loved, all the cities I have visited”-Jorge Luis Borges.

The universe colliding and separating with no literal meaning. I am interested in everything and yet feel like I am committed to nothing. The wilderness of existence. The rage, purpose a person has. Can I remember every single detail I come across in this lifetime? Late September sun streaming through the window, bunches of grapes on the table, spoonfuls of hot coffee rising to my lips, filling me with what endures. However big or small that moment feels, but it feels.

Mothers and daughters existing as wretched mirrors of each other, I am all you could have been and you are all I might be. Intrigued by this magic, will forever be.

Constantly evolving. Every time someone thinks they understand me, I add a new colour or texture to the crinkled piece I already am. Being observed but never dived deep into.

Reality is a very ghostly concept, suggests, suggests and keeps on suggesting.

Avni Chaudhary

B.A. (H.) English

Third Year

Kanak Singh

B.A. (H.) English

Third Year

Am I, I Am?

They told me 'Do what you love', My
love? I love ? Do I love?
What do I love?
I love it, when people set their priorities,
Does that count?
I love it when people make their own choices.
This is it? What I love?
I love it when people praise me, when I do what they love,
Is this my love?
'I don't know what I love'.
My heart screamed, Was
it audible?
Or did it drown…
In the silence I kept feeding?

Water,
It moulds into every shaped it's
poured in,
Filling the cracks it never asked for.
Learning the edges,
I didn't choose
It holds the reflection of sky, Yet
swallows the dirt beneath.

It becomes the shape of what
Contains it, and spits back,
Reshaping whatever asked for it..
But,
Never asking back

Am I, Am
I water?
Or
Am I just something, someone else keeps filling?

Rhythm
B.A. (H.) English

Third Year

A Feather Had Flown Far Away From Dreamland

Am I walking grotesque

Or a cold soul

Whose state only matched

With a desert

As both exist

And cursed by Wilde.

And with no sign of life.

The outside and inside of my mind

Are both hideous

Am I allowed to say something

Of course. But not here,

Program yourself to say pleasantries according to

One's ear and you're

Being too bold in asking That's

my fragile Dear.

Yes, so what if I have got

Anger issues

From anything and everywhere

At least not killed

Someone from my school

Or express to do something on a woman's body while

They destroy my culture

By showing how they live

And that's not under men's

Feet.

Society is built with

An ample amount of hate

And being a woman

At this time

Is a cherry on a cake

Trust me, the bar is

Very high to live up to

Just like my hobbies

My dream is to give up too

Oh no, now I am

Talking about the

inside my brain Why do

people in my feed

Always more talented than I?

Why are people in photos

Always perfect and happier

All the time?

One punchline on the internet

Make your personality

Seems bright

And throws you

Left or right

Kids in the village

They are turning their lives

Around

Here, feeling sorry for yourself Makes

deafening privilege

Sound.

Tell me—

Did this poem convince you

Am I good enough? That's

my literature degree

Was it worth the ink?

A feather has flown far away from Dreamland

All your desires, energy

Empathy and money

Are taken by a black hand

Still, the wind carries whispers:

A new feather is on its way.

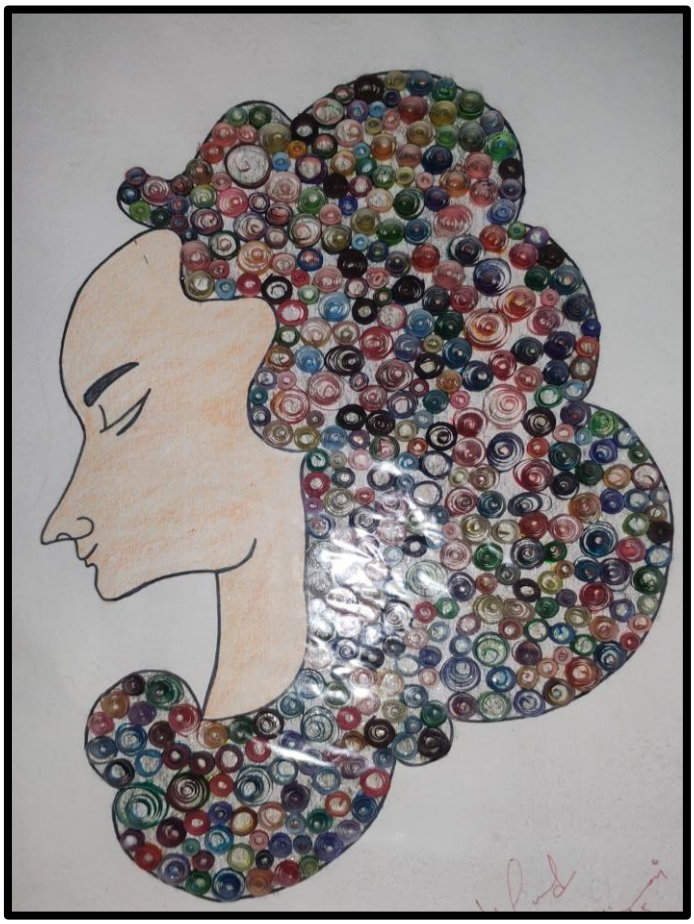
The cycle will go on.

So does life.

Adhya Nmami

B.A. (H.) English

Third Year



Anjali Pal
B.A. (H.) Journalism
First Year

Timeless Bond

Time moves forward, but my heart still lingers in the past
The world goes on, yet a part of me stays with him
This sonata watch was his, worn on his wrist every day.

Now it rests on mine, like his hands still holding mine.
Each tick feels like his heartbeat, steady and warm
Every second whispers his voice, gentle and familiar,

Days may pass, but love we shared will never fade Through
tears and smiles, I carry his story with me
When I glance at the watch, it feels like he's here again.

Garima Aswal
B.Com. Programme
Second Year

Show Off

The world has learned its posture well
chin slightly lifted, laughter measured,
grief folded neatly into the lining of
coats no one ever removes in public.

Morning arrives not with light, but with routine.
Faces assemble themselves in mirrors,
practicing the same expressions like
inherited heirlooms
polished, displayed, untouched by truth.
In streets that echo with footsteps, people
move like rehearsed sentences,
careful not to stumble into meaning.
Their smiles are classical
symmetrical, restrained,
the kind you'd find in old portraits
where even sorrow knows its place.

They ask, "How are you?"
as one might recite a line
from a script written centuries ago.
And the reply is always perfect,
always hollow,
always understood as a lie
no one intends to correct.
Inside,
there are rooms no one enters anymore.
Dust gathers on abandoned feelings, on
unsent letters of anger,
on love that was never allowed to be loud.

Everything raw has been disciplined into
silence.
Even pain has etiquette here.
It does not scream
it sits upright,
hands folded,
waiting to be dismissed.
There is a peculiar elegance
to this collective emptiness, a
refined decay.

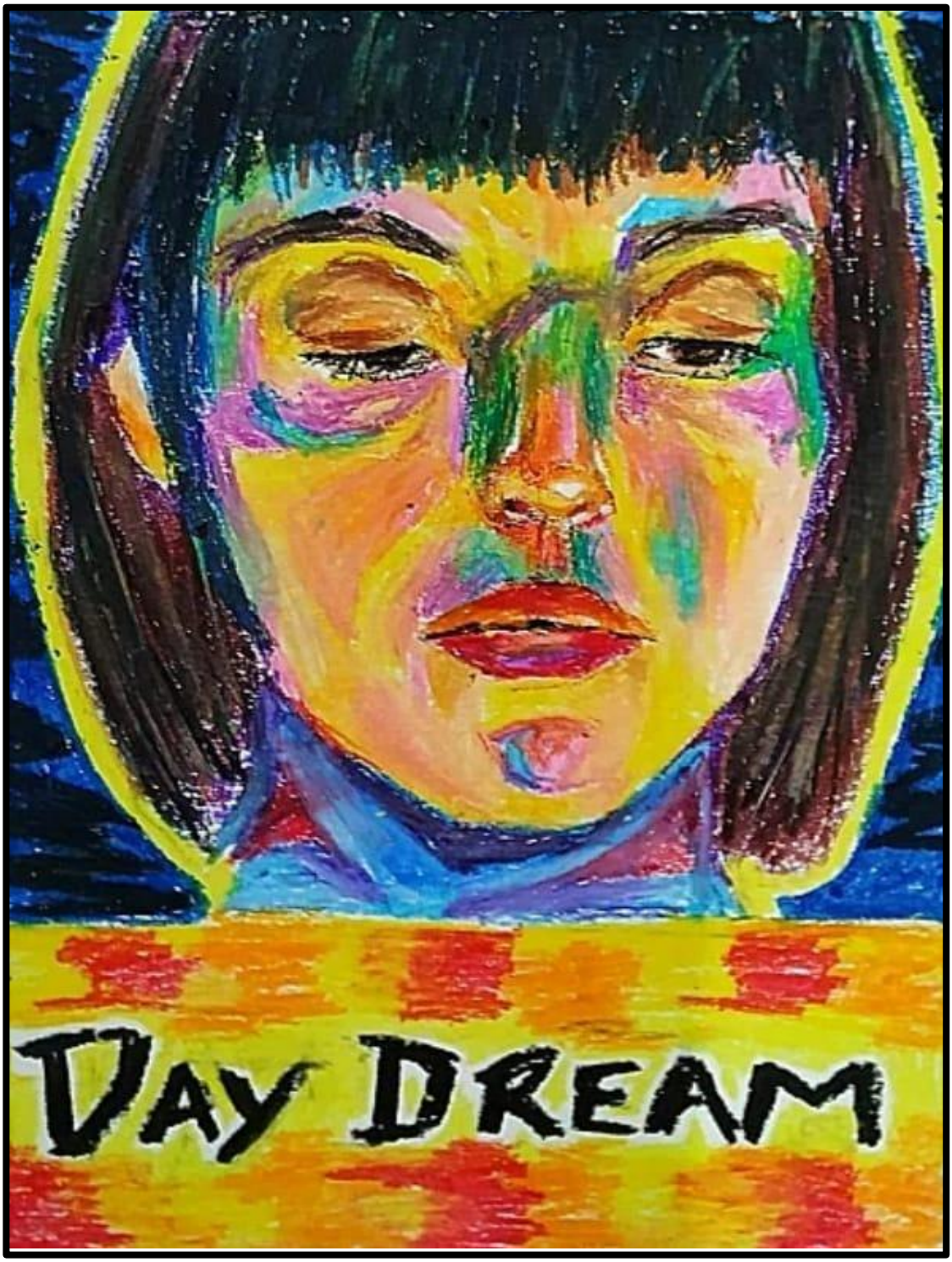
Like a ballroom where music still plays but
no one remembers how to dance,
only how to glide past one another without
collision,
without connection.

And so the world continues
graceful, composed, aching quietly
beneath its own perfection.

A masterpiece of pretending,
framed in gold,
hollow at the center,
admired by all
who are too tired to
admit
They feel the same.

Rhythm
B.A. (H.) English

Third Year



Kanak Singh
BA.(H) English
Third year

Grey Memories

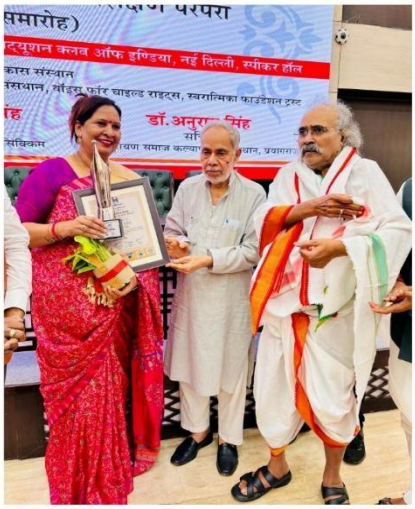
If you are heaven,
I would love to die
not as an ending,
but as a quiet surrender
to what remains unnamed.
If you are tears,
I would love to cry,
let them fall without apology,
until my eyes forget
the difference between truth
and what I choose to believe.
If you are pain
I would love to be hurt,
because loving you
was never meant to be painless.
You think I'm going to leave,
but darling,
you are my favourite word,
the one that survives
even when sentences collapse
into silence.
I remember you
in shades of grey
not fully present,
not fully erased.
Memory doesn't confirm,
it only lingers.
If you are the ocean,
I'll be the wave,
returning without intention,

breaking into acceptance,
leaving traces
I never meant to claim.
In winters,
when warmth feels distant,
you are the comfort I crave,
the kind that stays
even when hands let go.
If you are the moon,
I'll be the closest star,
trying to shine through
clouded skies,
where light exists
but never arrives whole.
There is mist in my eyes,
not from blindness,
but from seeing too much
and being told
to look away.
Reality blurs gently.
Truth thins out.
We inhale quiet poison
and learn to call it survival.
Still,
even within this soft collapse,
even when certainty refuses to settle,
I will always love you,
no matter where you are,
no matter how indistinct
the world becomes.

Yashika

B.A. (H.) English
First Year

Principal's Awards



Orientation Programme
& Oath Taking Ceremony

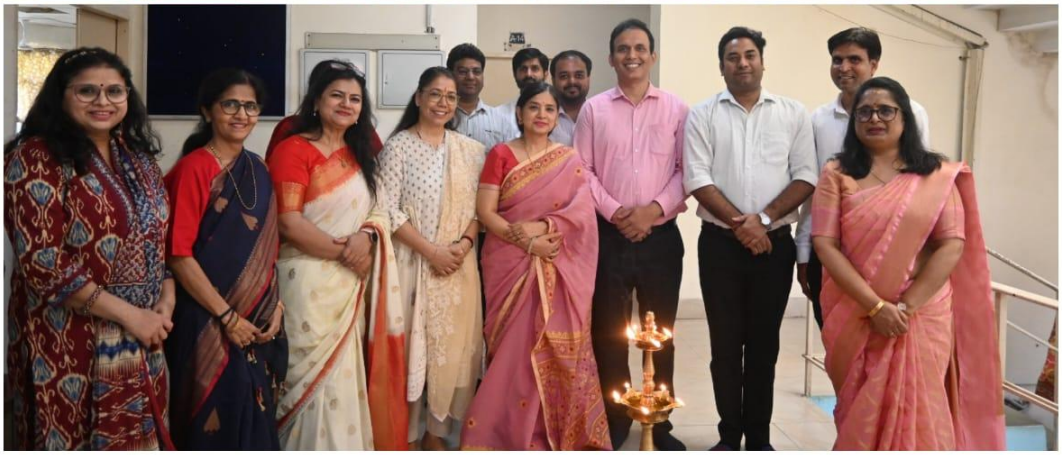
National Festivals

Departmental Activities

Departmental Activities

Developmental Activities

Developmental Activities



Extracurricular Activities (ECA)

Extracurricular Activities (ECA)

National Cadet Corps (NCC)

National Service Scheme (NSS)

Sports Day

हिंदी अनुभाग

संपादकीय...

आज कल के समकालीन समाज में युवाओं की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण और निर्णायक बन चुकी है| युवा न केवल देश की उर्जा और शक्ति का प्रतीक हैं ,बल्कि वे परिवर्तन और नवाचार के प्रमुख वाहक भी हैं| सृजनात्मक अभिव्यक्ति प्रत्येक मनुष्य में जन्मजात होती है| अंतर केवल यह है कि कोई इसे अपने भीतर महसूस कर, व्यक्त करता है,कोई टिप्पण करके| सृजनात्मक अभिव्यक्ति इंसान को छितिज की कल्पना करने में मजबूर करता है,एक सशक्त और समृद्ध राष्ट्र के लिए, प्रत्येक मनुष्य की अभिव्यक्ति उनके विचारों के अनुसार भिन्न होती है| सृजनात्मकता वास्तव में एक कला है, जो दिन प्रतिदिन उत्पन्न होती है नए विचारों के साथ जैसे गुलदस्ता होता है,उसमे विभिन्न प्रकार के फूल होते हैं, रंग-बिरंगे उसी प्रकार जब हम अपने उद्गारों को व्यक्त करते हैं तो वह भी कुछ ऐसे मनमोहक होते हैं| इतना ही नहीं जब हम दिल से महसूस करते हैं, तो सुगंध की अभियक्ति भी उत्पन्न होती है| कुछ ऐसे-ऐसे ही चरित्र का स्वबोध उत्पन्न होता है|

हमारे प्रांगण कालिंदी महाविद्यालय की वार्षिक पत्रिका "प्रवाह" 2026 का सम्पादन करते हुए, हम अत्यंत गौरव महसूस कर रहे हैं, की हमारे महाविद्यालय में पत्रिका प्रकाशित हुई है है,जिसमे अत्यंत प्रेरणादायक रचनाएँ हमारे सहपाठी, छात्राएं व अध्यापको ने अपने रचना की अभियक्ति करी है, जो बहुत प्रशंसनीय करने योग्य है| जिसे आप सभी के समक्ष प्रस्तुत करने में हमे बहुत गौरव एवं प्रसन्नता हो रही है| सभी सहपाठी,छात्राओं एवं अध्यापको की स्वयं की रचनाएँ हैं, जिसका मुख्य विषय ("समकालीन समाज में युवाओं की भूमिका") हैं|

इस मुख्य विषय के अंतर्गत तीन महत्पूर्ण विषयों पर अभियक्ति की गई,विशेषकर तकनीक और प्रगति,राष्ट्र निर्माण तथा ज्ञान प्रणालियों के संदर्भ में|अतः स्पष्ट हैं की तकनीक और प्रगति, राष्ट्र निर्माण तथा ज्ञान प्रणालियाँ—इन तीनों क्षेत्रों में युवा वर्ग की भूमिका केंद्रीय और निर्णायक है। संतुलित और प्रगतिशील समाज का निर्माण करते हैं। यदि इन तीनों संदर्भों में युवाओं को उचित मार्गदर्शन और अवसर मिलें, तो वे भारत को एक सशक्त बना सकते हैं @विकसित भारत 2047| इसलियें हम सभी को शुभकामनाएं देते हैं, की सभी जो भी यह पत्रिका पढ़ रहे हैं, वह भारत को आगे ले जाने का प्रयास करे और तकनीक को भी जाने|

मेरा अनुरोध है,सबसे की सभी कुछ न कुछ अभियक्ति अवश्य करने का प्रयास करे उससे आप सभी का विकास होगा और नए विचार उत्पन्न होंगे और हर वर्ष पत्रिका में अपनी रचनाओ को व्यक्त करे|

(सम्पादक)

अनन्या शर्मा

स्मृति प्रियदर्शिनी

ममता

कोमल

अनुक्रम

शीर्षक		**पृष्ठ संख्या**
तकनीक और प्रगति(कविता)	अनन्या शर्मा	62
भारत:अखंडता और एकता	निधि झा	64
" स्त्री "		68
तकनीक और प्रकृति: एक सेतु		70
सहेली(कविता)		72
एक ख्वाब(कविता)		73
वो लड़की(कविता)		74
राष्ट्र निर्माण(कविता)	मान्या रत्नाकर	76
ज्ञान डिग्री से आगे	नोर्सामा अंसारी	78
एक नई सुबह।	दिशा	81
शीर्षक: हाँ, वो माँ ही है	दिशा	82
" डर "	ममता	83
चित्रकारी	कानन , वंशिका जिंदल	85
फ़िल्म समीक्षा :- स्वदेस (Swades)	कोमल	87

तकनीक और प्रगति

तकनीक की उड़ान है, पहले ये आसमान थे,

वो ज़माने भी गुज़र गए जहाँ किताबों से सम्मान था|

किताबें झाकतीं हैं, बंद अलमारी के शीशे से

बड़ी हसरत सी तकती है,अब प्रगति से|

अब महीनो मुलाकात नहीं होती,कलम नहीं उठती|

प्रगति इतनी होने लगी की,रिश्तें भी अब ख़तम होने लगे|

एक ज़माना था जब, लोग पूछते थे ऐ-मुसाफ़िर कैसे हो,

अब तो प्रगति पूछती है की कैसे हो|

बटन दबते ही अब, दुनिया पास आती है,
दूरियों की हर दीवार, खुद ही ढह जाती है।

मशीनों की रफ्तार से, काम सब आसान हैं,
पर इसके साथ जुड़े, कुछ छोटे अरमान हैं।

तकनीक है साधन बस, लक्ष्य नहीं हमारा,
मानवता के संग ही, उज्ज्वल हो भविष्य सारा।

ज्ञान का भंडार अब, हाथों में समाया है,
छोटा सा ये मोबाइल, जग सारा दिखाया है।

प्रकृति की भी पुकार है, उसे न हम भुलाएँ,
विकास की इस दौड़ में, संतुलन भी बनाएँ।

तकनीक और प्रगति के आगे किताबों को भी झाक लो,

क्योंकि कल कल किताबें भी सीक के परदे के पीछे न छुप जाएँ||

- अनन्या शर्मा

तीसरा साल

(बी.ऐ प्रोग्राम इतिहास+अर्थशास्त्र)

भारतः अखंडता और एकता

प्रातःकाल की दीप्त ज्वाला है, विष-अमृत का प्याला है,

ये भारत है यारों... यहाँ की हर बात शीतल ज्वाला है।

दस हजार साल का इतिहास अपने गर्भ में लिए,

भारत माँ हर रोज मुस्काती है।

"मैं उत्तर से दक्षिण तक संपूर्ण हूँ",

ये अपने वीरों की गाथा से बताती है।

ऋग्वेद की ऋचा हो या गीता का हो ज्ञान,

यहाँ हर एक पन्ना है हमारे सुनहरे अतीत का व्याख्यान।

वो कुरुक्षेत्र हो, वो हल्दीघाटी हो या हो सिंधु घाटी,

यहाँ तो हर एक कहानी बाँचती है माटी।

विष पीकर विश्व कल्याण,

अधर्म पर धर्म का बाण,

रणभूमि का विस्तृत ज्ञान।

खंडित है ये, मगर है ये सर्वमान।

मिट्टी से लेकर पत्थर तक,

पेड़ से लेकर नदियाँ तक,

माँ के रूप में मानी जाती है।

भारत माँ अपने आँचल में

ना जाने कितने ममत्व को दिखलाती है।

तक्षशिला के पुत्र ने शिखा खोल,

इसे अखंड किया।

बिहार से बलूचिस्तान और कश्मीर से गंधार तक,

चाणक्य और चन्द्रगुप्त ने इसका मापदंड किया।

एक पुत्र ने तक्षशिला से ईरान तक सीमा खींची,

और ये विस्तार देख विश्व ने अपनी आँखें मींची।

विस्तृत रंग, विस्तृत रूप,

लग रही थी भारत माँ कितनी अनूप।

एक हाथ में चमकती तलवार,

दूसरे में बुद्ध की वाणी और व्यवहार।

और फिर कुछ ऐसा हुआ...

कि ये चमक बहुत दिन तक विश्व सह नहीं पाया,

और फिर भारत माँ का वो रूप वैसा रह नहीं पाया।

सिकंदर से लेकर मंगोल तक इसे लूट रहे थे,

भारत माँ के वो आभा के शिखर टूट रहे थे।

यूनानी इतिहास के अनुसार सिकंदर जीता,

मगर खाली हाथ लौटा।

भारत को जीतने आया सिकंदर...

पोरस के रहते हुए पार नहीं कर पाया।

भारत के वीरता का बवंडर।

खून की रवानी तो उस समय ही बढ़ जाती है,

जब भगत की कहानी जेहन में उतारी जाती है।

उस दूधमुँहे बच्चे को ले भारत की बेटी भी जानी जाती है,

वो लक्ष्मीबाई थी,

जो कंगन पहनकर तलवार चलाने पर इतिहास में बताई जाती है।

भले ही बिखड़ी लटों में,

अब्दुल कलाम दिल में अजान और जुबान से गीता का ज्ञान देते थे।

या अटल की वो बात,

जो ना जाने कितनों के बदल देते थे जज़्बात।

कई रंग से रंगा ये भारत,

कई रूप से सजा ये भारत।

सबको लेकर चला ये भारत,

धर्मगुरु को जना ये भारत।

चटक रंग का आँचल है,

गंगा सा ये निर्मल है।

ये भारत है...

यहाँ सब एक-दूसरे के बल हैं।

यहाँ हिजाब में दिवाली,

पगड़ी में मनाते हैं शाम ईद वाली।

जुबान "वाहे गुरुजी दा खालसा" वाली,

चूमती है चौखट गिरिजाघर वाली।

उत्तर से लेकर दक्षिण तक फैली है इसमें अनेक विविधता,

चटक रंग सी सजी सभ्यता,

लाती है हर बोली में भावुकता।

मगर बनी है इसमें निरंतर

एकता और अखंडता।

यह भारत माँ की चूनर है जनाब,

जो इसे बनाती है विश्व में खास।

— निधि झा

" स्त्री "

इस दुनिया में दुख, जीवन से उस बरगद पे लटके झूले के भाँति जुड़ा है,

जो बेजुबाँ स्त्रियों के खिलखिलाने का एकलौता प्रमाण है।

ये दुख काफी करीब है तुम्हारे।

कभी फिसल जाता है तुम्हारी हथेली से, तंबाकू घिसते वक्त,

तो कभी फँस जाता है माथे की लकीरों में।

कभी धुल जाता है तुम्हारे केशों से,

तो कभी रह जाता है चाय के दाग सा सफेद पर।

दूर या पास, बाहर या अंदर,

यह दुख तुम्हारा है,

तुम्हारे साथ ही रहता है।

तुम्हारी झुकती कमर पर बैठा रहता है,

आँखों के पानी में बहता रहता है।

कभी खिलाता, तो कभी तुम्हारे अंगों से कहता रहता है,

पर तुमसे प्रेम करता है।

थोड़ा सहमा सा, डरा सा,

तुम्हारी पसलियों की हड्डियों में लिपटा रहता है।

ढूँढता है उस दिल को,

जो शायद कहीं खो गया और किसी को ना मिला।

सोचता रहता है नए तरीके,

जिससे जा पाए ये भी उस बक्से के अंदर,

जो तुम्हारे हृदय के स्थान पर बैठा रहता है।

वो काला बक्सा,

जो जंग से लाल हो गया,

वह खुल नहीं पाता,

और तुम्हारा दुख तुम्हारी पसलियों में लिपटा

देखता रहता है, इंतज़ार करता है उस दिन का—

जब उसका प्रेम

तुम्हारे इस हृदय-रूपी बक्से को खोल देगा।

उस दिन वह अलविदा कह देगा,

तुम्हारी आँखों से,

तुम्हारे दिनों से,

तुम्हारी हथेलियों की लकीरों से।

उस दिन छोड़ देगा वह तुम्हारी पसलियाँ,

और ले आएगा वापस तुम्हारा लाल हृदय।

तुम्हें छोड़ देगा तुम्हारा दुख,

तुम्हें छोड़ देगा तुम्हारा दुख।

तकनीक और प्रकृति: एक सेतु

नीले अंबर के नीचे, हरी धरा मुस्काती है,

तकनीक की बाहों में, नई सुबह नज़र आती है।

मशीनों का शोर है, और तारों का जाल है,

पर प्रकृति की गोदी में, सुकून का अहसास है।

कल-कल बहती नदियाँ, अब ऊर्जा बन जाती हैं,

तकनीक के संग मिलकर, रोशनी घर लाती हैं।

उन्नत खेती के तरीकों ने अन्न का भंडार बढ़ाया,

पर मिट्टी की सोंधी खुशबू को फिर भी याद कराया।

स्मार्टफोन की दुनिया में हम पास आ गए हैं,

प्रकृति से थोड़े से दूर चले गए हैं।

याद रखें—

तकनीक साधन है, पर प्रकृति जीवन है,

दोनों का संतुलन ही सच्चे विकास का गमन है।

तारों-मशीनों के बीच एक फूल भी खिलाएँ,

तकनीक के साथ-साथ प्रकृति को भी बचाएँ।

इस संगम से एक नया सुनहरा सवेरा लाएँगे,

तकनीक और प्रकृति के सेतु को और सुदृढ़ बनाएँगे।

सहेली

एक लड़का था, चला अनजाने था,

झुलसती गर्मी थी, अकेला रास्ता था।

सुनसान सी सड़क थी और दो अजनबी थे,

किसी ने सोचा था, इनकी भी दास्तान जुड़ी थी।

दो अजनबी थे जिनकी राहें एक थीं,

फिर भी वो एक-दूसरे से बिल्कुल अनजान थे।

उन्हें क्या पता, वो दोनों राहें थीं, वही हँसी थीं,

जो उन्हें साथ मिलने की कड़ी में थीं।

एक पल भी नहीं लगा उस अजनबी को

अपनी सहेली बनाने में,

थोड़ी मासूम, थोड़ी नादान है,

फिर भी मेरे लिए हमेशा बोलती है।

क्योंकि अब वो अजनबी एक सहेली थी,

जिनकी राहें एक थीं, जिनकी मंज़िल एक थी।

इसलिए वो दोस्ती की डोर से बंधी थी,

क्योंकि वो सहेली थी... बस सहेली थी।

जीनत

बी.ए. प्रोग्राम

25501087

एक ख्वाब

एक ख्वाब जिसके लिए चली मैं,

एक ख्वाब जिसके लिए उड़ी मैं।

एक ख्वाब जिसके लिए रात-दिन एक था,

जिसे पाने के लिए दिल भी उत्सुक था।

यह वही ख्वाब था जिससे जिंदगी बदल सकती थी,

हर अधूरे सपनों को पूरा किया जा सकता था।

यह ख्वाब मेरे माता-पिता का सपना था,

इसलिए यह मेरा अपना ही नहीं — अभिमान भी था।

एक ख्वाब जिसके लिए घर छोड़ चली मैं,

एक ख्वाब जिसके लिए दूर हुए अपने लोग।

पर अब यह ख्वाब सिर्फ ख्वाब नहीं,

मेरी जीत, मेरी मंजिल, मेरी उड़ान है।

जीनत

बी.ए. प्रोग्राम

25501087

वो लड़की

आत्मविश्वास और सहनशीलता का पिटारा है,

संस्कारों और संस्कृतियों का बसेरा है।

सबका सम्मान उसका स्वभाव है,

सबकी परवाह करना उसका व्यवहार है।

सबको साथ लेकर चलती है,

सबकी मुस्कान के लिए हर दर्द सहती है।

खुद से पहले सबके बारे में सोचती है,

अपनी खुशियों को अक्सर पीछे छोड़ती है।

बुरे वक्त में खुद को संभालती है,

दुनिया की नजरों में शायद वह कमजोर है।

क्योंकि वह लड़की चुपचाप सब सह जाती है,

पर वक्त आने पर आवाज भी उठाती है।

वह सिर्फ एक लड़की नहीं,

एक हिम्मत, एक पहचान है,

खुद के सपनों की किरण है,

उसकी एक अलग ही उड़ान है।

भूमि सिंह

बी.ए. प्रोग्राम

25501052

राष्ट्र निर्माण

राष्ट्र कोई केवल सीमा का नाम नहीं,
यह जन-जन की आशाओं का धाम है।
हर हृदय में जो जलती है उज्ज्वल लौ,
वही राष्ट्र की असली पहचान है।

ईंटों से नहीं, विचारों से बनता है देश,
त्याग और परिश्रम से सजता है परिवेश।
युवाओं के सपनों में जो उड़ान है,
वही कल के भारत की नई पहचान है।

जब हाथों में मेहनत और मन में विश्वास हो,
हर दिशा में प्रगति का आभास हो,
शिक्षा, संस्कृति और नैतिकता का मेल,
तभी सशक्त बनेगा हमारा यह खेल।

भेदभाव की दीवारें जब टूट जाएँगी,
एकता की धाराएँ जब फूट जाएँगी,
तभी सच्चे अर्थों में होगा उत्थान,
और ऊँचा उठेगा अपना हिन्दुस्तान।

आओ मिलकर यह संकल्प उठाएँ,
राष्ट्र निर्माण में अपना योगदान निभाएँ।
नव विचारों से भविष्य सँवारें,
भारत को विश्व में सर्वोच्च स्थान दिलाएँ।

— मान्या रत्नाकर

ज्ञान: डिग्री से आगे

किताबों के पन्नों में जो कैद है,
सिर्फ वही ज्ञान नहीं।
महज डिग्रियों का मिल जाना ही,
असली पहचान नहीं।

असली इल्म तो वह है,
जो सवालों को जन्म दे,
जो रटी-रटाई लकीरों से अलग,
नया कोई मोड़ दे।

कैंपस की धूप और लाइब्रेरी की खामोश हवा,
सिखाती है कि हर मुश्किल की समझ ही दवा।
यह सिर्फ थ्योरी और प्रैक्टिकल का मेल नहीं,
ज़िंदगी की शतरंज में यह कोई खेल नहीं।

ज्ञान वह मशाल है,
जो खुद को तराशना सिखाती है,
भीड़ में चलकर भी,
अपनी राह बनाना सिखाती है।

जब तक दिमाग खुला है,
तभी तक हम जवान हैं,
वरना बिना जिज्ञासा के,
हम सब केवल बेजान हैं।

शीर्षक: सपनों की उड़ान

छोटे-छोटे ख्वाब लिए,
दिल में एक अरमान लिए,

चल पड़ा हूँ उस राह पर,
जहाँ है मेरी पहचान लिए।

सुबह की पहली किरण के संग,
उम्मीदों का दीप जलाता हूँ,
हर अंधेरे को पीछे छोड़,
मैं आगे कदम बढ़ाता हूँ।

रास्ते में काँटे भी होंगे,
और तूफान भी आएँगे,
कभी थामेंगे हाथ मेरा,
कभी मुझे आज़माएँगे।

कभी गिरूँगा, कभी संभलूँगा,
कभी रुककर फिर चलूँगा,
हर ठोकर से सीख लेकर,
मैं खुद को और बदलूँगा।

थक जाऊँ जब इस सफर में,
मन थोड़ा घबराएगा,
तब याद करूँगा अपने सपनों को,
जो मुझे आगे बढ़ाएगा।

लोग कहेंगे “नामुमकिन है”,
रास्ता तेरा आसान नहीं,
पर मैं मुस्कुराकर कह दूँगा,
“मेरे इरादों में हार नहीं।“

हवा के संग उड़ना है मुझे,
आसमान को छू जाना है,

सीमाओं के उस पार जाकर,
अपना मुकाम बनाना है।

हर रात के बाद सवेरा है,
हर दर्द के बाद खुशी है,
जो खुद पर विश्वास रखे,
उसके लिए हर राह सही है।

मैं रुकने वालों में से नहीं,
मैं झुकने वालों में से नहीं,
मुश्किल चाहे जितनी आए,
मैं टूटने वालों में से नहीं।

सपनों की ये दुनिया,
मेरी पहचान बनेगी,
मेरी मेहनत, मेरा हौसला,
एक नई उड़ान बनेगी।

— Noorsama Ansari

एक नई सुबह

सूरज की पहली किरण ने
रात के ख्वाबों को जगाया।
अलार्म की जगह
चिड़ियों की चहचहाट ने उठाया।

हवा के झोंकों ने
पत्तों को कुछ महसूस कराया।
बारिश की बूंदों संग
मिट्टी ने किस्से सुनाया।

एक नई सुबह आई,
सिर्फ रोशनी ही नहीं,
एक नई उम्मीद भी लाई।

— @disha_

हाँ, वो माँ ही है

जो अपनी इच्छाओं को दफन कर
हमारे ख्वाब सजाती है,
वो माँ ही है
जो खुद को छोड़ हम सबके साथ मुस्कुराती है।

सबके खाने के बाद खाती है,
बिना कहे हर बात समझ जाती है।
सुबह चूड़ियों और पायल की आवाज़ में
जिम्मेदारियाँ वक्त बताती हैं।

हाँ, वो माँ ही है
जो हर पल याद आती है।

— @disha_

" डर "

डर डरकर जीना ।

डर से इतना डरना ।।

डर समझकर भी कुछ न करना ।

डर से शर्माना डर से बोल न पाना।।

डर के डर से आसमान को भूल

जाना ।

डर लगता है बोलना से।

डर लगता है दिल के राज खोलने से।।

डर लगता है राजनीति से ।

डर लगता है अपने पड़ोसी से।।

डर लगता है कानून से।

डर लगता है पागलपन के

जुनून से।।

डर से डर इतना लगता है।

सब कुछ मुझे बुरा दिखता है।।

डर को भगा नहीं पाती हूँ ।

डर से भागती जाती हूँ ।।

बोलने से हिचकिचाती हूँ ।

सब पर शक की नजर गड़ाती हूँ।।

डर , भविष्य की सोच से लगता है।

डर लगता है भूतकाल की बातों से।।

डर इतना लगता है कि समझ नहीं पाती हूँ की डर से क्या डर है ।

और क्यों इस डर ने लिया है ।।

मेरे मन में शरण है।

मुझे डर को डराना है।।

मुझे डर को भगाना है।

सबकोअपना हुनर दिखाना है।।

डर से भविष्य को , नहीं जीना है।

अब से डर का निकालना पसीना है।।

आगे बढ़ते रहना है।

डर को पीछे छोड़ देना है।।

ममता प्रजापति

तृतीय वर्ष

(हिन्दी विशेष)

चित्रकारी

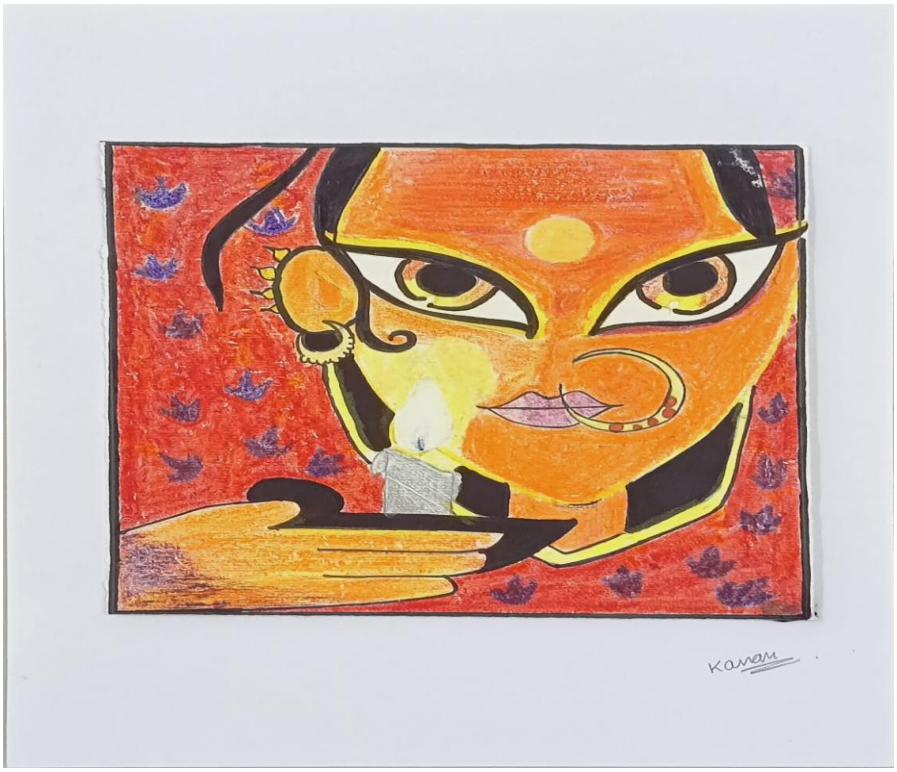
मधुबनी चित्रकारी

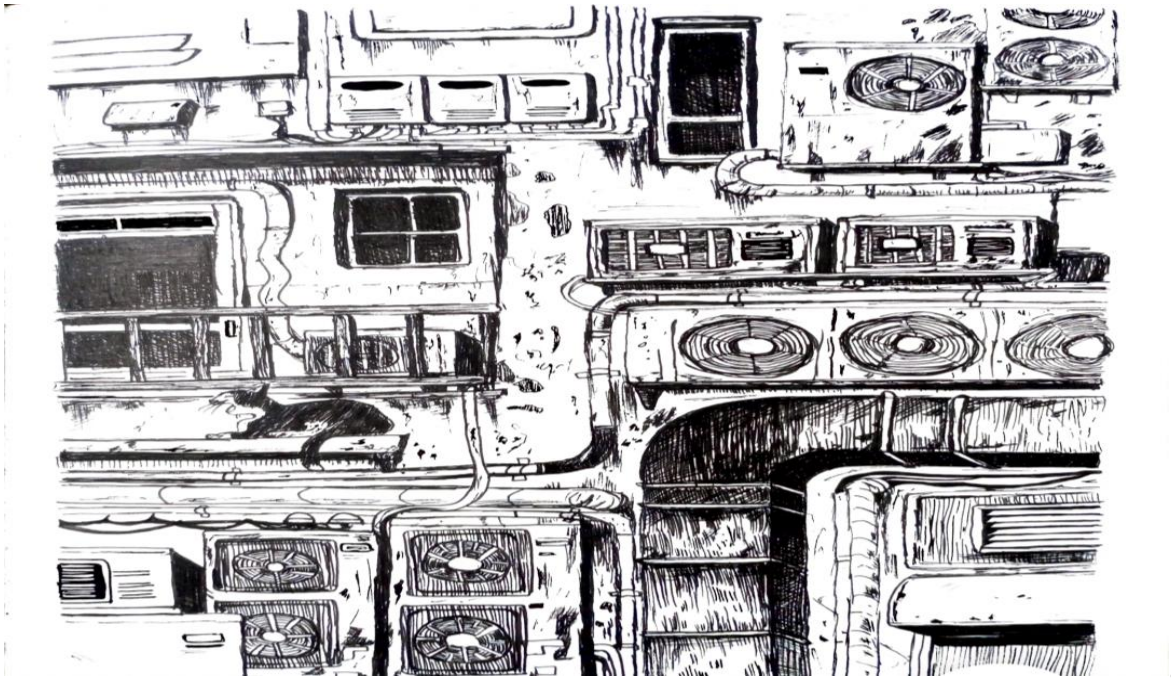
अनन्या शर्मा

तीसरा साल

बी .ऐ .प्रोग्राम

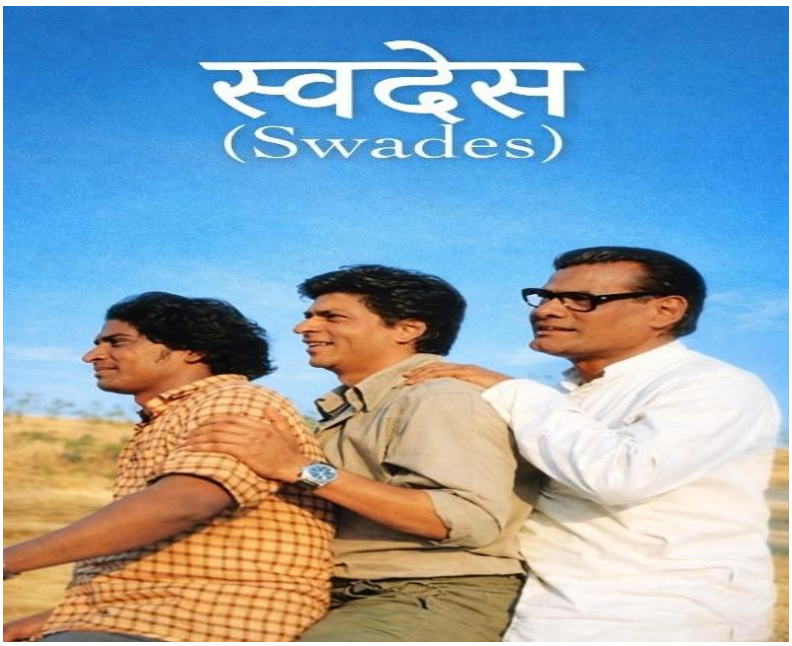
(इतिहास+अर्थशास्त्र)





Vanshika jindal

फ़िल्म समीक्षा :- स्वदेस (Swades)



फ़िल्म शीर्षक – स्वदेस

निर्देशक – आशुतोष गोवारिकर.

निर्माता – शाहरुख खान, जूही चावला, अज़ीज़ मिर्ज़ा

मुख्य कलाकार – शाहरुख खान, गायत्री जोशी,

किशोरी बल्लाल, दयाशंकर पांडेय

शैली – सामाजिक और प्रेरणादायक नाटक

रिलीज़ तिथि – 17 दिसम्बर 2004

देश – भारत

मूल भाषा – हिन्दी

अवधि – 195 मिनट

बजट – लगभग 25 करोड़ रुपये

बॉक्स ऑफिस संग्रह – लगभग 34.64 करोड़ रुपये

फिल्म के कलाकार और उनके किरदार :-

शाहरुख खान :- शाहरुख खान ने इस फिल्म में मोहन भार्गव का किरदार निभाया है। मोहन नासा (NASA) में काम करने वाला एक प्रतिभाशाली वैज्ञानिक है। वह विदेश में सफल और आरामदायक जीवन जीता हैं।

गायत्री जोशी :- गायत्री जोशी ने गीता का किरदार निभाया है। गीता गाँव के स्कूल में एक शिक्षिका है। वह शिक्षा को बहुत महत्व देती है और चाहती है कि गाँव के सभी बच्चे पढ़ें और आगे बढ़ें।

किशोरी बल्लाल :- किशोरी बल्लाल ने कावेरी अम्मा का किरदार निभाया हैं। वह मोहन की बचपन मे देखभाल करती थी , मोहन इन्हे माँ के समान मानता हैं।

राजेश विवेक :- राजेश विवेक ने डाकिया का किरदार निभाया हैं। इन्होंने मोहन की काफी सहायता की हैं ।

प्रस्तावना :- स्वदेस हिंदी सिनेमा की एक बहुत ही प्रेरणादायक फिल्म है। यह फिल्म केवल मनोरंजन के लिए नहीं बनाई गई है, बल्कि यह समाज और देश के प्रति जिम्मेदारी का संदेश भी देती है। इस फिल्म में यह दिखाया गया है कि अगर कोई व्यक्ति अपने देश और समाज की समस्याओं को सुधारने का प्रयास करे, तो वह बड़ा बदलाव ला सकता है। फिल्म की कहानी एक ऐसे भारतीय युवक की है जो विदेश में एक सफल जीवन जीता है, लेकिन जब वह अपने देश लौटता है तो उसे गाँव की समस्याओं का सामना करना पड़ता है। धीरे-धीरे उसे यह एहसास होता है कि अपने देश के विकास के लिए उसे भी कुछ करना चाहिए। यही विचार इस फिल्म को बहुत विशेष बनाती है।

फिल्म की कथा-वस्तु :- फिल्म की कहानी मोहन भार्गव से शुरू होती है जो अमेरिका के नासा में वैज्ञानिक का काम करता है। वह अपने काम में बहुत सफल है और उसका जीवन

बहुत आरामदायक है। एक दिन उसे अपनी बचपन की देखभाल करने वाली कावेरी अम्मा की याद आती है। वह उन्हें ढूँढने के लिए भारत आता है और एक छोटे से गाँव चरनपुर पहुँच जाता है। गाँव में रहने के दौरान वह वहाँ के लोगों के जीवन को करीब से देखता है। उसे पता चलता है कि गाँव में बिजली नहीं है, शिक्षा की कमी है और कई सामाजिक समस्याएँ (भेदभाव) मौजूद हैं। इन समस्याओं को देखकर मोहन के मन में बदलाव आता है। वह सोचता है कि वह अपने ज्ञान का उपयोग करे तो गाँव के लोगों की मदद कर सकता है। वह गीता के साथ मिलकर शिक्षा को बढ़ावा देता है । वह गाँव के लोगों को समझाता है कि शिक्षा बहुत ज़रूरी है। धीरे-धीरे गाँव के लोग अपनी सोच बदलते हैं और बच्चों को विद्यालय भेजने लगते हैं। इसके बाद वह गाँव में बिजली लाने के लिए एक छोटी जल-विद्युत परियोजना बनाता है। शुरुआत में कई मुश्किलें आती हैं, लेकिन धीरे-धीरे गाँव के लोग उसका साथ देने लगते हैं। अंत में उनकी मेहनत सफल होती है और गाँव में बिजली आ जाती है । यह घटना पूरे गाँव के जीवन में एक सकारात्मक बदलाव लाती है। मोहन अंत में यह समझ जाता है कि असली संतोष अपने देश और समाज की सेवा में है, इसलिए वह नासा की नौकरी छोड़कर भारत में रहने और काम करने का निर्णय लेता है ।

निजी अनुभव :- इस फिल्म को देखने के बाद मुझे यह महसूस हुआ कि हमे भारत माँ से जुड़ा रहना चाहिए । फिल्म के कई दृश्य ऐसे हैं जो दर्शकों को भावुक कर देते हैं। विशेष रूप से वह दृश्य जब मोहन गाँव के लोगों की कठिनाइयों को समझता है और उनकी मदद करने का निर्णय लेता है। मुझे इस फिल्म की सबसे अच्छी बात यह लगी कि इसमें देशभक्ति को बहुत ही सरल और वास्तविक तरीके से प्रस्तुत किया गया है। यह फिल्म हमें यह सोचने पर मजबूर करती है कि अगर हर व्यक्ति अपने समाज के लिए थोड़ा-सा प्रयास करे तो बहुत बड़ा परिवर्तन ला सकते है। इसके साथ ही फ़िल्म यह सिखाती है कि अपनी जड़ों और संस्कृति से जुड़ा रहना चाहिए । आज के युवा तकनीक और ज्ञान का उपयोग करके समाज में बदलाव ला सकते हैं। राष्ट्र निर्माण में उनकी महत्वपूर्ण भूमिका है, जैसा कि मोहन ने उस गाँव के विकास में योगदान देकर दिखाया।

मेरी संस्तुति :- मैं इस फिल्म को सभी विद्यार्थियों और युवाओं को देखने की सलाह देती हूँ। यह फिल्म हमें यह सिखाती है कि शिक्षा और ज्ञान का उपयोग केवल अपने व्यक्तिगत लाभ के लिए नहीं बल्कि समाज और देश के विकास के लिए भी किया जाना चाहिए। आज के समय में जब कई लोग विदेश में बसने का सपना देखते हैं, यह फिल्म हमें यह याद दिलाती है कि अपने देश की सेवा करना भी उतना ही महत्वपूर्ण है। इसलिए यह फिल्म विशेष रूप से युवाओं के लिए प्रेरणादायक है।

फिल्म का मूल्यांकन :- यदि इस फिल्म का मूल्यांकन किया जाए तो यह एक अर्थपूर्ण फिल्म है। फिल्म की कहानी बहुत सरल होते हुए भी गहरा संदेश देती है। शाहरुख खान ने मोहन के किरदार को बहुत गंभीरता और सादगी के साथ निभाया है। निर्देशक आशुतोष गोवारिकर ने ग्रामीण जीवन को बहुत ही वास्तविक तरीके से प्रस्तुत किया है। फिल्म का संगीत और दृश्य भी कहानी को और प्रभावशाली बनाते हैं। फिल्म में मुख्य कलाकारों के अलावा गाँव के बुजुर्ग, बच्चे, किसान और अन्य ग्रामीण लोग शामिल हैं। खास बात यह है कि इनमें से कई लोग पेशेवर अभिनेता नहीं थे, फिर भी उन्होंने अपने किरदारों को बहुत अच्छे तरीके से निभाया है।

★★★★★(5/5)

समीक्षक: कोमल

पाठ्यक्रम :- बी.ए. (ऑनर्स) राजनीतिक विज्ञान

(द्वितीय वर्ष)

अनुक्रमांक :- 24527169

॥ श्री गणेशाय नमः ॥

संस्कृतस्य

अनुभागः

राष्ट्रोन्नत्यै सन्नद्धा युवान:

शिवांगी कुलश्रेष्ठ | स्नातकतृतीयवर्ष:

संपादकीयम्

भो पाठकाः,

सप्तचत्वारिंशदधिक द्विसहस्रतममब्दं यावत् अस्माकं भारतं राष्ट्रं विश्वसन्दर्भे विकसितं राष्ट्रं भवेदित्येतदर्थं भारतसर्वकारपक्षतः प्रयासः क्रियते। अस्य लक्ष्यस्य प्राप्त्यै सर्वैरेवनागरिकै: संघत्य प्रयास: करणीय:।

राष्ट्रस्य विकासे यूनां महती भूमिका परिलक्ष्यते यतोहि युवानः विद्यार्थिजीवने विभिन्नैर्ज्ञानमार्गै: यदि स्वोत्कर्षम् कृत्वा भविष्यति परिवारस्य समाजस्य देशस्य च उन्नत्यै सन्नद्धा भवन्ति चेत् देशः, विकासपथे अग्रसरो भवति यूनां कृते विद्याध्ययनस्य परिपूर्णताकाले 'सत्यं वद' 'धर्मं चर' 'स्वाध्यायान् मा प्रमदः' इत्येवमादिरूपेण ये आदर्शा: उपदिश्यन्ते तान् पालयन्तो युवानः सत्यम्, ऋतम्, दीक्षा, उग्रन्तपः, ब्रह्म, यज्ञः ,अर्थादुत्तमम् कर्म इत्येवं रुपेण ये गुणा निर्दिष्टास्तान् पालयन्त: राष्ट्रध्वजमुत्तोलयन्तः राष्ट्रमुन्नतिपथे नयन्ति । राष्ट्रनिर्माणाय युवानः आधुनिक- विज्ञानानाम् आर्टिफीशियल इन्टेलिजेंसमाध्यमेन उपयोगं कृत्वा देशस्य उन्नत्यै समर्था भवेयुः।

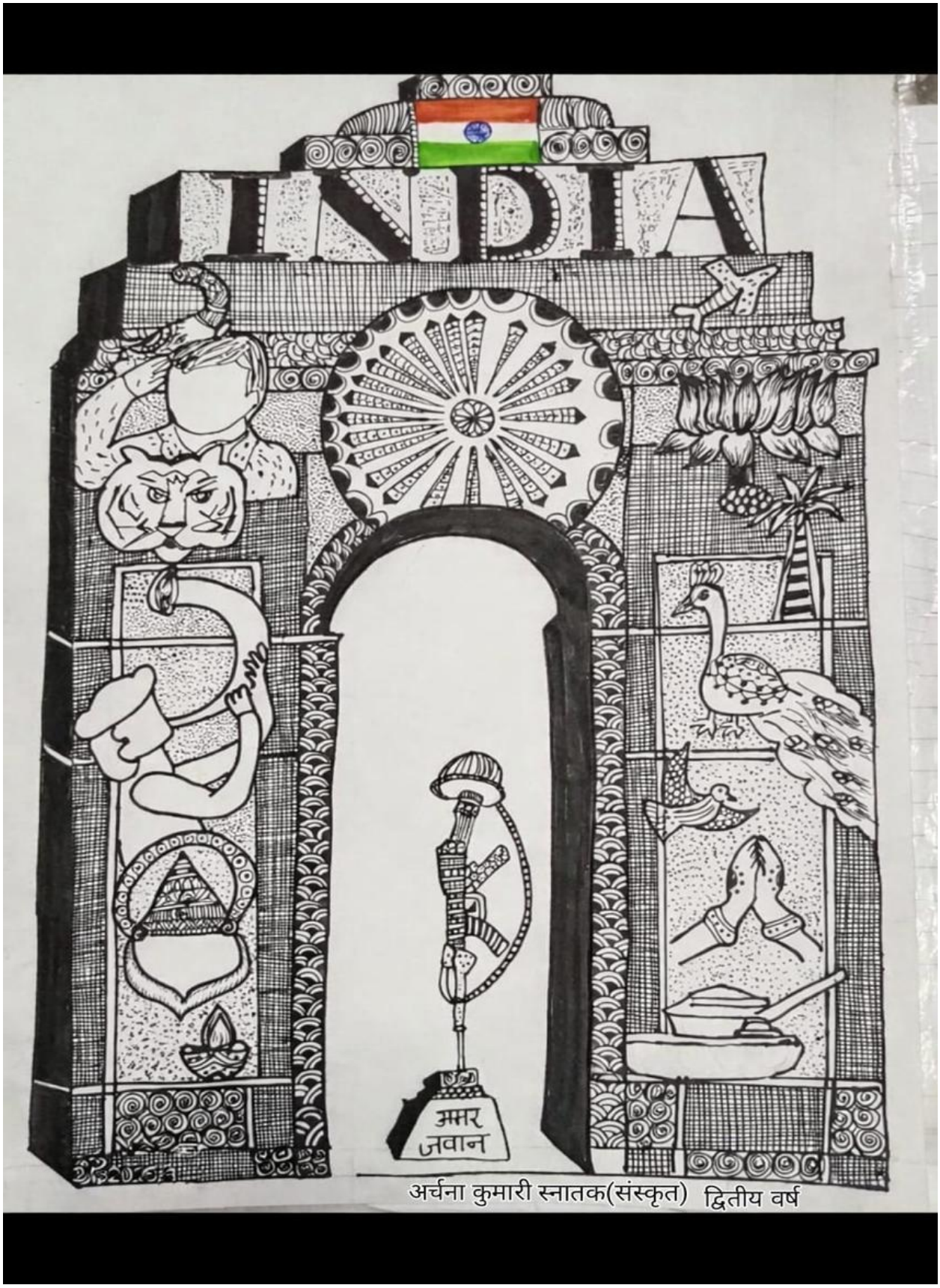
विभिन्नासु भाषासु उपनिबद्धस्य ज्ञानस्य अनुवादादिद्वारा सर्वसुलभताम् विधाय देशस्य विकासः कर्तुं शक्यते तदर्थं सर्वैरेव संघत्य प्रयासः कर्त्तव्य:।

धन्यवादा:

मुस्कान चौबे (स्नातक- तृतीय-वर्ष:)

शगुन सिंह (स्नातक- तृतीय-वर्ष:)

अंजलि राजवंशी (स्नातक- तृतीय-वर्ष:)



अर्चना कुमारी स्नातक(संस्कृत) द्वितीय वर्ष

विषयानुक्रमणिका

क.	समकालीनसमाजे यूनां योगदानम्	हर्षिता, स्नातक- चतुर्थ-वर्ष:	96
ख.	सामाजिकसमरसता	नियति मिश्रा, स्नातक- चतुर्थ -वर्ष:	97
ग.	कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्तः	मुस्कान चौबे, स्नातक - तृतीय- वर्ष:	98
घ.	भारतीया ज्ञानप्रणालिका	पलक:, स्नातक- चतुर्थ- वर्ष:	101
ङ.	श्रीमद्भगवद्गीतायाः कर्मयोगः	शगुन सिंह, स्नातक- तृतीय- वर्ष:	102
च.	भारतीय-ज्ञान-परम्परायां योगसूत्रस्य महत्त्वम्	मुस्कान चौबे, स्नातक - तृतीय- वर्ष:	104
छ.	राष्ट्रनिर्माणस्य संदर्भे यूनां भूमिका	आरात्रिका गुप्ता, स्नातक- चतुर्थ-वर्ष:	105
ज.	योगसूत्रस्य भारतीयदर्शनेषु योगदानं	अंजलि राजवंशी, स्नातक- तृतीय- वर्ष:	106
झ.	स्वस्थजीवनशैल्यां यूनां योगदानम्	हर्षिता, स्नातक- चतुर्थ- वर्ष:	107

क. समकालीनसमाजे यूनां योगदानम्

युवा वर्गः कस्यापि राष्ट्रस्य अमूल्यः निधिः भवति। युवानः राष्ट्रस्य शक्तिः, ऊर्जा, आशा च सन्ति। समकालीनसमाजस्य विकासे युवानां योगदानम् अत्यन्तं महत्वपूर्णम् अस्ति।
अद्यतनकाले युवा वर्गः शिक्षाक्षेत्रे, विज्ञानक्षेत्रे, प्रौद्योगिकीक्षेत्रे, सामाजिकक्षेत्रे च महत्त्वपूर्णां भूमिकां निर्वहति। ते नवीनविचारैः, अनुसन्धानैः, नवोन्मेषैः च समाजस्य प्रगतेः मार्गं प्रशस्तं कुर्वन्ति। डिजिटलयुगे युवानः ज्ञानस्य प्रसारणे प्रमुखं कार्यं कुर्वन्ति।
युवानः सामाजिकपरिवर्तनस्य प्रेरकाः अपि सन्ति। ते पर्यावरणसंरक्षणे, शिक्षाप्रसारे, सामाजिकसमतायां, राष्ट्रनिर्माणे च सक्रियतया भागं गृह्णन्ति। स्वकौशलस्य उपयोगेन ते बेरोजगारी, अशिक्षा, दरिद्रता इत्यादीनां समस्याः न्यूनाः कर्तुं प्रयतन्ते।
न केवलं आर्थिकविकासे, अपितु सांस्कृतिकसंरक्षणे अपि युवानां योगदानं दृश्यते। ते भारतीयसंस्कृतेः परम्पराणां संरक्षणं कृत्वा आधुनिकतया सह तासां समन्वयं कुर्वन्ति।
अतः स्पष्टं यत् युवा वर्गः समाजस्य राष्ट्रस्य च उज्ज्वलभविष्यस्य निर्माता अस्ति। यदि युवाशक्तिः सद्मार्गे नियोजिता भवति, तर्हि राष्ट्रं सर्वतोमुखेन विकासं प्राप्नोति।

हर्षिता

स्नातक-चतुर्थ-वर्ष:

शिवांगी कुलश्रेष्ठ | स्नातकतृतीयवर्षः

ख. सामाजिकसमरसता

सामाजिकसमरसता समाजस्य स्थैर्यस्य विकासस्य च मूलाधारः अस्ति। यत्र समाजे सर्वे जनाः परस्परं प्रेम्णा, सम्मानभावेन, सहयोगेन च जीवनं यापयन्ति, तत्र सामाजिकसमरसता विद्यमाना भवति। समरसता नाम भेदभावरहितं सौहार्दपूर्णं सहअस्तित्वम्।

भारतीयसंस्कृतौ सामाजिकसमरसतायाः विशेषमहत्त्वं दृश्यते। प्राचीनग्रन्थेषु सर्वेषां समानतायाः भावः प्रतिपादितः अस्ति। ऋग्वेदे उक्तम्—

"संगच्छध्वं संवदध्वं सं वो मनांसि जानताम्।"(ऋग्वेद १०.१९१.२)

अस्य अर्थः अस्ति— सर्वे मिलित्वा गच्छन्तु, मिलित्वा वदन्तु, समानभावेन चिन्तनं कुर्वन्तु। एषः मन्त्रः सामाजिकएकतायाः समरसतायाः च संदेशं ददाति।

समकालीनसमाजे यूनां सामाजिकसमरसतास्थापने विशेषा भूमिका अस्ति। युवावर्गः शिक्षायाः, जागरूकतायाः, सामाजिकसेवायाः माध्यमेन भेदभावं निवारयितुं शक्नोति। डिजिटलमाध्यमेषु अपि ते एकता, शान्ति, बन्धुत्वस्य संदेशं प्रसारयन्ति।

सामाजिकसमरसता राष्ट्रस्य प्रगतेः आधारः अस्ति। यत्र समरसता अस्ति तत्र शान्तिः, विकासः, समृद्धिः च स्वयमेव भवति। अतः सर्वैः जनैः समानताभावः, सहकार्यभावः च स्वीकर्तव्यः।

अतः निष्कर्षरूपेण वक्तुं शक्यते यत् सामाजिकसमरसता एव सुदृढस्य सुखिनः च समाजस्य निर्माणस्य प्रमुखं साधनम् अस्ति।

नियति मिश्रा
स्नातक- चतुर्थ -वर्ष:

शिवांगी कुलश्रेष्ठ | स्नातकतृतीयवर्ष:

ग. कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्तः

सप्ताङ्गं (Saptāṅgaṃ) इत्येतत् शब्दः सप्ताङ्गानि, अंशानि वा घटकानि दर्शयति। एते राज्यस्य निर्माणाय एकक रूपेण कार्यं कुर्वन्ति, यथा सप्ताङ्गानि रथस्य अंशानि सन्निविष्टानि सन्ति, ये एकस्मिन्नेव परस्परं सम्बन्धिनः परस्परस्य सेवायै उपयुज्यन्ते। कतिपय अर्थेषु प्राचीनग्रीकराजनीतिसिद्धान्तः अपि कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्तस्य विवेचनम् उद्दीपयति। अर्थशास्त्रम् प्रथमं भारतीयग्रन्थं यः उक्तव्यम्, यत् राज्यं सप्त मूलभूतघटकैः निर्मितम् अस्ति। कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्ते राज्यस्य व्याख्यायै सप्ताङ्गानि इति परस्परं सम्बन्धितानि तथा एकस्मिन्नेव प्रणालीमध्ये स्थितानि घटकाः (अङ्गाः वा प्रकृतयः) निर्दिष्टाः।
किञ्चित् परिवर्तनैः सह, एषः सिद्धान्तः स्वीकरितः, पश्चात् महाभारते, पुराणेषु, तथा धर्मशास्त्रेषु अपि दृश्यते।

राज्यस्य सप्त घटकाः:

- स्वामी – राजा
- अमात्यः – मन्त्रिणः
- जनपदः – क्षेत्रम्
- दुर्गः – किलाबद्धं राजधानी
- कोषः – वित्तसङ्ग्रहः
- दण्डः – न्यायः वा बलः
- मित्रः - सहयोगी

स्वामी

कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्तः राजतन्त्रं आदर्शरूपेण गृहीतः अस्ति, यस्य सर्वाः शिक्षाः स्वामी-राज्ञि केन्द्रिताः सन्ति। कौटिल्यः मन्यते यत् स्वामिनः भाग्यं तस्य राज्ये जनसङ्ख्यया घनिष्ठरूपेण सम्बद्धम् अस्ति। यदि स्वामी उत्साही भविष्यति, तर्हि राज्यस्य प्रजा अपि उत्साही भविष्यति। परन्तु यदि सः मन्दः भविष्यति, तर्हि तस्य प्रजा अपि आलसी भविष्यति तथा राज्यस्य साधनानि नाशयिष्यन्ति। अतः कौटिल्यः सततम् सजगं, परिश्रमीं च बुद्धिमन्तं च स्वामिनं प्रेरयति।
अशोकस्य अभिलेखेषु स्वामी इत्यर्थः कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्ते निर्दिष्टस्वामिना समो दृश्यते। लघु-शिलालेखानुसारं अशोकः मगधस्य स्वामिनः उपाधिं अवलम्बितवान्, या महाराज वा महाराजाधिराज इत्यादीनां परवर्ती युगस्य भव्य-उपाधीनां अपेक्षया अतीव विनम्रास्ति।

अमात्य

अमात्य इत्यस्य नाम उपयोगः सर्वेभ्यः वरिष्ठेभ्यः अधिकारीभ्यः, सलाहकारेभ्यः, विभागीय-कार्यकारी-प्रमुखेभ्यश्च सामूहिक-संज्ञायै क्रियते। ते कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्तस्य महत्वपूर्णाः अङ्गाः सन्ति। अर्थशास्त्रे द्वे प्रकारे परामर्शदातृ-न्यायालययोः उल्लिखितम् –
मन्त्रपरिषद् – लघु-संवाद-समूहः, मन्त्रिणः इत्यादीनां।
कौटिल्यदत्तैः वेतन-संख्याभिः दृष्ट्वा पुरोहितस्य महत्त्वं निश्चितुं शक्यते।
कौटिल्येन निर्दिष्टं यत् –
मुख्यमन्त्रीः, पुरोहितः, सेनापति – 48,000 पणाः।
वित्तमन्त्रीः, मुख्य-शासकः – 24,000 पणाः।

जनपदः

एतत् साम्राज्यस्य परिसरे, अनुमतं क्षेत्रं च निर्दिशति। कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्तः कृष्युत्पादनं आधृत्य स्वकर-आयस्य वृद्धये राज्येन नियुक्तानि विविधानि निवेशाः, पुरस्काराः च दण्डात्मकाः उपायाः च दर्शयति, याः जनपदात् लभ्यन्ते, या स्वामिनः कृते वित्तस्य महत्वपूर्णं स्रोतः आसीत्।

दुर्गः

किलाबद्ध-नगराणि राज्यस्य रक्षणाय आवश्यकाणि, यतः ते महत्वपूर्णसीमां क्षेत्राणि रक्षन्ति, आक्रमण-काले सुरक्षित आश्रय-स्थानरूपेण कार्यं कुर्वन्ति, तथा राज्यस्य मुख्य-प्रशासनिकं आर्थिक-केंद्राणां गृहाणि भवन्ति।
कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्ते आदर्श-राज्ये विभिन्नप्रकारस्य दुर्गाणि सन्ति, यानि प्रत्यक्षं भौगोलिकं कार्यं कुर्वन्ति

कोषः

कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्तः राज्यस्य सम्यक् कार्यसंपादनाय सप्त भिन्नभिन्न-अङ्गान् वा इकाइयाँ प्रतिपादयति। तेषां मध्ये एकः कोषः, यः शब्दार्थेन “राज्यस्य वित्तसंग्रहः” अथवा “वित्तीय-संसाधनम्” इति।
कौटिल्यः मन्यते यत् दृढस्य स्थिरस्य च राज्यस्य मुख्यं आवश्यकं कुशलं तथा सम्यक् प्रशासितं कोषः अस्ति। कोषः राज्यस्य वित्तं सङ्गृह्य कुशलतया सञ्चालयितुं सम्बन्धितः, यः सैनिक-प्रशासनाय, सार्वजनिक-कल्याणाय, आधारभूत-सुविधायाः निर्माणाय, अन्यसरकारी-कृत्येषु च व्ययाय प्रयुज्यते।

दण्डः

दण्डस्य अर्थः बलः वा न्यायः उभयतः भवेत्। कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्ते धर्मस्थानां (न्यायाधीशानां) तथा प्रदेशत्रियाणां उल्लेखः अस्ति, यः न्यायव्यवस्थायाः गहनं वर्णनं करोति। अपराधेषु दण्डरूपेण दण्डनम्, अंगभङ्गः, मृत्युदण्डः च प्रयुज्यन्ते। कौटिल्यस्य मतानुसारं दण्डस्य निर्धारणम् केवलं अपराधस्य प्रकारे तथा गंभीरतायां न निर्भरति, किन्तु अपराधिनः वर्णे अपि निर्भरति।

कौटिल्यस्य सप्ताङ्गसिद्धान्ते समानं अपराधं कृते उच्चवर्णेभ्यः न्यूनं दण्डं आरक्षितम् आसीत्।

मित्रः

एषः शब्दः राजनैतिक-सहयोगिनः अथवा "राज्यस्य मित्राणि" इत्यर्थं दर्शयति। विजिगीषुः – संभाव्य विजेता – कौटिल्यस्य राजनीतौ केन्द्रे स्थितः।

कौटिल्यदत्तानुसारं नीति-रणनीतिपञ्जिका अनुसारं, परिस्थितेः अनुसारं स्वामी: –

*यदि शत्रुः शक्तिमान् अस्ति, तर्हि संधि (शान्तिसन्धि) कुर्यात्।

*यदि शत्रुः दुर्बलः अस्ति, तर्हि विग्रहः (शत्रुता) आरभेत।

*अन्य विकल्पः – शत्रु-शत्रुणा सह सैन्य-अभियानम् वा संयुक्त-आक्रमणम्।

मुस्कान चौबे
स्नातक- तृतीय- वर्ष:

शिवांगी कुलश्रेष्ठ | स्नातकतृतीयवर्षः

घ. भारतीया ज्ञानप्रणालिका

ज्ञानं मानवजीवनस्य मूलाधारः अस्ति। ज्ञानस्य माध्यमेन एव मनुष्यः स्वजीवनं समाजं च उन्नतिं नयति। ज्ञानस्य व्यवस्थितरूपं ज्ञानप्रणालिका इति कथ्यते। ज्ञानप्रणालिका मानवस्य अनुभवेन, चिन्तनेन, अनुसन्धाननेन च विकसिताभवति।

भारतीयपरम्परायां ज्ञानप्रणालिका अत्यन्तं समृद्धा आसीत्। वेदाः, उपनिषदः, पुराणानि, दर्शनशास्त्राणि, आयुर्वेदः, गणितशास्त्रं, ज्योतिषशास्त्रं च भारतीयज्ञानप्रणाल्याः प्रमुखाः आधाराः सन्ति। एतेषां माध्यमेन न केवलं आध्यात्मिकज्ञानं, अपितु वैज्ञानिकं सामाजिकं नैतिकं च ज्ञानं अपि प्रदत्तम्।

ज्ञानप्रणाली समाजस्य विकासे महत्वपूर्णां भूमिकां निर्वहति। सा मानवेषु विवेकं, नैतिकतां, कर्तव्यबोधं च जनयति। आधुनिककाले विज्ञान-प्रौद्योगिकी-शिक्षा-व्यवस्था च ज्ञानप्रणाल्याः नवीनरूपाणि सन्ति। एताभिः प्रणालीभिः समाजे नवोन्मेषः प्रगति च सम्भवति।

समकालीनसमाजे युवानः ज्ञानप्रणाल्याः प्रमुखवाहकाः सन्ति। युवाशक्तिः ज्ञानं स्वीकृत्य तस्य संरक्षणं विकासं च करोति। यदि युवा वर्गः ज्ञानसम्पन्नः भवति, तर्हि राष्ट्रस्य भविष्यं उज्ज्वलं भवति।

अतः आवश्यकं यत् वयं परम्परागतज्ञानं आधुनिकज्ञानं च समन्वयेन स्वीकुर्मः। ज्ञानप्रणाली मानवकल्याणस्य विश्वशान्तेः च प्रमुखं साधनम् अस्ति।

पलक:
स्नातक- चतुर्थ- वर्ष:

ङ. श्रीमद्भगवद्गीतायाः कर्मयोगः

श्रीमद्भगवद्गीता विश्वस्य सर्वश्रेष्ठं दार्शनिकं काव्यं मन्यते। अस्याः तृतीयः अध्यायः पूर्णतः 'कर्मयोगाय' समर्पितः अस्ति। कुरुक्षेत्रस्य युद्धभूमौ यदा अर्जुनः मोहग्रस्तः भूत्वा स्वकर्तव्यात् विमुखः अभवत्, तदा भगवान् श्रीकृष्णः तस्मै निष्काम-कर्मयोगस्य उपदेशं दत्तवान्।
कर्मणः अपरिहार्यता
गीतानुसारं कोऽपि मनुष्यः क्षणमपि कर्म अकृत्वा स्थातुं न शक्नोति। प्रकृतिजैः गुणैः (सत्त्व-रज-तमोभिः) परवशः सन् सर्वोऽपि जनः कर्मणि प्रवृत्तः भवति। अकर्मण्यता मृत्योः समानं मन्यते। अतः
श्रीकृष्णः कथयति—

"नियतं कुरु कर्म त्वं कर्म ज्यायो ह्यकर्मणः।"
(त्वं निरन्तरं स्वकर्तव्यं कुरु, यतः अकर्मणः अपेक्षया कर्म श्रेष्ठं भवति।)

निष्काम कर्मयोगस्य सिद्धान्तः-
कर्मयोगस्य मुख्यः सन्देशः अस्ति—'निष्कामता'। यदा वयं फलस्य आशां विना केवलं कर्तव्यबुद्ध्या कर्म कुर्मः, तदा तत् कर्मयोगः भवति। गीतायाः सुप्रसिद्धः श्लोकः अस्ति:

"कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि॥"

अस्य अर्थः अस्ति यत् कर्मणि एव तव अधिकारः अस्ति, फले कदापि मा अस्तु। मनुष्यः फलस्य हेतुः मा भवतु, अकर्मणि च तव आसक्तिः मा अस्तु। यदा कर्ता स्वं 'निमित्तमात्रं' मत्वा कर्म करोति, तदा सः बन्धनात् मुक्तः भवति।

“योगः कर्मसु कौशलम्”

श्रीकृष्णः कर्मयोगं परिभाषितुं कथयति—"योगः कर्मसु कौशलम्"। अर्थात् कर्मसु कुशलता एव योगः अस्ति। अत्र कुशलतायाः तात्पर्यं अस्ति यत् कर्म कुर्वन् अपि तस्य फले लिप्सितः न भवेत्। समत्वभावः (सफलतायां विफलतायां च समानः स्थितिः) एव योगस्य परमं लक्षणम् अस्ति।
लोकसङ्ग्रहः
कर्मयोगी केवलं स्वार्थाय न जीवति। सः 'लोकसङ्ग्रहार्थम्' (समाजकल्याणाय) कर्म करोति। यथा भगवान् श्रीकृष्णः स्वयम् अपूर्णः नास्ति, तथापि सः जगत्-कल्याणाय निरन्तरं कर्म करोति, तथैव अस्माभिः अपि समाजस्य उन्नत्यै स्वधर्मस्य पालनं करणीयम्।

उपसंहारः

अतः गीतायाः कर्मयोगः अस्मान् पलायनवादं न शिक्षयति, अपितु जीवनस्य सङ्घर्षेषु धैर्येण सह कर्तव्यपालनस्य प्रेरणां ददाति। वर्तमानयुगे अपि मानसिकशान्तये तथा च राष्ट्रोन्नतये कर्मयोगः एव सर्वोत्तमः मार्गः अस्ति।

शगुन सिंह
स्नातक- तृतीय- वर्ष:

च. भारतीय-ज्ञान-परम्परायां योगसूत्रस्य महत्त्वम्

भारतीय-ज्ञान-परम्परायां 'योगदर्शनम्' एकं महत्त्वपूर्णं अङ्गं वर्तते। महर्षिणा पतञ्जलिना विरचितं 'योगसूत्रम्' अस्माकं मानसिक-शारीरिक-स्वास्थ्यस्य आधारभूतः ग्रन्थः अस्ति। एषः ग्रन्थः केवलं धार्मिकः न, अपितु मनोवैज्ञानिकः वैज्ञानिकश्च अस्ति।
योगसूत्रस्य प्रथमे अध्याये एव पतञ्जलिः योगं परिभाषितवान्—

"योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः॥" (योगसूत्रम् १.२)

अस्य अर्थः अस्ति—चित्तस्य (मनसः) वृत्तीनां निरोधः एव योगः। आधुनिके युगे यदा मानसिक-तनावः वर्धते, तदा एषः सिद्धान्तः अतीव आवश्यकः अस्ति।
अष्टाङ्गयोगः -
पतञ्जलिः ज्ञानप्राप्तये अष्टाङ्गयोगस्य मार्गं प्रदर्शितवान्। एते अष्टौ अङ्गानि सन्ति—
यमः (Moral codes)
नियमः (Self-discipline)
आसनम् (Postures)
प्राणायामः (Breath control)
प्रत्याहारः (Withdrawal of senses)
धारणा (Concentration)
ध्यानम् (Meditation)
समाधिः (Self-realization)

योगसूत्रस्य प्रासङ्गिकता-
अद्यतनसमाजे 'योगसूत्रं' जीवनप्रबन्धनस्य उत्तमं साधनं अस्ति। यदा वयं "स्थिरसुखमासनम्" इति पठामः, तदा वयम् अनुशासनं शिक्षामः। योगः न केवलं शरीरं स्वस्थं करोति, अपितु एकाग्रतां वर्धयति। एषा पद्धतिः भारतीयशिक्षणतन्त्रे 'मनःशुद्धिं' कर्तुं प्रयुज्यते स्म।
अतः वयं वक्तुं शक्नुमः यत् भारतीयज्ञानपरम्परायां योगसूत्रं एकं रत्नम् अस्ति। यदि वयं 'योगसूत्रस्य' पालनां कुर्मः, तर्हि वयं न केवलं वैयक्तिकं विकासं साधयामः, अपितु विश्वशान्तिं अपि स्थापयितुं समर्थाः भवेम।

मुस्कान चौबे
स्नातक- तृतीय-वर्षः

छ. राष्ट्रनिर्माणस्य संदर्भे यूनां भूमिका

समकालीनसमाजे यूनां भूमिका अत्यन्तं महत्वपूर्णा मन्यते, विशेषतः राष्ट्रनिर्माणस्य सन्दर्भे। भारतीयसंस्कृतपरम्परायामपि युवानः राष्ट्रस्य आधारशिलारूपेण दृष्टाः सन्ति। प्राचीनग्रन्थेषु, यथा वेदेषु, उपनिषत्सु, महाभारते, रामायणे च, युवाशक्तिः, कर्तव्यनिष्ठा, त्यागः, अनुशासनम्, राष्ट्रसेवा च अत्यधिकं महत्त्वं प्राप्नुवन्ति।

संस्कृतपरम्परानुसारं— "उद्यमेन हि सिद्ध्यन्ति कार्याणि न मनोरथैः" इति। अस्य अर्थः यत् केवलैः इच्छाभिः न, अपितु परिश्रमेण प्रयत्नेन च कार्याणि सिद्ध्यन्ति। अयं श्लोकः युवानः कर्मशीलान् सक्रियान् च भवितुं प्रेरयति, यत् राष्ट्रनिर्माणस्य मूलाधारः अस्ति।

तथैव **"कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन"** (भगवद्गीता) इति सिद्धान्तः अपि युवानः निःस्वार्थभावेन स्वकर्तव्यपालनाय प्रेरयति। यदा युवानः स्वकर्तव्यं निष्ठया समर्पणेन च निर्वहन्ति, तदा राष्ट्रं सुदृढं समृद्धं च भवति। संस्कृतपरम्परायां शिक्षायाः (विद्यायाः) अत्यन्तं महत्त्वं अस्ति— **"विद्या ददाति विनयं, विनयाद् याति पात्रताम्"** इति। शिक्षिताः संस्कारिताः च युवानः एव समाजे नैतिकतां, अनुशासनं, सदाचारं च स्थापयन्ति। एतत् राष्ट्रस्य नैतिकसांस्कृतिकविकासाय अनिवार्यम् अस्ति। अतिरिक्तरूपेण, प्राचीनभारतीयपरम्परा "वसुधैव कुटुम्बकम्" इति सन्देशं ददाति, यः समस्तं विश्वं एकं कुटुम्बं मन्यते।

आरात्रिका गुप्ता
स्नातक- चतुर्थ-वर्ष:

ज. योगसूत्रस्य भारतीयदर्शनेषु योगदानं

भारतीय-ज्ञानपरम्परा अत्यन्तं प्राचीनाऽस्ति, या वेद, उपनिषद्, दर्शनशास्त्र, स्मृतिग्रन्थाः च समन्वितरूपेण विकसिताऽस्ति। अस्यां परम्परायां आत्मज्ञानं, मोक्षप्राप्तिः, चित्तशुद्धिः च प्रमुखलक्ष्यरूपेण स्वीक्रियन्ते। एतस्मिन् सन्दर्भे योगसूत्र विशेषमहत्त्वं धारयति।

योगसूत्रं महर्षिणा पतञ्जलि प्रणीतं सूत्रग्रन्थः अस्ति। अस्मिन् ग्रन्थे चतुर्धा विभागः अस्ति—

- समाधिपादः
- साधनपादः
- विभूतिपादः
- कैवल्यपादः

एतेषु पादेषु योगस्य सिद्धान्ताः, साधनानि, चित्तवृत्तिनिरोधस्य उपायाः च प्रतिपादिताः।
योगसूत्रस्य प्रमुखवाक्यम्— **"योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः"** इति।
अस्य अर्थः—चित्तस्य चञ्चलवृत्तीनां निरोधः एव योगः।
अयं सिद्धान्तः भारतीयदर्शनस्य आधारभूतः, यतः मनोनिग्रहः एव आत्मज्ञानस्य प्रथमं साधनम्।
योगसूत्रे अष्टाङ्गयोगः प्रतिपादितः—
यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधिः।
एषः मार्गः केवलं शारीरिकव्यायामः न, अपितु नैतिक, मानसिक, आध्यात्मिक उन्नतये समग्रमार्गः अस्ति।
योगसूत्रस्य भारतीयदर्शनेषु अतीव योगदानम् अस्ति। योगसूत्रं सांख्यदर्शनस्य सहचरीरूपेण कार्यं करोति। अस्य प्रभावः वेदान्त, बौद्ध, जैनदर्शनादिषु अपि दृश्यते। अतः एतत् ग्रन्थं भारतीय-दार्शनिकपरम्परायाः सेतु इव मन्यते।
योगसूत्रं केवलं सैद्धान्तिकग्रन्थः न, किन्तु व्यवहारिकमार्गदर्शकः अपि अस्ति।
अस्य माध्यमेन—
आत्मसंयमः, मानसिकशान्तिः, मोक्षप्राप्तिः इत्यादीनि साध्यन्ते। योगसूत्रस्यआधुनिकसन्दर्भे अतीव प्रासंगिकता अस्ति। आधुनिकजीवने तनावः, अशान्तिः, मानसिकदबावः च वर्धन्ते।
योगसूत्रस्य उपदेशाः—ध्यानम्, प्राणायामः, चित्तनिग्रहः—एतानि सर्वाणि समस्याः निवारयितुं अत्यन्तं उपयोगिनि सन्ति।

अंजलि राजवंशी
स्नातक-तृतीय-वर्षः

झ. स्वस्थजीवनशैल्यां यूनां योगदानम्

आयुर्वेदचरकसंहितायाः दृष्ट्या
स्वास्थ्यं नाम मानवजीवनस्य परमं धनम् अस्ति। स्वस्थजीवनशैली शरीरिकमानसिकसामाजिकसम्यकस्थितेः आधारः भवति। भारतीयज्ञानपरम्परायां आयुर्वेदः स्वस्थजीवनस्य वैज्ञानिकं मार्गदर्शनं प्रददाति। समकालीनसमाजे युवानां स्वस्थजीवनप्रचारणे महत्वपूर्णं योगदानं दृश्यते।
आयुर्वेदे स्वास्थ्यस्य परिभाषा चरक- संहिता मध्ये स्पष्टतया उक्ता अस्ति–
"समदोषः समाग्निश्च समधातुमलक्रियः।
प्रसन्नात्मेन्द्रियमना स्वस्थ इत्यभिधीयते॥"
अस्य श्लोकस्य अर्थः अस्ति यत् यस्य शरीरस्य दोषाः, अग्निः, धातवः, मलक्रिया च सम्यक् सन्ति तथा मनः आत्मा इन्द्रियाणि च प्रसन्नानि सन्ति, सः एव स्वस्थः इति कथ्यते।
आयुर्वेदानुसारं दिनचर्या, ऋतुचर्या, संतुलिताहारः, योगाभ्यासः, व्यायामः च स्वास्थ्यरक्षणस्य मुख्याः आधाराः सन्ति। अद्यतनयुगे युवानः एतान् सिद्धान्तान् स्वजीवने स्वीकृत्य समाजे स्वास्थ्यजागरूकतां प्रसारयन्ति।
चरकसंहितायां व्यायामस्य महत्त्वम् अपि वर्णितम् अस्ति–
"लाघवं कर्मसामर्थ्यं दीप्तोऽग्निर्मेदसः क्षयः।
विभक्तघनगात्रत्वं व्यायामादुपजायते॥"
अर्थात् व्यायामेन शरीरं लघु भवति, कार्यक्षमता वर्धते, पाचनशक्तिः सुदृढा भवति तथा स्वास्थ्यं संवर्धते।
युवावर्गः योगस्य, आयुर्वेदिकजीवनशैलस्य, प्राकृतिकाहारस्य च प्रचारं कृत्वा अस्वास्थ्यकरजीवनशैलीं निवारयितुं समर्थः भवति। सामाजिकमाध्यमेषु अपि युवानः स्वास्थ्यसम्बद्धज्ञानस्य प्रसारं कुर्वन्ति। मानसिकस्वास्थ्यरक्षणे अपि आयुर्वेदः सत्सङ्गं, संयमं, सकारात्मकचिन्तनं च आवश्यकं मन्यते। एते गुणाः युवाभिः समाजे स्थापिताः भवन्ति।
अतः ज्ञायते यत् आयुर्वेदस्य सिद्धान्तान् अनुसृत्य युवाशक्तिः स्वस्थसमाजस्य निर्माणे प्रमुखं योगदानं ददाति। स्वस्थाः युवानः एव सुदृढस्य राष्ट्रस्य निर्मातारः भवन्ति।

हर्षिता

स्नातक- चतुर्थ- वर्ष:

शिवांगी कुलश्रेष्ठ | स्नातकतृतीयवर्ष:

Sports Achievers 2025-26

Himanshi
B.A.Sanskrit (H)
District Kabaddi (3rd position)
State Kabaddi (1st position)

Fiza Banno
B.A. prog
District Kabaddi (3rd position)

Megha Rawat
B.A. prog (Geo & Pol)
Inter-collage - 200m (2nd position)
- 400m (3rd position)
All India University Participant
- (4×400 m) (Relay)
Delhi state annual - 100m (1st position)
- 200m (1st position)
Open Delhi State - 100m (1st position)
Khel Mahakumbh - 400×4 (4th position)

Garima
B.A. Geography(H)
District Kabaddi (3rd position)
Inter-college

Stuti Kumari
B.A. Pol. Science (H)

Sports Achievers 2025-26

Ishu Bhadana
B.Sc.(H) Physics District Kabaddi (3rd position)

Shalini Maurya
B.A. Prog. (Geo & Pol)
Inter-college 5000m (4th position)
Khel Mahakubhh 3000m (1st position)

Shaniya
B.A. Hindi (H)
District Kabaddi (3rd position)
State Kabaddi (1st position)
Inter-college boxing (3rd position) Inter-college Kabaddi (4th position)

Kajal
B.A. (Hons.) Journalism Inter-college Judo(2nd position)
Inter-college Boxing (2nd position)
Inter-college Handball (4th position)

Sakshi
B.A. Pol. Science(H)
District Kabaddi (3rd position)
Inter-college (4th position) IIS
Rajdhani Judo Championship 2025-26 (3rd position)

Sports Achievers 2025-26

Parul Yadav
Bsc CS
District Kabaddi (3rd position)
State Kabaddi (1st position)
Inter-college (4th position)

Anjali Kumari
Bsc Physical Science with CS
District Kabaddi (3rd position)

Kalpana
B.A. History (Hons.)
All India Inter University (NZ) participant (Handball)
Inter-collage Handball - 4th position

Khushi
B.A. Prog. (Hist & Pol)
District Kabaddi (3rd position)

Nishitha T. R.
B.A. Hons. (History)
District Kabaddi (3rd position)

Sports Achievers 2025-26

Sakshi
B.A. Prog(Geo & Pol)
Inter-college (3rd position)

Neha
B.A. Hons(Hindi)
Inter-college (RW) 20,000m (2nd position)
Delhi state (RW) 10000m (3rd position)

Sunanda Kumari
B.A. Prog. (Geo & Pol)
Inter-college 20,000m (1st position) (RW)

Garima
B.A. Geography(H)
District Kabaddi (3rd position)
Inter-college

Tripty Pandey
B.Sc. Physical Science with CS