केन्द्रीय विद्यालय क्रमांक 3 आर.आर.एल. जोरहाट

सृजन

उपलब्धि की मिसाल

आईशि प्रिशा बोरा

प्रधान मंत्री राष्ट्रीय बाल
पुरस्कार 2025
प्राप्तकर्ता

तकनीकी युग और
अनुशासन : एक
आवश्यक संगम -19

“DREAM.
BELIEVE.
ACHIEVE.”

विषय सूची

CONTENTS

- 09 शैक्षणिक उपलब्धियाँ
  Academic Achievements
- 10 विज्ञान विषयक उपलब्धियाँ
  Science Achievements
- 11 खेल उपलब्धियाँ
  Sports Achievements
- 12-27 हिन्दी अनुभाग
  Hindi Section
- 28-46अंग्रेजी अनुभाग
  English Section
- 47-52 संस्कृत अनुभाग
  Sanskrit Section
- 53-57 असमिया अनुभाग
  Assamese Section
- 58 पुस्तकालय-एक झलक
  Library at a Glance
- 59-60 चित्रकला
  Canvas of Colours
- 61-62 कक्षा समूह चित्र
  Class group Photos

प्रेरणा स्रोत

श्री विकाश गुप्ता , आईएएस SHRI VIKASH GUPTA, IAS
आयुक्त, केविसं. (मुख्या.), नई दिल्ली Commissioner, KVS(HQ), New Delhi

श्री चन्द्रशेखर आज़ाद SRI CHANDRA SHEKHAR AZAD
उपायुक्त Deputy Commissioner
केविसं. गुवाहाटी संभाग KVS Guwahati Region

डॉ. वीरेन्द्र एम. तिवारी DR. VIRENDRA M. TIWARI
निदेशक, सीएसआईआर- नीस्ट Director, CSIR-NEIST
अध्यक्ष वि.प्र.स. Chairman, VMC

श्री आर. के. पाणिग्रही SHRI RK PANIGRAHI
सहायक आयुक्त Asstistant Commissioner
केविसं. गुवाहाटी संभाग KVS Guwahati Region

श्री नरेश कुमार SHRI NARESH KUMAR
सहायक आयुक्त Asstistant Commissioner
केविसं. गुवाहाटी संभाग KVS Guwahati Region

डॉ. कृष्ण कुमार मोटला, प्राचार्य
DR. KRISHAN KR. MOTLA, Principal
केवि. क्र.3 आरआरएल जोरहाट KV No. III RRL Jorhat

उ

पा

यु

क्त

सं

दे

श

केंद्रीय विद्यालय संगठन
KENDRIYA VIDYALAYA SANGATHAN
(शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार के अधीन)
(UNDER MINISTRY OF EDUCATION, GOVERNMENT OF INDIA)
क्षेत्रीय कार्यालय,गुवाहाटी / Regional Office,Guwahati
जवाहर नगर ,खानापारा/ Jawahar Nagar, Khanapara
पिन कोड/ Pin Code :781022
दूरभाष/TEL. : 0361-2360105,06,07,08
वेब/Web: https://roguwahati.kvs.gov.in/
ई-मेल/E-Mail : kvsroguwahati@gmail.com

केन्द्रीय विद्यालय संगठन

फा.20350/46/2025-26/केविसं(गु.सं)/117/ 25493

दिनांक 18.02.2026

संदेश

मुझे यह जानकर अत्यंत हर्ष हो रहा है कि केंद्रीय विद्यालय, आर.आर.एल. जोरहाट विद्यार्थियों की रचनात्मक ऊर्जा को नया आयाम प्रदान करते हुए सत्र 2025-26 के लिए *'सृजन'* नामक विद्यालय पत्रिका प्रकाशित कर रहा है। केंद्रीय विद्यालय संगठन एक ऐसा शैक्षणिक संस्थान है, जो अपने विद्यार्थियों की चतुर्दिक उन्नति के लिए सदैव तत्पर रहता है तथा नवाचारों के माध्यम से शिक्षण-पद्धति का आधुनिकीकरण करता रहता है। यह संगठन गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के साथ-साथ देश की युवा पीढ़ी में सामासिक संस्कृति के विकास हेतु निरंतर प्रयासरत है, जिससे विद्यार्थियों में धर्म, जाति, लिंग एवं क्षेत्रीयता से ऊपर उठकर राष्ट्रीयता एवं देशभक्ति की भावना सुदृढ़ होती है।

अंत में, मैं विद्यालय परिवार, विद्यार्थियों तथा अभिभावकों के प्रति आभार व्यक्त करता हूँ, जो एक जिम्मेदार नागरिक के रूप में गुणवत्तापरक शिक्षा को बढ़ावा दे रहे हैं तथा अपने बहुमूल्य योगदान से समाज में एक सजग प्रहरी की भूमिका निभा रहे हैं।

(चन्द्रशेखर आजाद)
उपायुक्त
केंद्रीय विद्यालय संगठन
गुवाहाटी संभाग

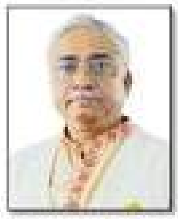
अध्यक्ष संदेश

सीएसआईआर - उत्तर पूर्व विज्ञान तथा प्रौद्योगिकी संस्थान
वैज्ञानिक और औद्योगिक अनुसंधान परिषद
जोरहाट – 785006, असम, भारत

CSIR-NORTH EAST INSTITUTE OF SCIENCE AND TECHNOLOGY
COUNCIL OF SCIENTIFIC & INDUSTRIAL RESEARCH
JORHAT – 785006, ASSAM, INDIA

Dr. Virendra M. Tiwari
FASc, FNA, FNASc, FTAS
DIRECTOR

MESSAGE



It gives me immense pleasure to convey my heartfelt congratulation to Kendriya Vidyalaya No. 3, RRL, Jorhat on bringing out its annual magazine, Srijan 2025-26. This publication serves as an apt fountainhead of creativity, excellence and laurels earned by the school in both academic and co-curricular spheres.

The school has consistently strived to provide quality education while nurturing the holistic development of its pupils. Its dedicated staff and accomplished alumni stand as shinning examples of commitment and excellence. The commendable performance of the Vidyalaya in CBSE board examinations reflects the sincere efforts of both teachers and students. Unequivocally, the school stands as pillar of modern education complemented with traditional values, virtues and ethics which has indeed contributed in churning out responsible and sensible individuals which is a demand of the hour for a balanced societal growth and development.

I am confident that the school will continue its journey of excellence by embracing modern educational trends while upholding our rich cultural and moral values. May Srijan inspire every learner to think creatively and act responsibly. Wishing the entire KV No. 3, RRL, Jorhat family a happy, healthy, and prosperous New Year 2026.

With best compliments,

केन्द्रीय विद्यालय क्रमांक 3, आर.आर.एल., जोरहाट द्वारा अपनी वार्षिक पत्रिका 'सृजन 2025-26' के प्रकाशन पर मुझे हार्दिक बधाई देते हुए अपार हर्ष हो रहा है। यह प्रकाशन शैक्षणिक और सह-पाठ्यचर्या दोनों क्षेत्रों में विद्यालय द्वारा अर्जित रचनात्मकता, उत्कृष्टता और उपलब्धियों के एक उपयुक्त स्रोत के रूप में कार्य करता है।

विद्यालय निरंतर अपने विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास को पोषित करते हुए गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने के लिए प्रयासरत रहा है। इसका समर्पित स्टाफ और उपलब्धिवान पूर्व छात्र, प्रतिबद्धता और उत्कृष्टता के प्रदीप्त उदाहरण हैं। सी.बी.एस.ई. बोर्ड परीक्षाओं में विद्यालय का सराहनीय प्रदर्शन शिक्षकों और छात्रों दोनों के ईमानदार प्रयासों को दर्शाता है। स्पष्ट रूप से, यह विद्यालय आधुनिक शिक्षा के एक ऐसे स्तंभ के रूप में खड़ा है, जहाँ पारंपरिक मूल्यों, गुणों और नैतिकता का समावेश है। इसने वास्तव में उत्तरदायी और समझदार व्यक्तियों को तैयार करने में योगदान दिया है, जो संतुलित सामाजिक प्रगति और विकास के लिए समय की मांग है।

मुझे पूर्ण विश्वास है कि विद्यालय हमारे समृद्ध सांस्कृतिक एवं नैतिक मूल्यों को अक्षुण्ण रखते हुए, आधुनिक शैक्षिक प्रवृत्तियों को अपनाकर उत्कृष्टता की अपनी इस यात्रा को निरंतर जारी रखेगा। मेरी कामना है कि 'सृजन' प्रत्येक शिक्षार्थी को रचनात्मक रूप से सोचने और जिम्मेदारी के साथ कार्य करने के लिए प्रेरित करे।

केन्द्रीय विद्यालय क्रमांक 3, आर.आर.एल., जोरहाट के संपूर्ण परिवार को सुखद, स्वस्थ एवं समृद्ध नव वर्ष 2026 की हार्दिक शुभकामनाएँ।

प्रशंसा एवं शुभकामनाओं के साथ

डॉ. वी.एम.तिवारी,
निदेशक, सीएसआईआर-एनईआईएसटी, जोरहाट
एवं अध्यक्ष, विद्यालय प्रबंधन समिति

Phone: +91-376-2370012 (O) Fax: +91-376-2370011
E-mail: director.neist@csir.res.in * website: www.neist.res.in

सहायक आयुक्त

सं दे श

केंद्रीय विद्यालय संगठन
KENDRIYA VIDYALAYA SANGATHAN
(शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार के अधीन)
(UNDER MINISTRY OF EDUCATION, GOVERNMENT OF INDIA)
क्षेत्रीय कार्यालय,गुवाहाटी / Regional Office,Guwahati
जवाहर नगर ,खानापारा/ Jawahar Nagar, Khanapara
पिन कोड/ Pin Code :781022
दूरभाष/TEL. : 0361-2360195,06,07,08
वेब/Web: https://roguwahati.kvs.gov.in/
ई-मेल/E-Mail : kvsroguwahati@gmail.com

संदेश

यह अत्यंत प्रसन्नता और गौरव का विषय है कि केंद्रीय विद्यालय, आर.आर.एल., जोरहाट अपनी वार्षिक ई-पत्रिका का प्रकाशन करने के लिए उद्यत है। यह पत्रिका न केवल विद्यार्थियों की सृजनात्मकता और कल्पनाशीलता को एक प्रतिष्ठित मंच प्रदान करती है, बल्कि उनके सर्वांगीण व्यक्तित्व के विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

केंद्रीय विद्यालय संगठन का मूल उद्देश्य प्रत्येक विद्यार्थी की अंतर्निहित प्रतिभाओं को प्रोत्साहित करना और उन्हें सफलतापूर्वक उज्ज्वल भविष्य की ओर मार्गदर्शन देना है।

यह विद्यालय पत्रिका उन उदीयमान प्रतिभाओं की अभिव्यक्तियों का सार-संग्रह है, जो अपनी लगन, रचनात्मकता और सकारात्मक दृष्टिकोण के बल पर भविष्य के क्षितिज पर चमकने के लिए तैयार हैं। यह मंच उन नवोदित क्षमताओं को पोषित और विकसित करने का माध्यम है, जिनमें संसार को रूपांतरित करने की अपार क्षमता है।

मैं इस सृजनात्मक पहल के लिए विद्यालय परिवार, प्रधानाचार्य, संपादक-मंडल और समस्त विद्यार्थियों को हार्दिक बधाई देता हूँ। मुझे पूर्ण विश्वास है कि यह पत्रिका सभी के लिए प्रेरणा का स्रोत बनेगी और विद्यार्थियों को उनकी अज्ञात प्रतिभाओं को पहचानने तथा परिमार्जित करने का अमूल्य अवसर प्रदान करेगी।

आप सभी के उज्ज्वल भविष्य की कामनाओं के साथ,

सादर,

(आर.के. पाणिग्राही)
सहायक आयुक्त
गुवाहाटी संभाग

नामित अध्यक्ष

सं दे श

प्रिय पाठकों ! ,

संदेश

मुझे यह जानकर अत्यंत हर्ष हो रहा है कि **केंद्रीय विद्यालय क्रमांक 03, जोरहाट (असम)** हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी अपनी वार्षिक पत्रिका *सृजन* प्रकाशित कर रहा है। यह पत्रिका विद्यालय के विद्यार्थियों की सृजनशीलता, अभिव्यक्ति और प्रतिभा का जीवंत प्रमाण है।

विद्यालय पत्रिका केवल लेखों और कविताओं का संग्रह नहीं होती, बल्कि यह विद्यार्थियों की कल्पनाशक्ति, विचारशीलता और परिश्रम का प्रतिबिंब होती है। यह मंच विद्यार्थियों को अपनी अभिव्यक्ति के माध्यम से आत्मविश्वास बढ़ाने और रचनात्मक सोच विकसित करने का अवसर प्रदान करता है।

केंद्रीय विद्यालय संगठन सदैव उत्कृष्ट शिक्षा, अनुशासन और संस्कारों के लिए जाना जाता है। मुझे विश्वास है कि इस विद्यालय के विद्यार्थी भी इन मूल्यों को आत्मसात करते हुए राष्ट्र निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएँगे।

मैं विद्यालय के प्राचार्य, शिक्षकगण, संपादकीय समिति तथा सभी विद्यार्थियों को इस उत्कृष्ट प्रयास के लिए हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ देता हूँ। आशा है कि यह पत्रिका सभी के लिए प्रेरणास्रोत सिद्ध होगी।

जयंता ज्योती बोरा

मुख्य वैज्ञानिक

सीएसआईआर-एनईआईएसटी, जोरहाट

दिनांक- 24.10.2025

प्राचार्य संदेश

प्रिय पाठकों ! ,

विद्यालय पत्रिका 2025–26 का यह अंक केवल एक प्रकाशन नहीं, बल्कि हमारे सामूहिक स्वप्नों का उज्ज्वल उत्सव है। इसे आपके हाथों में सौंपते हुए मुझे ऐसा प्रतीत होता है, मानो हम सबने मिलकर एक वर्ष की साधना, संघर्ष, सृजन और सफलता को शब्दों में पिरो दिया हो। यह पत्रिका हमारे विद्यालय की धड़कन है—हर पृष्ठ पर परिश्रम की सुगंध और हर रचना में आत्मविश्वास की चमक झलकती है।

विद्यालय वह पावन स्थल है, जहाँ संभावनाएँ आकार लेती हैं और सपनों को पंख मिलते हैं। यहाँ केवल विषयों का अध्ययन नहीं होता, बल्कि व्यक्तित्व का निर्माण होता है। हर प्रश्न जिज्ञासा को प्रज्वलित करता है, हर प्रतियोगिता साहस को परखती है और हर मंच आत्म-अभिव्यक्ति का अवसर देता है। हम मानते हैं कि शिक्षा का उद्देश्य केवल जानकारी देना नहीं, बल्कि विवेक, संवेदना और नेतृत्व क्षमता का विकास करना है।

मेरे प्रिय विद्यार्थियों, आप इस परिवर्तनशील युग के निर्माता हैं। आपकी कल्पनाशक्ति, आपका साहस और आपका संकल्प ही आने वाले कल की दिशा तय करेंगे। असफलताओं से घबराइए नहीं—वे सफलता की सीढ़ियाँ हैं। अपनी प्रतिभा को पहचानिए, उसे निखारिए और अपने भीतर छिपे प्रकाश को जगाइए।

हमारे आदरणीय शिक्षकगण केवल पाठ नहीं पढ़ाते, वे जीवन का अर्थ समझाते हैं। वे विद्यार्थियों के भीतर विश्वास की ज्योति जलाते हैं और उन्हें आत्मनिर्भरता की राह दिखाते हैं। उनके मार्गदर्शन के बिना यह यात्रा संभव नहीं होती।

अभिभावक हमारे इस शैक्षिक परिवार के आधारस्तंभ हैं। आपका विश्वास, सहयोग और प्रेरणा ही बच्चों के आत्मविश्वास की जड़ें मजबूत करते हैं। जब घर और विद्यालय एक साथ कदम बढ़ाते हैं, तब शिक्षा सच में पूर्ण होती है।

मैं अपने संरक्षकों एवं मार्गदर्शक संस्था के प्रति गहन आभार व्यक्त करता हूँ, जिनकी दूरदर्शिता और सतत सहयोग ने हमें उत्कृष्टता की ऊँचाइयों तक पहुँचने की प्रेरणा दी है। उनका मार्गदर्शन हमारे लिए दिशा-सूचक दीपक के समान है।

आइए, हम सब मिलकर ऐसा वातावरण निर्मित करें, जहाँ ज्ञान के साथ संस्कार, प्रतिस्पर्धा के साथ सहयोग और उपलब्धि के साथ विनम्रता भी विकसित हो। यह वर्ष नवाचार, करुणा और आत्मविश्वास की नई कहानियाँ रचे—और हमारे विद्यार्थी केवल सफल ही नहीं, बल्कि संवेदनशील और प्रेरणादायी नागरिक बनकर उभरें।

यही हमारी सच्ची उपलब्धि होगी।

सादर और आशीर्वाद सहित,

डॉ. कृष्ण कुमार मोटला

प्राचार्य, केवि. क्रमांक 3 आर.आर.एल.जोरहाट

MESSAGE *from the* EDITOR

पत्रिका केवल शब्दों का संकलन नहीं होती, बल्कि यह विचारों, भावनाओं और अभिव्यक्तियों का दर्पण होती है। 'सृजन' की तैयारी के दौरान हमें यह अनुभव हुआ कि प्रत्येक विद्यार्थी के भीतर एक लेखक, एक चिंतक और एक सृजनकर्ता छिपा होता है, जिसे केवल अभिव्यक्ति का अवसर चाहिए।

आज का समय तकनीकी और त्वरित सूचनाओं का है, जहाँ पढ़ने और लिखने की आदत धीरे-धीरे सीमित होती जा रही है। ऐसे समय में युवा पीढ़ी के लिए यह अत्यंत आवश्यक है कि वे अपने आसपास की परिस्थितियों को समझें, प्रश्न करें, संवेदनशील बनें और अपने विचारों को शब्द दें, क्योंकि लेखन केवल भाषा का अभ्यास नहीं, बल्कि जागरूकता का परिचायक है।

एक पुस्तक मन को दिशा देती है और लेखनी उसे आवाज़। यही कारण है कि कहा जाता है — "कलम तलवार से अधिक शक्तिशाली होती है।" विचारों की शक्ति ही समाज और समय को बदलने की क्षमता रखती है।सृजन' के इन पृष्ठों में विद्यार्थियों की कल्पनाएँ, अनुभव, संवेदनाएँ और सपने जीवंत हैं। यह पत्रिका केवल रचनाओं का संग्रह नहीं, बल्कि युवा मन की चेतना और रचनात्मकता का उत्सव है।

हम आशा करते हैं कि यह प्रयास विद्यार्थियों को पढ़ने, सोचने और लिखने के लिए निरंतर प्रेरित करेगा।

श्रीमती नंदिता बोरा, प्र. स्ना. शि. (अंग्रेजी)
Mrs. Nandita Borah, TGT (English)
Editor

संपादक मण्डल

EDITORiAL BOARD

श्री अजय प्रसाद प्र. स्ना. शि. (संस्कृत)
Mr. Ajay Prasad, TGT (Sanskrit)
Sub-Editor

श्री राम कुमार पटेल, प्र. स्ना. शि. (क.शि)
Mr. Ram Kumar Patel, TGT (AE)
Member

CLASS XII CBSE BOARD (AISSCE) ACHIEVERS 2026

CLASS X CBSE BOARD (AISSE) ACHIEVERS 2026

CBSE परीक्षा परिणाम विश्लेषण (सत्र 2025–26)

केन्द्रीय विद्यालय क्र. 3, आरआरएल, जोरहाट ने सीबीएसई बोर्ड परीक्षा 2025–26 में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए उल्लेखनीय सफलता अर्जित की। **कक्षा X में सभी 42 विद्यार्थी उत्तीर्ण होकर 100% परिणाम** प्राप्त किया तथा **74.46 का परफॉर्मेंस इंडेक्स** (PI) हासिल किया, जो **केविएस गुवाहाटी क्षेत्र में द्वितीय सर्वोच्च** रहा। यह परिणाम विद्यार्थियों की अथक मेहनत, शिक्षकों के समर्पित मार्गदर्शन तथा अभिभावकों के निरंतर सहयोग का सशक्त प्रमाण है और विद्यालय की उत्कृष्ट शैक्षणिक परंपरा को और अधिक गौरवान्वित करता है।

कक्षा XII में 23 में से 22 विद्यार्थियों ने सफलता प्राप्त करते हुए 95.65% परिणाम दर्ज किया। इस कक्षा का **PI 61.41** रहा। **विद्यालय के कक्षा XII के टॉपर *अर्थ कुमार मौर्य* ने 98.4% अंक प्राप्त कर केविएस गुवाहाटी क्षेत्र के *क्षेत्रीय टॉपर (Regional Topper)* बनने का गौरव प्राप्त किया, जिससे विद्यालय की उपलब्धियों में एक और स्वर्णिम अध्याय जुड़ गया।**

विज्ञान विभाग की प्रमुख उपलब्धियाँ (SCIENCE ACHIEVEMENTS)

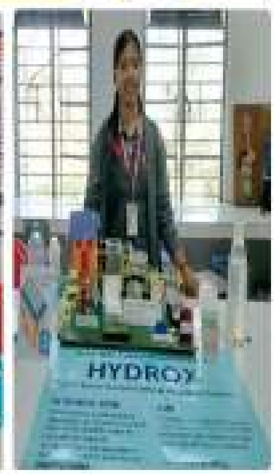
केन्द्रीय विद्यालय आर.आर.एल. जोरहाट का विज्ञान विभाग, विद्यार्थियों में जिज्ञासा, नवाचार और वैज्ञानिक दृष्टिकोण विकसित करने हेतु निरंतर प्रयासरत है। शैक्षणिक उत्कृष्टता तथा सह-शैक्षिक गतिविधियों के समन्वय के माध्यम से विभाग विद्यार्थियों को सीखने, खोजने और नवीन विचारों को अभिव्यक्त करने के लिए एक सशक्त मंच प्रदान करता है। अनुभवात्मक एवं जिज्ञासा-आधारित शिक्षण पर विशेष बल देते हुए विभाग विद्यार्थियों को विज्ञान के प्रति प्रेरित करता है।

हमारे विद्यार्थियों ने विज्ञान ओलंपियाड जैसी प्रतिष्ठित प्रतियोगिताओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक प्राप्त कर विद्यालय को गौरवान्वित किया है। यह उपलब्धि उनके गहन वैचारिक ज्ञान और निरंतर परिश्रम का परिचायक है। इसके अतिरिक्त, विद्यालय के छह विद्यार्थियों ने विद्यार्थी विज्ञान मंथन (VVM) में राज्य स्तर पर विद्यालय का प्रतिनिधित्व कर अपनी वैज्ञानिक प्रतिभा और उत्साह का परिचय दिया।

विद्यालय के लिए अत्यंत गौरव का क्षण तब आया जब हमारे एक विद्यार्थी को विज्ञान एवं नवाचार के क्षेत्र में 'प्रधानमंत्री राष्ट्रीय बाल पुरस्कार 2025' से सम्मानित किया गया। यह राष्ट्रीय स्तर का प्रतिष्ठित सम्मान विद्यालय में विकसित प्रतिभा, समर्पण और नवाचार की भावना को दर्शाता है।

हमारे विद्यार्थियों ने 'राज्य स्तरीय बाल वैज्ञानिक प्रदर्शनी' में क्षेत्रीय स्तर पर चयनित होकर अपनी रचनात्मकता और वैज्ञानिक सोच का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। यह उपलब्धि उनके नवाचारी विचारों तथा प्रयोगात्मक अधिगम का प्रमाण है।

विज्ञान विभाग विद्यार्थियों को इसरो द्वारा आयोजित 'युवा वैज्ञानिक कार्यक्रम (YUVIKA)' जैसे प्रतिष्ठित कार्यक्रमों में भाग लेने के लिए भी प्रोत्साहित करता है, जिससे उन्हें अंतरिक्ष विज्ञान के क्षेत्र में मूल्यवान अनुभव प्राप्त होता है। विद्यार्थियों ने 'INSPIRE Awards – MANAK' योजना में भी भाग लेकर वास्तविक जीवन की समस्याओं के समाधान प्रस्तुत किए। साथ ही, इंडियन ओलंपियाड क्वालिफायर इन मैथेमेटिक्स (IOQM) तथा इंडियन एसोसिएशन ऑफ फिजिक्स टीचर्स (IAPT) द्वारा आयोजित परीक्षाओं में सहभागिता ने उनकी विश्लेषणात्मक एवं समस्या-समाधान क्षमता को सुदृढ़ किया है।



Rishita Hazarika, IX & Jahnabi Bonia,XI Participated in 53rd KVS Rajya Stariya Bal Vaigyanik Pradasrshini at PM SHRI KV, Ganeshkhind,Pune

रचनात्मकता और व्यावहारिक अधिगम को बढ़ावा देने हेतु विभाग, वर्षभर विभिन्न STEM आधारित गतिविधियों का आयोजन करता है। 'मेघा टिंकरिंग डे' विद्यार्थियों को मॉडल निर्माण, प्रयोग एवं नवाचार के माध्यम से डिज़ाइन थिंकिंग और सहयोगात्मक अधिगम के लिए प्रेरित करता है। राष्ट्रीय विज्ञान दिवस पर प्रदर्शनी, प्रश्नोत्तरी एवं प्रस्तुतियों का आयोजन किया जाता है, वहीं राष्ट्रीय अंतरिक्ष दिवस विद्यार्थियों में खगोल विज्ञान एवं अंतरिक्ष अन्वेषण के प्रति रुचि जागृत करता है।

विभाग अंतर्विषयक अधिगम तथा वैज्ञानिक अवधारणाओं के व्यावहारिक उपयोग पर भी विशेष बल देता है, जिससे शिक्षा अधिक सार्थक एवं जीवनोपयोगी बनती है। शिक्षक गतिविधि-आधारित शिक्षण, परियोजना-आधारित अधिगम तथा डिजिटल उपकरणों के समावेश जैसी नवीन शिक्षण विधियों का उपयोग कर विद्यार्थियों की समझ को और प्रभावी बनाते हैं।

केन्द्रीय विद्यालय आर.आर.एल. जोरहाट का विज्ञान विभाग केवल शैक्षणिक उत्कृष्टता तक सीमित नहीं है, बल्कि जिज्ञासु, जिम्मेदार एवं भविष्य के लिए तैयार नागरिकों के निर्माण हेतु भी प्रतिबद्ध है। निरंतर प्रयास, उल्लेखनीय उपलब्धियों और खोज की भावना के साथ हमारे विद्यार्थी उभरते वैज्ञानिकों एवं नवाचारकों के रूप में निरंतर नई ऊँचाइयाँ प्राप्त कर रहे हैं।

राष्ट्रीय स्तर पर निवृत्ति की स्वर्णिम सफलता

केन्द्रीय विद्यालय क्र.3 आरआरएल, जोरहाट की प्रतिभाशाली तैराक **निवृत्ति प्रियम दत्ता** ने अपनी असाधारण खेल प्रतिभा, अनुशासन और अथक परिश्रम के बल पर एक बार फिर विद्यालय तथा **केविएस** गुवाहाटी संभाग का नाम गौरवान्वित किया है।वर्ष 2025-26 के खेल सत्र में निवृत्ति ने **क्षेत्रीय खेलकूद प्रतियोगिता (Regional Sports Meet) अंडर-17 बालिका तैराकी** में शानदार प्रदर्शन करते हुए **तीन स्वर्ण पदक** अर्जित किए। अपनी इस सफलता को आगे बढ़ाते हुए उन्होंने **केविएस राष्ट्रीय खेल महोत्सव (National Sports Meet)** में भी उत्कृष्ट प्रदर्शन किया और **एक स्वर्ण तथा दो रजत पदक** अपने नाम किए। उनकी निरंतर उत्कृष्ट उपलब्धियों और खेल के प्रति समर्पण का ही परिणाम है कि उनका चयन **स्कूल गेम्स फेडरेशन ऑफ इंडिया** (SGFI) के लिए हुआ, जो किसी भी युवा खिलाड़ी के लिए अत्यंत गौरवपूर्ण उपलब्धि मानी जाती है। यह चयन उनकी प्रतिभा, दृढ़ संकल्प और उच्च स्तरीय प्रतिस्पर्धाओं में निरंतर उत्कृष्ट प्रदर्शन का प्रमाण है।निवृत्ति की उल्लेखनीय खेल उपलब्धियों को सम्मानित करते हुए **केन्द्रीय विद्यालय संगठन** (KVS) द्वारा उन्हें **₹26,000 की नकद पुरस्कार राशि** प्रदान की गई। यह सम्मान न केवल उनकी मेहनत की पहचान है, बल्कि अन्य विद्यार्थियों के लिए भी प्रेरणा का स्रोत है।

निवृत्ति की यह सफलता हमें यह विश्वास दिलाती है कि समर्पण, अनुशासन और सतत प्रयास से कोई भी लक्ष्य असंभव नहीं होता। हम उनकी इस शानदार उपलब्धि पर हृदय से बधाई देते हैं तथा उनके उज्ज्वल भविष्य और आने वाली प्रतियोगिताओं में और भी बड़ी सफलताओं की कामना करते हैं।

क्षेत्रीय खेलकूद प्रतियोगिता के गौरवशाली पदक विजेता (दाएँ से): प्रियांकु दास (शॉट पुट – स्वर्ण पदक), हृदयांशु बोरा (100 मीटर दौड़ – कांस्य पदक) तथा धर्मपाल हजारिका (डिस्कस थ्रो – कांस्य पदक)। अपने उत्कृष्ट प्रदर्शन और खेल भावना से, इन विद्यार्थियों ने विद्यालय का नाम गौरवान्वित किया।

दिया, कक्षा–V ने जोरहाट जिला ताइकांडो संघ द्वारा आयोजित 'असम राज्य ताइकांडो चैंपियनशिप' में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए एक स्वर्ण एवं एक रजत पदक अर्जित किया। अपनी लगन, अनुशासन और अदम्य खेल भावना का परिचय देते हुए उन्होंने प्रतियोगिता में उल्लेखनीय सफलता हासिल की तथा विद्यालय और क्षेत्र का नाम गौरवान्वित किया।

कक्षा–IV के छात्र उपमन्यु बारिक ने अपनी अद्भुत प्रतिभा और खेल कौशल का परिचय देते हुए 21वीं अखिल असम राज्य मुए थाई चैम्पियनशिप 2025 में शानदार प्रदर्शन किया। जोरहाट स्टेडियम में आयोजित इस प्रतिष्ठित प्रतियोगिता में उन्होंने स्वर्ण पदक जीतकर विद्यालय का नाम गौरवान्वित किया।

छात्रा अर्हाना बोरठाकुर, कक्षा–IX ने क्षेत्रीय खेलकूद प्रतियोगिता 2025-26 की शतरंज (Chess) स्पर्धा में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए रजत पदक अर्जित किया।

हिन्दी

अनुभाग

तकनीकी युग और अनुशासन : एक आवश्यक संगम

डॉ. कृष्ण कुमार मोटला
प्राचार्य, केंद्रीय विद्यालय आर.आर.एल. जोरहाट

प्रस्तावना

तकनीकी युग और अनुशासन एक दूसरे के पूरक हैं। आज का युग डिजिटल क्रांति का है। मोबाइल, कंप्यूटर, इंटरनेट और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस ने हमारे जीवन को पूरी तरह बदल दिया है। जहाँ तकनीक ने हमारे कार्य को आसान बनाया है, वहीं इसके अति-उपयोग ने नई चुनौतियाँ भी प्रस्तुत की हैं। अनुशासन ही वह साधन है, जो तकनीकी को वरदान बना सकता है, अन्यथा यह अभिशाप सिद्ध हो सकता है।

तकनीकी युग की विशेषताएँ

तकनीकी ने शिक्षा, चिकित्सा, व्यापार, संचार, मनोरंजन और अनुसंधान के क्षेत्र में क्रांतिकारी परिवर्तन लाए हैं। आज ऑनलाइन क्लास, स्मार्ट क्लासरूम, डिजिटल पुस्तकालय, टेलीमेडिसिन, ई-कॉमर्स और वर्चुअल कम्युनिकेशन ने जीवन को तेज़ और सरल बनाया है। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और मशीन लर्निंग ने नयी संभावनाएँ खोली हैं।

अनुशासन का अभाव और समस्याएँ

सोशल मीडिया की लत, ऑनलाइन गेमिंग, समय की बर्बादी और डिजिटल डिटॉक्स की कमी छात्रों और युवाओं के लिए गंभीर चुनौती है।

> ***WHO की एक रिपोर्ट के अनुसार, किशोरों में अत्यधिक स्क्रीन टाइम के कारण तनाव, चिंता और नींद की समस्या बढ़ रही है। अनुशासन के बिना तकनीकी ध्यान भंग करने वाला साधन बन जाती है।***

तकनीकी युग में अनुशासन का महत्व

1. समय प्रबंधन – तकनीकी संसाधनों का उचित उपयोग तभी संभव है, जब हम समय का विभाजन करें।
2. स्क्रीन टाइम नियंत्रण – पढ़ाई, खेल, नींद और पारिवारिक समय का संतुलन।
3. सोशल मीडिया विवेक – साइबर बुलिंग और फेक न्यूज़ से बचाव।
4. लक्ष्य निर्धारण – डिजिटल टूल्स का प्रयोग तभी लाभकारी है, जब उनका उद्देश्य स्पष्ट हो।

अनुशासन के लाभ

1. कार्यक्षमता और उत्पादकता में वृद्धि।
2. मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य की सुरक्षा।
3. समय का सदुपयोग और लक्ष्य प्राप्ति।
4. डिजिटल और वास्तविक जीवन में संतुलन।
5. आत्म-नियंत्रण और आत्म-विकास के अवसर।

अनुशासन विकसित करने के उपाय

- दिनचर्या का निर्माण और पालन।
- तकनीकी उपकरणों के उपयोग का समय निर्धारण।
- नियमित डिजिटल डिटॉक्स और ध्यान ।
- शारीरिक गतिविधियाँ और खेलों में भागीदारी।
- पढ़ाई या कार्य के समय नोटिफिकेशन बंद करना।
- ऑनलाइन सुरक्षा और प्राइवेसी के नियम सीखना।

शिक्षा जगत में अनुशासन और तकनीकी

ऑनलाइन शिक्षा और डिजिटल संसाधनों ने पढ़ाई को सरल बना दिया है। परंतु अनुशासन के बिना इसका लाभ अधूरा है। छात्रों के लिए समय पर लॉगिन करना, असाइनमेंट समय पर जमा करना, और वर्चुअल क्लास में सक्रिय भागीदारी करना अनुशासन का हिस्सा है।

चुनौतियाँ और समाधान

1. ऑनलाइन लत और तनाव – समाधान: डिजिटल डिटॉक्स, योग, आउटडोर गतिविधियाँ।
2. साइबर अपराध – समाधान: साइबर सुरक्षा प्रशिक्षण और जागरूकता।
3. शिक्षा में विचलन – समाधान: पारिवारिक नियंत्रण और ऐप मॉनिटरिंग।

सामाजिक और सांस्कृतिक प्रभाव

अनुशासन और तकनीकी का मेल समाज को नई दिशा देता है। अनुशासित व्यक्ति तकनीकी का प्रयोग केवल लाभकारी कार्यों में करता है, जिससे परिवार, समाज और राष्ट्र का विकास सुनिश्चित होता है।

निष्कर्ष

तकनीकी युग में अनुशासन पहले से कहीं अधिक आवश्यक है। तकनीकी घोड़े की तरह है और अनुशासन उसकी लगाम। सही लगाम से ही हम मंज़िल तक पहुँच सकते हैं। यदि प्रत्येक व्यक्ति डिजिटल अनुशासन अपनाए तो तकनीकी वरदान बनेगी और जीवन को सरल, सुंदर और सफल बनाएगी।

वर्तमान परिप्रेक्ष्य में शिक्षक की भूमिका

■ संतोष कुमार ओझा, पीजीटी जीव विज्ञान

वर्तमान परिप्रेक्ष्य में, विशेषतः NEP 2020 और केन्द्रीय विद्यालय संगठन (KVS) के सन्दर्भ में, शिक्षक की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण, संवेदनशील और परिवर्तनशील हो गई है। अब शिक्षक शिक्षा व्यवस्था के केन्द्र में हैं, केवल "ज्ञानदाता" न होकर 21वीं सदी की आवश्यकताओं के अनुरूप विद्यार्थियों के 'मार्गदर्शक', 'फैसीलिटेटर', और 'परिवर्तन के वाहक' बन गए हैं।

NEP 2020 के अनुसार शिक्षक की प्रमुख भूमिकाएँ

- *समग्र विकास के सूत्रधार*: शिक्षक विद्यार्थियों के अकादमिक, सामाजिक, भावनात्मक और नैतिक विकास को बढ़ावा देते हैं। वे रटे-रटाए ज्ञान की जगह 'क्रिटिकल थिंकिंग', 'समस्या समाधान', और 'रचनात्मकता' का विकास करते हैं।
- *व्यक्तिगत एवं समावेशी शिक्षण*: प्रत्येक विद्यार्थी की रुचि, गति और क्षमताओं के अनुरूप शिक्षण-पद्धति अपनाई जाती है। शिक्षक समावेशी कक्षा का वातावरण बनाते हैं, जहाँ विविध जरूरतों का ध्यान रखा जाता है।
- *निर्भरशिल्प और कौशल विकास*: NEP 2020 के तहत, छात्र-छात्राओं को '21वीं सदी के कौशल' जैसे सही संचार, सहयोग, रचनात्मकता, डिजिटल साक्षरता, आदि विकसित कराने के लिए शिक्षक जिम्मेदार हैं।
- *नवाचार और डिजिटल शिक्षा*: शिक्षक नवाचारपूर्ण शैक्षिक विधियां (जैसे गतिविधि आधारित, प्रोजेक्ट आधारित, अनुभवात्मक शिक्षण) अपनाते हैं और डिजिटल साधनों की मदद से शिक्षण गुणवत्ता बढ़ाते हैं।
- *निरंतर व्यावसायिक विकास*: अब प्रत्येक शिक्षक को हर साल न्यूनतम 50 घंटे का सतत पेशेवर विकास (CPD) प्रशिक्षण लेना अनिवार्य किया गया है, जिससे वे नवीनतम शिक्षण विधियों, मूलभूत साक्षरता एवं संख्यात्मकता, मूल्यांकन, और समग्र दृष्टिकोण में सक्षम हो सकें।
- *नैतिक मूल्यों और राष्ट्रीय भावना का संचार*: शिक्षक राष्ट्र निर्माण, संवैधानिक मूल्यों, और भारतीय संस्कृति व लोकाचार के संवाहक हैं।

KVS में NEP 2020 का प्रभाव और शिक्षक की जिम्मेदारी

KVS ने NEP 2020 के तहत नए प्रवेश नियम (6+ आयु वर्ग में प्रवेश), 'बालवाटिका', स्किल्स-सब्जेक्ट्स व बैग-लेस डे, 'NIPUN BHARAT' लक्ष्य की निगरानी, शिक्षक प्रशिक्षण (NISHTHA कोर्स), और अनुभवजन्य अधिगम जैसी योजनाएं, पूरे संगठन में लागू की हैं।

प्रत्येक केवि. शिक्षक को इन पहलों के समर्थक एवं क्रियान्वयनकर्ता के रूप में लगातार भूमिका निभानी है—चाहे वह पाठ्यचर्या का नया स्वरूप हो, आकलन के तरीके बदलना हो या विद्यार्थियों की व्यक्तिगत प्रतिभा को निखारना हो।

'नैशनल प्रोफेशनल स्टैंडर्ड्स फॉर टीचर्स' (NPST) के अनुरूप, शिक्षक अपनी योग्यता, प्रशिक्षण और पेशेवर विकास की जिम्मेदारी स्वयं निभाने लगें हैं, जिससे सम्पूर्ण शिक्षा प्रणाली गुणवत्ता के नए मानक स्थापित कर रही है।

इन बिंदुओं के मद्देनजर यह विदित है कि शिक्षक परिवर्तन के वाहक हैं और नई शिक्षा नीति की सफलता एवं विद्यार्थी के सम्पूर्ण विकास की चाबी उन्हीं के हाथों में है।

कक्षा से परे की शिक्षा

-- अमित कुमार यादव, टीजीटी सामाजिक विज्ञान

शिक्षा को अक्सर सफलता की कुंजी कहा जाता है — और यह सही भी है। लेकिन अपनी शिक्षण यात्रा के वर्षों में, मुझे यह एहसास हुआ है कि सच्ची शिक्षा पाठ्यपुस्तकों के पाठों या परीक्षाओं में प्राप्त अंकों से कहीं बढ़कर है। यह जिज्ञासा को पोषित करने, चरित्र निर्माण करने और युवा मन को साहस और बुद्धिमत्ता के साथ जीवन की चुनौतियों का सामना करने के लिए तैयार करने के बारे में है।

आज की तेज़ी से बदलती दुनिया में, छात्रों को केवल अकादमिक ज्ञान से कहीं अधिक की आवश्यकता है। उन्हें आलोचनात्मक रूप से सोचना, प्रभावी ढंग से संवाद करना और सहानुभूति और सम्मान के साथ मिलकर काम करना सीखना होगा। शिक्षकों के रूप में, हमारी सबसे बड़ी ज़िम्मेदारी केवल विषय पढ़ाना नहीं है, बल्कि अपने छात्रों को उनकी खूबियों को पहचानने, उनकी कमज़ोरियों को दूर करने और आत्मविश्वासी और दयालु व्यक्ति बनने में मदद करना है।

कक्षा एक ऐसा स्थान होना चाहिए, जहाँ विचारों का स्वतंत्र रूप से विकास हो, जहाँ गलतियों को सीखने की सीढ़ी माना जाए, और जहाँ हर बच्चा मूल्यवान और समर्थित महसूस करे। शिक्षा बच्चों को सीखना, प्रश्न पूछना, देखभाल करना और सपने देखना सिखाए। यह उन्हें न केवल सफल पेशेवर बनने में मदद करे, बल्कि समाज में सकारात्मक योगदान देने वाले ज़िम्मेदार नागरिक भी बनाए।

सीखने, विकास और उपलब्धियों के एक और वर्ष का जश्न मनाते हुए, आइए याद रखें कि शिक्षा एक साझी यात्रा है - शिक्षकों, छात्रों और अभिभावकों के बीच एक साझेदारी। हम सब मिलकर एक ऐसा भविष्य बना सकते हैं जहाँ ज्ञान का संतुलन दयालुता से हो, बुद्धिमत्ता का मार्गदर्शन ईमानदारी से हो, और सफलता का मापदंड सिर्फ़ हम क्या हासिल करते हैं, उससे नहीं, बल्कि हम क्या बनते हैं, उससे हो।

✨ समापन विचार:
"एक अच्छी शिक्षा का मतलब दिमाग को तथ्यों से भरना नहीं, बल्कि अपने अंदर जिज्ञासा और चरित्र की लौ जलाना है।"

छात्र: मेरे जीवन के सच्चे शिक्षक

■ साक्षी तिवारी, पीजीटी रसायन विज्ञान

पुस्तकों को हमेशा एक शिक्षक का सबसे अच्छा साथी माना गया है। इनमें पीढ़ियों का ज्ञान संजोया होता है, व्यवस्थित अध्यायों और विषयों में बंटा हुआ। लेकिन वर्षों के अनुभव ने मुझे यह सिखाया कि मेरे असली शिक्षक तो मेरे छात्र ही रहे हैं — हर एक, अपने अनोखे अंदाज़ में।

जब मैंने अध्यापन की शुरुआत की, तब मुझे लगा कि मैं कक्षा में देने आई हूँ, लेकिन जल्द ही एहसास हुआ कि मुझे जितना मिला, उतना शायद मैंने कभी सोचा भी नहीं था — तथ्य या सूत्र नहीं, बल्कि जीवन, धैर्य और सहानुभूति के सबक।

जिज्ञासा का सबक

एक दिन एक छात्र ने पूछा, "इंद्रधनुष हमेशा एक ही क्रम में रंगों में क्यों दिखाई देता है?" यह सवाल मैंने खुद से कभी नहीं पूछा था। उस दिन मैंने विज्ञान की किताबों को फिर से खोला — समझाने के लिए नहीं, बल्कि जिज्ञासा करने की खुशी को फिर से जीने के लिए। मेरे छात्रों ने मुझे याद दिलाया कि जिज्ञासा ही खोज की पहली सीढ़ी है।

दयालुता का सबक

एक बार मैंने देखा कि एक छात्रा ने चुपचाप अपना टिफ़िन उस सहपाठी से साझा किया, जिसके पास खाने को कुछ नहीं था। वहाँ कोई शब्द नहीं थे, कोई ताली नहीं बजी — बस शुद्ध, मौन करुणा थी। उस छोटे से कार्य ने मुझे याद दिलाया कि सच्ची दयालुता को किसी दर्शक की आवश्यकता नहीं होती।

लगन का सबक

कुछ छात्र परीक्षा में कभी अव्वल नहीं आते, लेकिन वे हार मानते भी नहीं। वे बार-बार कोशिश करते हैं, धीरे-धीरे बेहतर होते हैं। उन्होंने मुझे सिखाया कि प्रगति पूर्णता से अधिक मायने रखती है — और हर प्रयास सराहना के योग्य है।

आनंद का सबक

कोई किताब मुझे कक्षा की हँसी, स्कूल यात्रा से पहले का उत्साह या उस चमकते गर्व को नहीं सिखा सकती थी, जो किसी छात्र की आँखों में तब होता है जब वह किसी कठिन अवधारणा को समझ लेता है। मेरे छात्रों ने मुझे सिखाया कि छोटी-छोटी चीज़ों में खुशी कैसे खोजी जाती है।

एक शिक्षक के रूप में, भले ही मैं, कक्षा के सामने खड़ी होती हूँ, लेकिन हर दिन कुछ नया सीखकर ही बाहर निकलती हूँ — पुस्तकों से नहीं, बल्कि अपने छात्रों के उज्ज्वल, अनोखे और चमत्कारी विचारों से।
शिक्षक होने का सबसे बड़ा सौभाग्य यही है कि हम सिखाते हुए भी निरंतर सीखते रहते हैं — और इस यात्रा के हमारे सबसे बड़े मार्गदर्शक हमारे छात्र ही होते हैं।

हमारे दैनिक जीवन में व्यायाम के लाभ

■ ईजित सिंह ,टीजीटी शारीरिक एवं स्वास्थ्य शिक्षा

व्यायाम करने के कारण

अधिकांश लोग व्यायाम के महत्व से भली-भांति परिचित हैं, परंतु क्या हम वास्तव में व्यायाम करने के कारणों को जानते हैं? वस्तुतः हममें से कई लोग इन कारणों से पूर्णतः अवगत नहीं हैं। व्यायाम करने के कुछ प्रमुख कारण इस प्रकार हैं:

1. **शारीरिक बनावट में सुधार**: व्यायाम न केवल हमें अच्छा महसूस कराता है बल्कि हमारे शरीर की बनावट को भी बेहतर बनाता है। यद्यपि शारीरिक बनावट में वंशानुगति (genetics) का भी महत्वपूर्ण योगदान होता है, फिर भी प्रत्येक व्यक्ति चाहता है कि उसका शरीर अच्छा और स्वस्थ दिखे। व्यायाम से हमारी शारीरिक बनावट और समग्र व्यक्तित्व निखरता है।
2. **मनोवैज्ञानिक/भावनात्मक स्वास्थ्य में सुधार**: व्यायाम करने से मस्तिष्क में *एंडॉर्फिन* नामक रसायन का स्राव होता है, जिससे मन प्रसन्न होता है और अवसाद, चिंता एवं एडीएचडी के लक्षण कम होते हैं। यह आत्म-सम्मान और आत्मविश्वास को भी बढ़ाता है तथा तनाव को घटाता है।
3. **ऊर्जा में वृद्धि**: नियमित व्यायाम करने से शरीर में अधिक ऊर्जा का संचार होता है। व्यायाम के दौरान ऑक्सीजन पूरे शरीर में सुचारु रूप से प्रवाहित होती है, जिससे थकान दूर होती है और हम ऊर्जावान महसूस करते हैं।
4. **बीमारियों का कम खतरा**: व्यायाम से श्वेत रक्त कणिकाओं का संचार बेहतर होता है, जिससे हानिकारक जीवाणुओं से लड़ने की क्षमता बढ़ती है। इससे रोग-प्रतिरोधक क्षमता (immune system) मजबूत होती है और बीमार होने की संभावना कम होती है।
5. **शरीर के वजन को नियंत्रित करना**: नियमित व्यायाम से अतिरिक्त कैलोरी जलती है, जिससे शरीर का वजन नियंत्रित रहता है और मोटापा कम होता है।
6. **दीर्घकालिक स्वास्थ्य लाभ**: नियमित व्यायाम से हृदय रोग, मधुमेह आदि बीमारियों से बचाव होता है। यह अच्छे कोलेस्ट्रॉल को बढ़ाता है और गंभीर बीमारियों का जोखिम कम करता है।
7. **सामाजिक संबंधों में सुधार**: व्यायाम समूह या कक्षाओं (जैसे नृत्य, वॉलीबॉल टीम, ट्रेकिंग क्लब) में शामिल होने से सामाजिक संबंध अच्छे होते हैं और सामाजिक स्वास्थ्य बेहतर बनता है।

व्यायाम के लाभ

आजकल अधिकांश लोग जीवनशैली से जुड़ी बीमारियों के शिकार हो रहे हैं क्योंकि वे नियमित व्यायाम नहीं करते। बहुत से लोग व्यायाम के शारीरिक, सामाजिक और मानसिक लाभों से अनजान हैं। व्यायाम के मुख्य लाभ इस प्रकार हैं:

1. **हृदय रोग का खतरा कम होना**: नियमित व्यायाम से तनाव संबंधी हार्मोन का स्तर कम होता है, रक्त वाहिकाएँ खुलती हैं और धमनियों में अवरोध नहीं बनता, जिससे हृदय रोग का जोखिम घटता है।
2. **सही शारीरिक मुद्रा (posture) बनाए रखना**: व्यायाम से मांसपेशियों की ताकत बढ़ती है, जिससे शरीर की मुद्रा सही रहती है और विकृतियाँ दूर होती हैं।
3. **मनोदशा (Mood) में सुधार**: व्यायाम करने से एंडॉर्फिन हार्मोन निकलते हैं जो हमें अच्छा महसूस कराते हैं। नियमित व्यायाम करने वाले लोग अधिक सकारात्मक दृष्टिकोण और खुशमिजाज होते हैं।
4. **स्मरण शक्ति बढ़ना**: व्यायाम से मस्तिष्क में स्मृति कोशिकाएँ (hippocampus cells) बढ़ती हैं जिससे स्मरण शक्ति और सीखने की क्षमता सुधरती है।
5. **अवसाद कम होना**: शोध बताते हैं कि नियमित व्यायाम से अवसाद काफी हद तक कम होता है और कभी-कभी इसके लक्षण पूरी तरह दूर हो जाते हैं।
6. **चिंता (Anxiety) कम होना**: व्यायाम से एंडॉर्फिन बढ़ने के कारण चिंता की भावना कम हो जाती है। व्यायाम करते समय हम अपनी समस्याओं को भूल जाते हैं और ताजगी महसूस करते हैं।
7. **हड्डियों और मांसपेशियों को मजबूत बनाना**: नियमित व्यायाम हड्डियों के घनत्व (density) को बनाए रखता है, मांसपेशियों को मजबूत करता है और वृद्धावस्था में ऑस्टियोपोरोसिस तथा फ्रैक्चर से बचाता है।
8. **मानसिक सजगता (Mental Alertness) में वृद्धि**: व्यायाम से रक्त और ऑक्सीजन का प्रवाह बेहतर होता है, जिससे दिमाग अधिक सक्रिय और केंद्रित रहता है।
9. **तनाव कम होना**: व्यायाम तनाव प्रबंधन का सबसे अच्छा तरीका है क्योंकि यह एंडॉर्फिन छोड़ता है और तनाव दूर करता है।
10. **आत्मसम्मान (Self-esteem) में वृद्धि**: नियमित व्यायाम विशेष रूप से उन व्यक्तियों के आत्मसम्मान को बढ़ाता है जिनका आत्मविश्वास कम होता है।
11. **आत्मविश्वास और शारीरिक छवि में सुधार**: व्यायाम से शरीर में सकारात्मक परिवर्तन आते हैं जिससे व्यक्ति आत्मविश्वासी बनता है और जीवन को सकारात्मक दृष्टिकोण से देखता है।
12. **थकान देर से होना**: नियमित व्यायाम करने वाले लोगों के शरीर में कार्बन डाइऑक्साइड और लैक्टिक एसिड का संचय कम होता है, जिससे थकान देर से होती है।
13. **सामान्य स्वास्थ्य लाभ**: व्यायाम से पाचन सुधरता है, नींद अच्छी आती है और चेहरा ताजगी से दमकता है।
14. **चोट से शीघ्र स्वस्थ होना**: व्यायाम करने से मांसपेशियाँ और श्वेत रक्त कणिकाएँ मजबूत होती हैं, जिससे चोट लगने पर सूजन और दर्द जल्दी ठीक होता है।
15. **लचीलापन बढ़ना**: व्यायाम से स्नायु (tendons), स्नायुबंधन (ligaments) और जोड़ अधिक लचीले बनते हैं तथा अकड़न कम होती है।

*इसलिए हमें प्रतिदिन कम से कम **45 से 60 मिनट** तक व्यायाम अवश्य करना चाहिए ताकि हम स्वस्थ और तंदुरुस्त रह सकें।*

बच्चों की रुचि बदलने की अदृश्य शक्ति – अभिभावक

■ रूपेन्द्र कुमार, प्राथमिक शिक्षक

अक्सर हम अपने बचपन के अनुभवों को याद करते हैं तो पाते हैं कि किसी विषय के प्रति हमारा डर या लगाव अचानक ही बदल गया। यह बदलाव अक्सर शिक्षकों या अभिभावकों के छोटे-छोटे संकेतों से होता है। मेरे जीवन का एक प्रसंग भी इसी बात को सिद्ध करता है कि माता-पिता बच्चों के जीवन में सबसे बड़े प्रेरक होते हैं।

मेरा अनुभव- जब मैं छोटा था, तब मुझे संस्कृत विषय से बहुत डर लगता था। परीक्षा से पहले पिताजी ने मुझसे पूछा – "बेटा, कल किस विषय का पेपर है?" मैंने कहा – "संस्कृत, जो बहुत कठिन होती है।"

मेरे पिताजी सामान्यतः ऐसे सवाल नहीं करते थे, पर उस दिन शायद उन्होंने मेरे चेहरे पर डर पढ़ लिया। उनकी चुप्पी और न पूछने की आदत ने मुझे यह छूट दे रखी थी कि पढ़ूँ या न पढ़ूँ। मेरे मन में धारणा बन चुकी थी कि संस्कृत कठिन है और जब तक घर वाले पूछेंगे नहीं, मैं नहीं पढ़ूँगा।

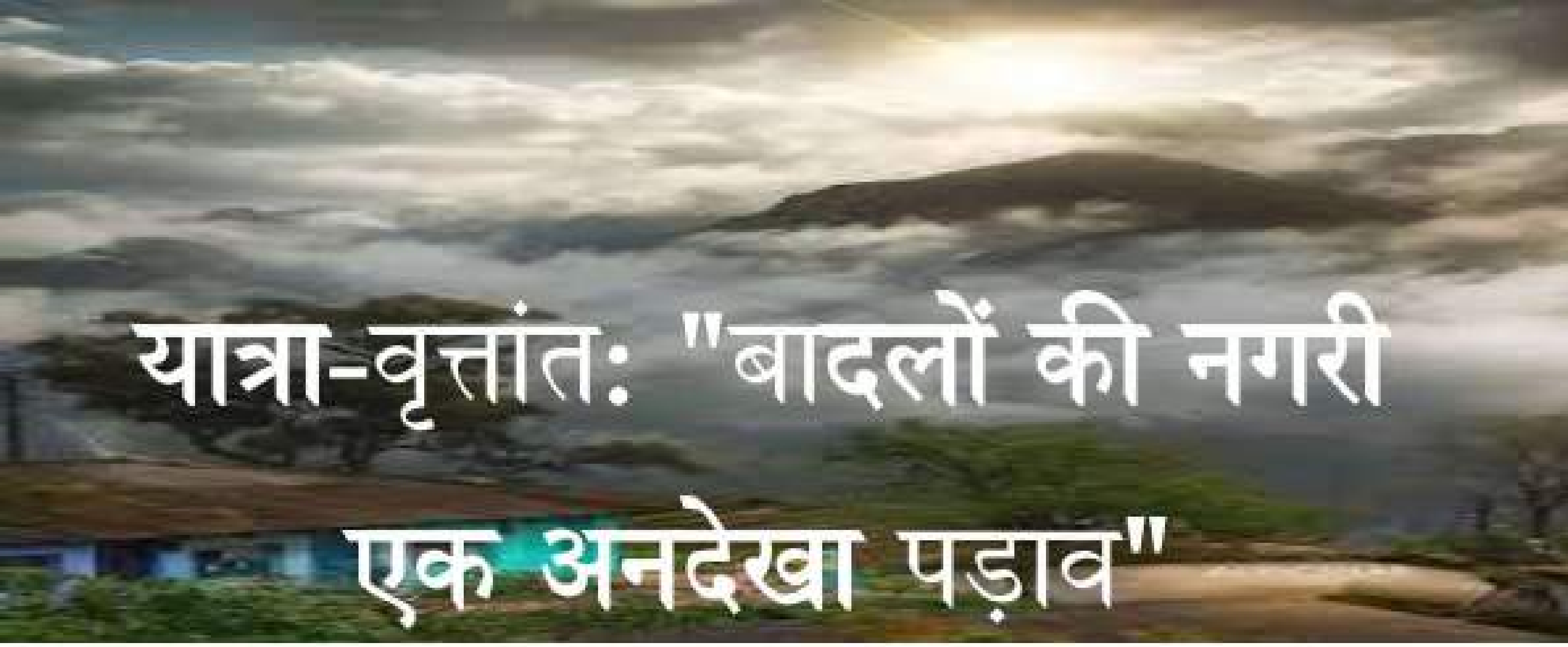
पर उस दिन पिताजी ने मेरी मानसिकता को पढ़कर एक अद्भुत रणनीति अपनाई। उन्होंने कहा, "मुझे तो सबसे अच्छा विषय संस्कृत ही लगता था।" यह सुनकर मैं चौंक गया – भला संस्कृत किसी की पसंदीदा कैसे हो सकती है! पिताजी के प्रति जिज्ञासा बढ़ी, मैंने उनसे कुछ सुनाने को कहा।

उन्होंने सहजता से धातु रूप सुनाने शुरू किए – "पठ् – पठति, पठतः, पठन्ति..." ।उनकी आवाज़ में आत्मीयता और आत्मविश्वास था। पहली बार लगा कि संस्कृत केवल किताब में नहीं, हमारे घर में भी है, और वह किसी को प्रिय भी हो सकती है।

धीरे-धीरे मेरा दृष्टिकोण बदलने लगा। मैं वही पढ़ने लगा जो पिताजी जानते थे। *संस्कृत मेरे लिए वैज्ञानिक, तार्किक और दिलचस्प विषय बन गया। न सिर्फ मुझे अच्छे अंक आने लगे बल्कि कक्षा के पाठ्यक्रम से परे भी जानने की उत्सुकता पैदा हुई।*

यह घटना दर्शाती है कि जीवन में दृष्टिकोण बदलना अक्सर एक वाक्य, एक भाव या किसी आदर्श व्यक्ति के छोटे से व्यवहार से संभव हो जाता है। बच्चे अपने माता-पिता को केवल अभिभावक नहीं, बल्कि आदर्श (रोल मॉडल) मानते हैं। जिस विषय या गतिविधि को माता-पिता प्रेम से अपनाते हैं, उसी में बच्चों की भी रुचि स्वतः बढ़ने लगती है।

संस्कृत के प्रति मेरा डर पिताजी के एक वाक्य और एक छोटे से उदाहरण से बदल गया। यही शक्ति हर माता-पिता के पास है। यदि हम बच्चों के मनोविज्ञान को समझें, उनकी रुचियों और डर को पढ़ें, तो हम उनका दृष्टिकोण बदल सकते हैं। बच्चों को सिर्फ ज्ञान नहीं, अनुभव चाहिए – और वह अनुभव माता-पिता के व्यवहार से आता है।



यात्रा-वृत्तांत: "बादलों की नगरी एक अनदेखा पड़ाव"

■ प्रभाकर कुमार मिश्रा , पीजीटी हिंदी

सुबह का समय था। मैं एक छोटे से पहाड़ी गाँव से अपनी यात्रा शुरू कर रहा था। उस गांव का नाम है - मादरदिशा जो डिमा हासाउ जिले के अंतर्गत पड़ने वाला एक छोटा सा गांव है परंतु यह गांव नक्शों में कहीं दर्ज नही था । यह जगह इतनी शांत थी, मानो समय और गांव दोनों ठहर सा गया हो । रास्ता फूलों से ढकी घाटियों, घने जंगलों और फूलों के बीच से गुजरता था।

जैसे-जैसे मैं ऊपर पहाड़ों पर चढ़ता गया, हवा हल्की और ठंडी होती चली गई। अचानक मैंने देखा, पूरा गांव घने बादलों से ढक गया । घरों के छत मानो सफेद बादलों से ढक गये हों । बच्चे बादलों को छूने के लिए उछलते कूदते और हसते हुए भागते. मानो वह कोई खिलौना हो।

थोड़ा आगे बढ़ते ही मुझे एक खुला मैदान मिला, जहाँ एक मंदिर था और वह मंदिर गणेश भगवान का था और उसने आस-पास हवा से बजता हुआ, बाँसों का जंगल था। लहराते बाँसों की आवाज पूरे जंगल को चीरती हुई, बाहर निकल आती थी, जैसे कोई अदृश्य वादक संगीत बजा रहा हो।

यात्रा का सबसे अद्भुत क्षण तब आया, जब शाम होते ही पहाड़ों, बादलों के बीच तथा उसके आसपास के इलाके में चमकते जुगनू टिमटिमाने लगे, ऐसा दृश्य न मैंने कभी देखा था, ना किसी किताब में पढ़ा था और न किसी फिल्म में देखा था, मानो आकाश और धरती के बीच तारे उतर आए हों।

उसी शाम मैंने एक किसान के घर में आसमान के नीचे भोजन किया। उसने कहा, यहां जो भी आता है, उसे बादलों की नगरी का यात्री कहा जाता है। कोई लौटकर इसका नाम नहीं बताता ताकि यह जगह वैसे ही बनी रहे "शांत, पवित्र, और अनदेखी"।

मैं यह बात सुनकर बहुत ज्यादा खुश हो गया और मैंने मन ही मन मुस्कुराया और यह निश्चय किया कि इस यात्रा वृतांत को सिर्फ अनुभव के रूप में बाँटूंगा। जगह का नाम बताए बिना - क्योंकि कुछ स्थानों का रहस्य ही उनकी असली सुंदरता है फिर मेरा मन नहीं माना और उस जगह का नाम बता दिया और उस छोटे से गांव, जो सुंदर वादियों, जंगलों तथा पहाड़ों के बीच बसा है और उस गांव का नाम है - **मांदरदिशा**

सीखने से सिखाने तक

■ संगीता, प्राथमिक शिक्षिका

प्रिय विद्यार्थियों और साथियों,

एक शिक्षक होने के नाते, यह मेरा सौभाग्य है कि मुझे आप जैसे जिज्ञासु और प्रतिभाशाली विद्यार्थियों के साथ जुड़ने का अवसर मिला। स्कूल पत्रिका हमारे स्कूल की आत्मा है, जो हमारे विचारों, सृजनात्मकता और उपलब्धियों को दर्शाती है।

आज मैं आपसे कुछ बातें साझा करना चाहती हूँ। शिक्षा केवल पाठ्यक्रम पूरा करने या अच्छे अंक लाने तक सीमित नहीं है। यह एक ऐसी यात्रा है जो हमें एक बेहतर इंसान बनाती है। हमें सिखाती है कि कैसे सोचना है, कैसे चुनौतियों का सामना करना है और कैसे दुनिया को एक नई दृष्टि से देखना है। आप सभी में असीम क्षमताएं हैं। अपनी रुचियों को पहचानें और उनका पालन करें। चाहे वह विज्ञान हो, कला हो, खेल हो या संगीत, हर क्षेत्र में अपनी पूरी लगन और मेहनत लगाएं। याद रखें, सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं होता। यह निरंतर प्रयास, धैर्य और समर्पण से ही मिलती है।

हमारा स्कूल एक परिवार की तरह है। यहां आप सीखते हैं, गिरते हैं, उठते हैं और एक-दूसरे का साथ देते हैं। अपने शिक्षकों और सहपाठियों का सम्मान करें। उनसे सीखें और अपने अनुभव साझा करें।

मैं अपने जीवन का एक अनुभव साझा करने जा रही हूं –

जब मैं छोटी थी तो मुझे पढ़ाई में कोई विशेष रुचि नहीं थी। कक्षा 2 तक मैं एक औसत छात्रा रही, लेकिन जैसे-जैसे मैं बड़ी होती गई, मुझे पढ़ाई का महत्व समझ आने लगा। धीरे-धीरे पढ़ाई मेरे लिए बोझ नहीं बल्कि आनंद बन गई।

कक्षा 5 में मैंने पूरे वर्ग में दूसरा स्थान प्राप्त किया। यह मेरे लिए बहुत बड़ी उपलब्धि थी। इसके बाद मैंने पढ़ाई में और मेहनत की और कक्षा 10 तथा 12 में अपने विद्यालय में प्रथम स्थान प्राप्त किया। उस समय मैं बेहद खुश थी और मेरे माता-पिता भी गर्व से झूम उठे। उनकी प्रेरणा और सहयोग ने मुझे आगे बढ़ने की ताकत दी।

आज मैं एक केंद्रीय विद्यालय की अध्यापिका हूँ। कभी वह बच्ची जिसे पढ़ाई अच्छी नहीं लगती थी, आज छोटे बच्चों की मदर टीचर बनकर उन्हें ज्ञान दे रही है और उनके सपनों को पंख लगा रही है।मैं अपने पूरे मन और मेहनत से यह प्रयास करती हूँ कि मेरे विद्यार्थी भी जीवन में आगे बढ़ें और अपने सपनों को पूरा कर सकें। यह मेरे लिए सिर्फ एक पेशा नहीं बल्कि जीवन का उद्देश्य है।

संदेश:जीवन में परिवर्तन हमेशा संभव है। मन लगाकर की गई मेहनत और माता-पिता का आशीर्वाद, किसी भी साधारण बच्चे को असाधारण बना सकता है।

अंत में, मैं यही कहना चाहूंगी कि अपने सपनों को उड़ान दें। अपनी कल्पनाओं को पंख दें। खुद पर विश्वास रखें और हमेशा आगे बढ़ते रहें।

आप सभी के उज्ज्वल भविष्य की कामना करती हूँ।

पर्यावरण संरक्षणः हमारी जिम्मेदारी

■ ध्यान ज्योति , कक्षा VIII

आज के समय में पर्यावरण गंभीर चुनौतियों का सामना कर रहा है। वायु प्रदूषण, जल प्रदूषण, वनों की कटाई और जलवायु परिवर्तन न केवल प्रकृति बल्कि मानव जीवन को भी प्रभावित कर रहे हैं। पर्यावरण की रक्षा अब एक विकल्प नहीं रही- यह हर व्यक्ति की जिम्मेदारी है। हमारे ग्रह का भविष्य आज हमारे कार्यों पर निर्भर करता है।

पर्यावरण को नुकसान पहुँचने का एक मुख्य कारण मानवीय गतिविधियाँ हैं। तेज औद्योगिक विकास, प्लास्टिक का अत्यधिक उपयोग, जंगलों की कटाई और प्राकृतिक संसाधनों की बर्बादी ने प्रकृति का संतुलन बिगाड़ दिया है। जब जंगल नष्ट होते हैं, तो जानवर अपना घर खो देते हैं और हवा की शुद्धता भी कम हो जाती है। इसी प्रकार प्रदूषित नदियाँ और महासागर जलजीवों को नुकसान पहुँचाते हैं और पानी को मनुष्यों के लिए असुरक्षित बना देते हैं।

पर्यावरण की रक्षा में छात्रों और युवाओं की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। रोज़मर्रा की छोटी आदतें भी बड़ा परिवर्तन ला सकती हैं। उदाहरण के लिए, जरूरत न होने पर लाइट बंद करना, पानी बचाना, एक बार इस्तेमाल होने वाले प्लास्टिक से बचना और पेड़ लगाना प्रकृति की मदद करने के सरल तरीके हैं। जब अधिक लोग इन आदतों को अपनाते हैं, तो उनका सकारात्मक प्रभाव और भी शक्तिशाली बन जाता है। सरकारों और संगठनों का भी कर्तव्य है कि वे प्राकृतिक संसाधनों की रक्षा के लिए नियम और योजनाएँ बनाएँ। लेकिन केवल नियमों से समस्या हल नहीं होगी। असली बदलाव तब आता है जब नागरिक प्रकृति के महत्व को समझते हैं और जिम्मेदारी से व्यवहार करते हैं। जागरूकता और शिक्षा एक पर्यावरण अनुकूल समाज बनाने के सबसे मजबूत साधन हैं।पर्यावरण की रक्षा केवल पेड़ों, जानवरों या नदियों को बचाने तक सीमित नहीं है। यह हमारे अपने जीवन और आने वाली पीढ़ियों के जीवन की सुरक्षा से जुड़ा हुआ है। स्वच्छ और स्वस्थ पर्यावरण हमें शुद्ध हवा, सुरक्षित पानी और उपजाऊ मिट्टी प्रदान करता है। इन मूल संसाधनों के बिना जीवन कठिन हो जाएगा।

अंत में, पृथ्वी हमारा एकमात्र घर है और इसकी देखभाल करना हमारा कर्तव्य है। हर छोटा कदम मायने रखता है और मिलकर बड़ा बदलाव लाता है। यदि हम प्रकृति का सम्मान करें और संसाधनों का समझदारी से उपयोग करें, तो हम सबके लिए एक हरा-भरा, सुरक्षित और उज्ज्वल भविष्य बना सकते हैं।

मेरा प्रिय खेल और खिलाडी

■ मयूख रंजन दास, कक्षा VIII

मेरा प्रिय खेल है "फुटबॉल"। इसमें 11 खिलाड़ी होते हैं। फुटबॉल बहुत सारे देश का प्रसिद्ध खेल है। फुटबॉल खेलने से हमारा शरीर बहुत स्वस्थ होता है। फुटबॉल में नियम और गतिविधियों का ध्यान रखना चाहिए। फुटबॉल में ही गोलकीपर होते हैं। इस खेल में गोल करना होता है। फुटबॉल में हमारा भारत बहुत पीछे है लेकिन अन्य देश बहुत आगे हैं। फुटबॉल में बहुत प्रसिद्ध खिलाड़ी भी हैं जिन्होंने पूरा इतिहास रच दिया है जैसे—

सी. रोनाल्डो,लियोनेल मेसी,नेमार जूनियर । इन खिलाड़ियों ने पूरा फुटबॉल का इतिहास ही बदल कर रख दिया है। पहला सी. रोनाल्डो— वे अपने लंबे शॉट, बाइसिकल किक और अपनी शानदार खेल शैली के लिए प्रसिद्ध हैं। दूसरा लियोनेल मेसी— वे अपने ड्रिब्लिंग और तेज खेल से बहुत प्रसिद्ध हैं। तीसरा नेमार जूनियर— वे अपने अनूठे तरीके और कौशल से बहुत प्रसिद्ध हैं। वे दुनिया के सबसे अच्छे कौशलयुक्त खिलाड़ियों में से एक खिलाड़ी हैं।

भारत

■ देबाशीष दत्त, कक्षा VII

भारत केवल एक देश नहीं,
यह लोगों की धड़कन, भावनाएँ सभी।
जिस धरती पर हम जीवन बिताते,
वह वीरों के रक्त से पावन बन जाते।

उन्होंने अपनी हँसी कुर्बान कर दी,
हमारी आज़ादी हमें सौंप दी।
शांति की नींद हम सो पाते,
अपने सुख-स्वप्न वे भुला जाते।

उनकी माताएँ गर्व से खिलतीं,
जिन्होंने वीर संतानों को जन्म दिया।
परिवार में जन्म भले पाया,
भारत को ही अपना घर बनाया।

अपने प्राणों की आहुति दी,
हमारे सुख के लिए जली दीप।
ऐसे जवान सदा महान कहलाएँ,
भारत की शान सदा बढ़ाएँ।

हर वीर बढ़ाता है सम्मान,
भारत की आन, बान और शान।

"बिटिया - एक नई कहानी"

■ अजय प्रसाद, प्रशिक्षित स्नातक शिक्षक संस्कृत

तू पढ़ेगी, तू लिखेगी,
लकीरें सपनों की खींचेगी,
हर कंटक को तोड़ेगी
और नई कहानी सृजेगी ।

उड़ चल पंखों को फैला कर,
अब बुन सपने के तानों को,
दिखा रही तू आगे बढ़कर,
सबकी भूल और स्वांगो को ।

अब बादलों से बातें करती,
हर मंजिल को छूती वो,
बुझी रही लौ अंधियारे में
पर अब दीप बन जलती जो ।

सूर्योदय की सरस धूप में
मुस्काती नन्हीं सी परी,
नन्हीं सी उमर में पंखों को
अपने फैला कर झूमती वो ।

बंधी रही वो परछाई में,
चुप थी घुटकर तनहाई में,
पर आखों में इक चिंगारी
लिए उजाले की तैयारी ।

देखो कैसे उसने गर्वित
दैवनक्श को खींचा है,
थोडी मिट्टी, थोड़े आँसू
उडेल पुष्प को सींचा है ।

वो गुड़िया मेरे ख्वाबों की,
अब तक थी धधकती आगों में,
इस समाज में मेरे लोगों की
बुझदिल सोच के आंहों में ।

पर अब बिटिया हुआ सबेरा
अंधकार अब खत्म हुआ
तेरी हिम्मत और त्यागों को
वह समाज भी समझ गया ।

रात अंधेरी पर मन दीपक,
जलता रहा बिना शिकायत,
अपनी किस्मत लिख, क्यों? इति अथ
ना रुक, हासिल हो तुझे अमरपथ।

(चित्रांकन : संजुक्ता पराशर, कक्षा – IX)

"छात्रों का सपना"

■ अभय दीक्षित, प्राथमिक शिक्षक

कलम की धार से किस्मत लिखी जाती है,
मेहनत की आग में तक़दीर पकाई जाती है।
जो नींद छोड़कर सपनों का पीछा करते हैं,
एक दिन वही दुनिया में राज करते हैं।

हर सुबह एक नया अवसर लाती है,
संघर्ष की राह मंज़िल तक जाती है।
हार मत मानो, चलो डटे रहो,
हर मुश्किल में उम्मीद जगाए रहो।

सवाल कठिन हैं तो क्या हुआ,
तुम्हारी मेहनत वही, जो है पढ़ा हुआ।
किताबें ही तुम्हारी असली साथी हैं,
ये ही तुम्हें मंज़िल तक लाती हैं।

थोड़ी थकान होगी, थोड़ा अकेलापन भी,
पर हर रात के बाद आता है सूरज भी।
विश्वास रखो, खुद की कोशिशों पर,
जीत जरूर मिलेगी, सच्चे इरादों पर।

तो चलो उठो, अब वक्त है उड़ने का,
सपनों को हकीकत में बदलने का।
पढ़ो, बढ़ो, खुद को बनाओ महान,
तुम ही तो देश का आने वाला सम्मान।

स्मृतियों का गांव

■ राम कुमार पटेल, कला शिक्षक

गाँव की गलियों में बसी है एक कहानी पुरानी,
जहाँ हर चेहरा है प्यारा, हर दिल में है मस्ती जवानी।
खेतों की हरियाली, फसलों की गूँज,
नदियों के किनारे, बसी है शांति की धुन।

चिड़ियों का गीत, सूरज की पहली किरण,
मिट्टी की खुशबू, और खेतों में मेहनत की लगन।
गाँव की शांति में बसा है जीवन का असली मज़ा,
हर मोड़ पर मिलती है सच्ची खुशियों से भरा खज़ाना।

गाँव की सुबह है सुगंधित, शामें हैं रोशन,
प्रकृति की गोद में, हर दिल को मिलता है सुकून।
गाँव का हर कोना, जैसे एक प्रेम भरी कहानी,
यहाँ की हर बात में है दिल की गहराई, और सच्ची जुबानी।

कूड़ा मत फैंको इधर-उधर

■ पैट्रीसिया सोनोवाल, कक्षा IX

कूड़ा मत फैंको इधर उधर,
जरा सोचो, क्या होगा अगर,
फैलेगी गंदगी इधर-उधर,
इसलिए कूड़ा मत फैंको इधर उधर।

जल, थल, वायु, आकाश,
सब हो रहे हैं प्रदूषित,
सब हो रहे हैं नष्ट,
विनती करके कूड़ा मत फैंको इधर उधर।

प्रकृति को बचाना है तो,
या तो बीमारियों से बचना है तो,
कूड़ा डालो कूड़े दानों में,
ना कि कूड़ा फैंको इधर-उधर।

अब हर नागरिक को जागना होगा,
जन-जन में चेतना जगाना होगा,
स्वच्छता का संकल्प दोहराओ,
कूड़ा मत फैंको इधर-उधर।

मैं मेरी रोशनी हूं

■ संस्कृति रस्तोगी, कक्षा VIII

मेरे अंदर एक दीप जले ,
अंधेरों से वो न कभी डरे।
सपनों की लेकर नई उड़ान ,
छू लूं मैं अपना आसमान ।

गलती से मैं सीख बनाऊं,
हार को भी जीत बनाऊं।
गिरकर फिर से उठ जाऊं,
नया सवेरा खुद सजाऊं ।

रोज नए कदम बढ़ाऊं
संसार को रोशनी दिखलाऊं
खुद पर कर के मैं विश्वास
करती रहूं निरंतर प्रयास।

ENGLISH SECTION

INTERVIEW

Some journeys begin with dreams, some with curiosity, and some with a simple belief that nothing is impossible. For Aishi Prisha Borah, the journey began with questions, imagination, and the courage to keep exploring. Today, as the proud recipient of the Pradhan Mantri Rashtriya Bal Puraskar, she stands as an inspiration to countless young minds. In this exclusive conversation, she opens her heart about her experiences, struggles, emotions, and the unforgettable moment of receiving the award.

SRIJAN: *Congratulations on receiving the prestigious Pradhan Mantri Rashtriya Bal Puraskar. How did you feel when you first came to know that you had been selected for this honour?*

Aishi: Thank you very much.To be completely honest, when I received this award, I cried.My father got the call while I was sleeping. My mother woke me up and asked me to listen to a voice note. I heard someone say, "Congratulations, your daughter has been selected for the prestigious Pradhan Mantri Rashtriya Bal Puraskar 2025."The moment I heard those words, I was over the moon. I just couldn't stop crying. My mother kept saying, "This is a happy moment!"The best way I can describe it is: I cried in the worst way possible for the best reason possible.Some feelings are simply too big to fit into words.

SRIJAN: *When did your journey begin, and how did you develop interest in this area?*
Aishi: If I had to pick a first step, it would be an ISRO model-making competition in Class 4. I only received a participation certificate, but I was over the moon. I remember thinking, "ISRO gave me a certificate? Me?" Somehow, my love for science and innovation grew naturally, and I'm still at the starting line with a long way to go.

SRIJAN: *Who has been your biggest source of motivation and support throughout your journey?*
Aishi: My biggest source of motivation has always been my parents. Without their support, I couldn't have done any of this.Then comes my younger self—the little Aishi who still cries over failures and still gets unbelievably excited over the words "Accepted" and "Selected."I'm also deeply grateful to my teachers and mentors. Every one of them has believed in me, guided me, and encouraged my endless questions and ideas. They've played a huge role in my journey, and I truly wouldn't be where I am today without them.There are far too many people to thank, but my gratitude for all of them is simply too big to fit into words.

SRIJAN: *What challenges or difficulties did you face while pursuing your passion?*
Aishi: I'm still pursuing my passion, so challenges are always there. I've dealt with self-doubt, anxiety before competitions, balancing studies, and people judging my ideas.Earlier, criticism used to bother me a lot. But over time, I realized that not every idea is for everyone, and that's okay. If it helps even one person, it has value.I was often the youngest participant in competitions, which sometimes felt intimidating. Even today, self-doubt still visits me, but I remind myself, "We can do it, and we will do it."Challenges haven't disappeared—they've just become a part of the journey.

What made it even more special was something my father wrote afterwards: "Till 25th December 2025, Aishi Prisha Borah was our daughter. From 26th December 2025 onwards, we became Aishi Prisha Borah's parents."That hit me harder than I ever expected, because somewhere inside, I had always dreamed of that moment.

SRIJAN: *How did you balance your studies and extracurricular activities together?*

Aishi: I'm still figuring out how to balance studies and extracurricular activities. I don't have a perfect system, so I don't want to give advice that I don't follow myself. Somehow, I just manage—and honestly, I don't even know how.I do believe time management is an important skill, but if you haven't mastered it yet, it doesn't mean you can't do well. I'm still learning too. Sometimes it's a headache, but you figure things out along the way.

SRIJAN: *Please share your experience of visiting Bharat Mandapam for the award ceremony.*

Aishi: It was one of the most beautiful experiences of my life. The rehearsals were long and repetitive, but they made the moment feel even more real. Everything—from the security arrangements to the atmosphere—felt special.Meeting the President and the Prime Minister is a feeling I still can't put into words.When my name was announced and I heard, "Miss Aishi Prisha Borah from Jorhat, Assam," I got goosebumps. The only thought in my mind was, "It happened. It really happened."Even today, that memory gives me goosebumps, and I don't think I'll ever forget it.

SRIJAN: *What was the most memorable moment of the entire event in Delhi?*

Aishi: The most memorable moment was hearing my name being called.For the first time, I wasn't somebody's daughter, somebody's student, or somebody's granddaughter. I was simply **Aishi Prisha Borah from Jorhat, Assam.** I had my own identity, and that feeling is impossible to describe.

SRIJAN: *Did you interact with other award winners from different states? What did you learn from them?*

Aishi: Yes, of course. I interacted with almost everyone.It was a very fun experience, and I learned a lot from them. I also made some really good friends.There was one girl from Kendriya Vidyalaya DRDO, Bangalore, named Dhinidhi. She is a swimmer, and honestly, her achievements were mind-blowing. She had even participated in the Olympics. We became pretty good friends, and it was amazing to meet her.Then there were some very young awardees, around six, seven, eight, or nine years old. And honestly, they were incredible.I remember one girl from Mizoram. She had such a beautiful voice.

She was a singer and content creator, and listening to her was absolutely mind-blowing.There was also a boy from Punjab who had helped our soldiers. I remember hearing about his work and thinking, *"Are you serious?"*Then there was another young girl who was a chess player. She was only around seven or eight years old, and she was already achieving things that most people would take years to accomplish.Seeing all of them was inspiring.I remember looking at some of these children and thinking that when I was their age, I was probably crying and telling my mother that I did not want to go to school.And then there they were, doing such extraordinary things.One group that left a particularly strong impression on me was the specially-abled awardees and athletes.I have immense respect for them.What inspired me most was that they never treated their disabilities as a burden. Instead, they turned them into their strength and continued moving forward.I learned a lot from them.

SRIJAN: *How has receiving the Pradhan Mantri Rashtriya Bal Puraskar changed your life?*
Aishi: In many ways.To be honest, now that you ask, I realize it's a very deep question. It changed my life in ways I still can't fully explain. Some things are difficult to put into words, and some are things I'll keep to myself. But one thing I know for sure is that those changes were important, and they were beautiful.

Interviewer: What message would you like to give to students of our Vidyalaya?
Aishi: Many people think that because they come from a place like ours, they cannot achieve certain things. Some people also feel that they are not getting enough opportunities. To be honest, I do not agree with that. First of all, our Vidyalaya is not small. And secondly, opportunities are not something that the universe serves you on a plate. You have to go looking for them.You have to ask for them.And sometimes, you have to create them yourself.I have seen many people sit back and say, "If I had gotten the opportunity, I could have done that too."Maybe. But my question is: Did you go looking for that opportunity? Because opportunities are everywhere. The real difference is whether we grab them or let them pass and later say that we never got a chance.I believe that waiting for opportunities is much less useful than searching for them. If an opportunity comes towards you, grab it. If it does not come towards you, go find it. And if you cannot find it, create it. That is probably the biggest lesson I have learnt so far.

SRIJAN: *What are your future goals and dreams?*
Aishi: It is simply to work for my nation, work towards my goals, and work for science.I want to make science more accessible, encourage more people to pursue it, and contribute towards making this country a place where doing science is not unnecessarily difficult. I also hope to work on sustainable technologies and innovations that can make a meaningful difference to people's lives.That's what I hope to do.

SRIJAN: *Thank you, Aishi, for sharing your inspiring journey, thoughtful insights, and valuable experiences with us. Your dedication, vision, and determination are truly motivating for young minds. We wish you continued success and many more achievements in the years ahead.*
Aishi: Thank you so much for this opportunity. It was truly a pleasure sharing my experiences and thoughts with the readers of *Srijan.*

Once a KVian, Always a KVian

My Journey from KV Student to KV Teacher

■ Sushmita Agrahari, PRT

Some journeys in life are not just about reaching a destination, but about coming back home. My story—from being a Kendriya Vidyalaya student to becoming a Kendriya Vidyalaya teacher—is one such journey that makes me feel truly blessed.

My KV journey began at KV Lucknow Cantt, where I first stepped into school life with dreams in my eyes and curiosity in my heart. Later, I continued my studies at KV SGPGI Lucknow, and those years became the golden chapters of my childhood. KVs are not just schools—they are families where every child gets opportunities to grow in every direction. From morning assemblies to cultural events, from sports fields to quiz competitions, every day brought a new chance to learn, to explore, and to shine.

One of my memorable memories as a KV student was participating in a Regional Level Quiz Competition. It was not just about winning or losing—it was about gaining confidence, broadening my knowledge, and realizing how much one can achieve with dedication. What made those days even more special were my teachers—their patience, their knowledge, and their belief in me. They taught me to stay curious, to ask questions, and to never stop learning.

Honestly, when I was a student, my life plans were very different. Becoming a teacher was not something I had imagined. But as time went by, whenever I thought about choosing teaching as a profession, one thought came naturally: If I ever teach, I want to be a KV teacher.

That's the kind of bond KVs create—once you are part of it, it never leaves you.

And then, the dream came true. The day I entered KV RRL Jorhat as a teacher, I felt my heart race with emotions. As the morning prayer began, I had goosebumps. It was the same prayer I had once sung as a student, but now I stood on the other side—among teachers, guiding the very students who reminded me of my younger self. In that moment, I felt life had completed its circle.

Today, when I stand in front of my students, I don't just see faces in a classroom—I see dreams, I see potential, and I see my own journey reflected in them. My aim is to give them the same confidence and inspiration that I once received from my teachers. Being a KV teacher is not just a job for me—it is a chance to give back to the very system that shaped me.

From a curious KV student to a proud KV teacher, my journey is proof that with hard work, gratitude, and belief, life can take us to places we once only dreamed of. And no matter where I go, I will always carry this truth in my heart: Once a KVian, always a KVian.

A Message to My Dear Students

Dream big, stay curious, and never be afraid of challenges. Every opportunity you get in KV is a stepping stone towards a brighter future. Believe in yourself, respect your teachers, and remember—your today's efforts will shape tomorrow's success. If I could return as a KV teacher after being a KV student, then each one of you can also turn your dreams into reality.

"Education is not just about learning facts, but about shaping lives."

Transient Ripple of Life

■ Stuti Sarma, Class XI

Being a student of 11th grade, fighting with 'Trigonometric' formulas, challenging Physics questions from 'Kinematics' and understanding different types of 'bonds' in chemistry, is often difficult to conquer. Fighting between the questions until we reach the solution is frustrating sometimes. In this changing era, where day by day competitions are increasing, job opportunities are decreasing, reaching your goal is like stepping forward and falling back again.

We dream for taking admission in IITs and AIMS but many at times it just feels like a never achievable goal, often demotivated and feeling listless. Everyday is a new challenge, managing school studies and fighting towards your dream college is difficult, amidst of all these students like us achieving with great marks and ranks.

It often feels like taking a break between your studies and at mean time others will already move ahead you. Is your brain and your body able to take so much stress? You are not able to understand concepts because you don't know anything or stress and expectations burdening over you? Finding the answers of these questions are often difficult.

'Dust of snow' a famous poem by Robert Frost which reflects that how things that have no significant in our life sometimes plays a big role. The crow sat in the branch of Hemlock tree, shaking the tree branch, and flakes of snow fell on the narrator, this simple and insignificant flicker of change lifted the narrator's fatigue, the change around him healed his bad mood and depressed day. The simple activity happening around him

'Paper has more patience than people 'as Anne Frank wrote in her diary 'Kitty', jotting down your thoughts sometimes feels healing. Just amidst of a stressful day, looking outside the window and finding the blue vast sky and the birds flying, often feels like a painting in canvas, but it kind of feels calm between you and your restless thoughts.

Watching the squirrels jumping, birds chirping and the butterflies talking with the blooming flowers is yet the same nature but different thoughts every time you see. Just fighting between your present and future sometimes you may remember the old sweet memories where you were playing with your friends, enjoying tiffin's, playing pranks on each other and lot more. The wounds that you are hiding from the whole world needs to get healed. Being in a stage of soon-to-be-adult, your day feels reckless, listless, unmanageable, dealing with family pressure and expectations, judging between right and wrong, taking responsibilities are difficult, if one feels difficult, let it be!

Taking break from your listless thoughts will help anyways. Taking break will never make you fall behind but instead know yourself better. Still trying to conquer the world is not your weakness but your silent step towards the war. Life may throw a lot at you often making you feel you are walking in a dark road where you are unable to find the light, but remember someday you will find that light shining brightly, just like a rainbow after a rainy day. Your life maybe not be an example to others but it will be an example to yourself where you can finally reach your destiny, and smile at your older self. Conquering day and night, and finally you can 'bloom' to your new destiny where more challenges are always waiting for you.

"Dreams are made to be followed; Life is meant to be lived"

(Quote taken from 'The Alchemist' By Pablo Coelho)

CLIMATE **CHANGE**

(Collected information)

■ Arhaan Reza Ahmed, Class V

Climate change is a major global challenge today, and the world is becoming more vulnerable to this change. Climate change refers to the changes in Earth's climate condition. It describes the changes in the atmosphere which have taken place over a period ranging from decades to millions of years. A recent report from the United Nations predicted that the average global temperature could increase by 6° Celsius at the end of the century.

What Causes Climate Change?

The Earth's climate has always changed and evolved. Some of these changes have been due to natural causes such as volcanic eruptions, floods, forest fires etc., but quite a few of them are due to human activities. Human activities such as deforestation, burning fossil fuels, farming livestock etc., generate an enormous amount of greenhouse gases. This results in the greenhouse effect and global warming which are the major causes of climate change.

Effects of Climate Change

If the current situation of climate change continues in a similar manner, then it will impact all forms of life on the earth. The earth's temperature will rise, the monsoon patterns will change, sea levels will rise, and storms, volcanic eruptions and natural disasters will occur frequently. The biological and ecological balance of the earth will get disturbed. The environment will get polluted and humans will not be able to get fresh air to breathe and fresh water to drink. Life on earth will come to an end.

The Government of India has taken many measures to improve the dire situation of Climate Change. The Ministry of Environment and Forests is the nodal agency for climate change issues in India. It has initiated several climate-friendly measures, particularly in the area of renewable energy. India took several steps and policy initiatives to create awareness about climate change and help capacity building for adaptation measures. It has initiated a "Green India" programme under which various trees are planted to make the forest land greener and more fertile.

We need to follow the path of sustainable development to effectively address the concerns of climate change. We need to minimize the use of fossil fuels, which is the major cause of global warming. We must adopt alternative sources of energy, such as hydropower, solar and wind energy to make a progressive transition to clean energy. Mahatma Gandhi said that "Earth provides enough to satisfy every man's need, but not any man's greed".

Social Media and Teenagers

■ Musabbira Sabeeha, Class XII

In today's digital age, social media has become an inseparable part of teenage life. It connects young people across the world, offering a space to express themselves, share creativity, and stay informed. In platforms like Instagram, Snapchat, and TikTok have given teenagers a voice and a sense of belonging. However, this virtual world also comes with challenges. Excessive use can lead to distractions, comparison, and sometimes even anxiety or low self-esteem. It makes the young youths believe that their life revolves around the screen, not being aware of their potential they have. It's important for teenagers to find a healthy balance—using social media to learn, inspire, and connect while remembering that real life happens beyond the screen.

Teenagers use social media to share their thoughts, showcase talents, and stay updated with trends and news from around the world.However, this virtual world also has its downsides. The constant pressure to look perfect, gain likes, or fit into online standards can lead to stress and self-doubt. Spending too much time online can affect studies, sleep, and even real-life relationships.

Social media also have its division among people. People with millions of followers and people with few followers. It has become a platform where people judge each other depending on the likes ,views, and followers. It has made many young youth doubt themselves, their body figure, looks, personalities, and the person they are.

Every youth tries to be someone while forgetting who they are. Inside the screen, everyone is someone else. The "wanna be" mentality is inside every kid. Making themselves insecure of who they are.

The pressure to fit in a circle of people where they can not be their real self ,the pressure to be liked by everyone , the pressure to be show only your best side. But why be pressured to do things you don't like? Why fake it? Why mimic others? Why not be who you are? Why not show your interest? Why to fit in , where you can not fit in? Why don't you surround yourself with people who don't feel like home?

> *Be who you are , and do what you love! A comment, like , view, and follower can not describe who you are. Belong to a circle where your opinion matters, where you are respected, and where you don't have to be a "wanne be." Dont let a platform doubt your potential and the person who you are.*

Everyone isn't perfect, but trying to be the best version without constant pressure to fit in leads to perfection. Young youth should also be aware of the cyber world they are living in. The world of screen. Once,my classmate and I took part in an awareness campaign in our school about the cyber world and its consequences. We went from class to class, talking to students about how the internet and social media while useful, can also be risky if not

Used carefully. We explained how people can easily fall into traps like cyberbullying, online scams, fake identities, and data theft. Many students were surprised to learn how even small actions—like sharing personal photos or passwords—can lead to serious problems.

To make our session more interesting, we shared real-life examples that highlighted both the positive and negative sides of the digital world. We also gave simple tips on staying safe online, such as using strong passwords, avoiding talking to strangers, and never sharing private information publicly.

The most impressive part was the response from the younger kids. We were genuinely surprised to see how aware and informed they already were about the dangers of the internet. They listened eagerly, answered questions confidently, and even shared their own experiences. It was heartwarming to see that even the little ones understood the importance of online safety. By the end of the day, we felt proud that our small effort had helped strengthen awareness and responsibility among our schoolmates.

It's important for every teenager to understand that the world doesn't revolve around a screen. Likes, followers, and views don't define who we are. What truly matters are the relationships we build, the goals we achieve, and the joy we find in real-life moments. Spending time outdoors, talking face to face, reading, or pursuing hobbies can bring a kind of happiness no device can replace.

Teenagers should be aware of the real truths of life. After the age of 18, basically, every teenager gets to know about the real world. They realised the screen is just an illusion of their delusional world they made. The views, likes, and comments are of no use. They see the real sacrifices they have to make to build their life. The fights they have to face and a lot more.

Young youths should be aware that life isn't a game that can be restarted again. Once you start it , you have to end it. Life is a book where the pages can not be turned back. So , imagine how carefully you have to read the pages so as not to miss anything. Every morning is a new gift , a new day, a new chance to be better than yesterday.

So, why miss it? Why let your world revolve around the screen? Why let people comment describe who you are? Why doubt yourself by your views on your social media?

Know the difference between enjoying your youth and destroying your future.

It takes courage to grow and become who you are.

"You are never too young to change the future,"

BLUE MOTHER

■ Anika Maurya, Class VIII

It was 5 o'clock in the morning, birds were singing, the sun was glaring and I was awake to do my morning exercise. I got ready and made my favourite ginger tea, but soon as I was going to take a sip, something caught my attention, it was an appealing blue bird that was resting upon a branch of a tree, I thought of having a close look, there were two nestlings in that bird's nest and she was shielding them, I watched how she fed her children and cared about them and from my opinion it was a really tough job as the mother of two baby bird. Then I left my house for a walk but I had still thoughts in my mind about the blue bird, I persistently questioned myself why was I so bothered about that bird so I sat down on a bench to take a break. After coming to my house, I went straight to the window beside the nest and opened the window, "Ahh... so the nest is safe, I was over worried." I said to myself, but the blue bird got freaked out of my big face and started to attack on me, of course it was my fault that I made her panic. Next day when I woke up, I got up from my bed and said good morning to my brand-new neighbours, the blue bird, I gathered some grains and gave it to the blue bird, to gain her trust but she often rejected my offers, I even tried to catch her but she was eminently stubborn. But one day she got stuck in my window, she was trying and trying to escape but ended up crying for help so I gently hold her with my right hand and pulled her out of the window, she was injured so I took care of her and her children for one month, and as she got healthy, I freed her. But as time passed, she started to become friendly with me, she stood on my hands, flew around me and let her chicks play with me. Except on one day, a storm stroked from the heavens and the cloud started to rain heavily, so I didn't went for my morning walk, as the rain stopped I opened my window only to see a nest lying on the earth, I hurried and saw one chick crying while the other was still, I picked up the two chick and searched for her mother but my body got traumatized after I saw some blue feathers around the tree branch, my eyes got filled with tears, I got on my knees and picked up the blue feathers, I took the chicks with me to my house. After that, I took a great care of the chick and wondered if I had a second chance.

POETRY

The Magic of Morning

- *By Rajdeep Boruah, Class VII*

When the sun wakes up so bright,
Birds begin their joyful flight.
Dewdrops sparkle on each leaf,
Morning brings a sweet relief.

The sky turns gold, the clouds drift slow,
Soft winds through the meadows blow.
The flowers open, fresh and wide,
Butterflies dance side by side.

Children laugh and run to play,
Farmers start their busy day.
The trees all whisper, green and high,
Welcoming the glowing sky.

Rivers sparkle, cool and clear,
Nature sings for all to hear.
The world feels new in every way,
As night's dark dreams fade away.

So, smile and start without delay,
A fresh new chance, a shining day.
Each sunrise brings a gift so true —
A Day of hope, just made for you.

The Calm After My Storm

- *By Kangkana Das, Class XII*

They left when my sky turned grey,
Yet I still held the storm in my way.
Smiling bright with a breaking core,
A silent ocean behind every shore.

Some wounds don't scream, they hide,
Like shadows sitting quietly inside.
You don't fall in a single night,
You lose yourself in slow, soft fight.

But I picked the pieces they left behind,
Stitched my heart with my own mind.
Now I don't beg for a place to feel—
I stay only where the silence heals.

We Are Stardust in Hoodies

By Akankshya Saikia Class - XI

We Are Stardust in Hoodies

We're just stardust in the form of humans, fragments of the universe
learning how to live. It created us from itself, and here we are,
students worrying about futures and chasing dreams.
Somewhere, billions of years ago, stars exploded and now we're
scrolling through reels, laughing at random memes that barely make
sense. We're made of the same elements that light up galaxies, yet we keep
worrying about grades, looks, and what comes next.
Nothing about us is ordinary, you know? Every breath is chemistry,
every thought is electricity; every heartbeat is physics in motion. We
forget how insanely beautiful it is just to exist, that our eyes can catch
the prettiest sunrise and sunset, that our hearts can feel songs,
and our minds can dream.
Even when life feels small or heavy, the cosmos still lives inside us,
waiting to be noticed. We scroll through galaxies made of pixels,
forgetting we're made of something far greater. We wear hoodies to
hide our tired faces, but our souls still glow beneath them.
The universe didn't create us to stay small; it made us to expand. Every failure is just
a supernova before a new light forms. And maybe that's
the most beautiful thing: even in our most human mess, the universe
keeps finding ways to shine through us.
Because even when life feels heavy remember, stars only shine in
darkness.

Zubeen Da

Where Have You Gone

■ *By Prajwalita Bordoloi, Class VIII*

Zubeen da, Assam Misses You.
Zubeen da, where have you gone?
Without your voices, our smiles are gone.
You sang for love, you sang for pain,
Now Assam waits to hear again.
The river is quite, the hills don't sing,
Even birds miss your music's ring.
You were our hope, our brightest light.
Please come back, even as a song,
Assam feels empty all day long,
You live in hearts, so deep, so true -
Zubeen da, we all miss you.
You were the only diamond for us and will be the last diamond forever.

Zubeen da, we miss you, we love you.

Summer - The Bloom

By Devangana Borthakur, Class XII

The sun pours gold on every tree,
Warmth spills wild and endlessly.
Days feel full, alive, and bright,
Hearts shine boldly in the light.

Laughter dances, loud and free,
Moments rush like waves on sea
Time feels endless, yet so fast,
Holding joy that cannot last.

Even in warmth, things fall apart,
Shadows stay within the heart.
Summer shines, so free, so strong,
Full of stories yet untold.

We burn, we shine, we rise, we fall
Summer teaches, life is all.
Moments flying, hearts that race,
Yet every sunbean leaves its pace...

My Mother — As I Know Her

By Srutismritee Bhuyan, Class XI

The woman in her green suit...
Long black hair, flowers on it.
The photograph shows the pretty lady,
It was my mother before me.

The woman in her home suit,
Tied-up hair — prioritizing children,
Taking care, forgetting she exists...
It is my mother I know today.

The suit is still in the case,
Flowers are still blooming in the garden.
The beauty has not changed yet —
It is a change of phase.
O' my mother — let's recreate!

When the Sky Spoke Honestly

■ *By Aishi Prisha Borah, IX*

The sky speaks soft in silver lace,
Its truth condensed in quiet grace.
In clouds it hides what dares not show,
Till gravity begins to glow.

It falls as whispers, kissed with art,
A sugared truth the earth takes heart.
She lets it soak, she lets it stay
As long as calm can find its way.

But storms are born from weight too deep,
From secrets that the sky can't keep.
When hush won't hold the swelling sea,
It breaks in drops that beg to be.

No melody, no softened light,
Just raw confessions poured in fright.
The earth pulls back, too scared to feel,
What isn't dressed in sweet appeal.

She shuts her arms, she shuts her skin,
And won't let any truth seep in.
So all that honesty, once sown,
Becomes a flood she can't disown.

And so the sky, with nothing left,
Still rains in rhymes of loss and theft.
While earth stands still, with drenched regret,
For truths she chose to not forget.

(This poem is the essence of a letter from the sky to the earth, a being never meant to touch the earth because it was created to exist above it. This poem describes what floods are, not through science, but through poetry.)

What Remains?

■ *By Dorothea Vale*

The moon slips softly through my room at night,
Scattering silver on the floor so white,
It lingers only long enough for sight,
Then leaves the darkness to reclaim its right.

The seasons write their stories in the sky,
Then tear the pages out and let them fly,
No explanation offered for the why,
Just drifting paragraphs that slowly die.

The ocean creeps where fragile castles stand. Then folds them into grains of nameless sand,
No trace remains of what was once so grand,
As though it never answered our demand.

The river gathers secrets on its way,
Then carries every whispered word away,
It does not pause, it does not wish to stay,
It leaves the banks to wonder and decay.

The autumn leaves release their fading gold,
Abandoning the branches they once hold,
The wind collects their memories, pale and cold,
And scatters them where none are ever told.

I watch the stars dissolve before the dawn,
One moment bright, the next forever gone,
The sky continues calmly moving on,
As though their countless fires were never drawn.

And people seem to follow nature's art,
Arriving like a sudden beating heart,
Then vanishing with equal silent art,
Leaving unanswered echoes in the heart.

I do not fear the endings that I see,
Nor every branch stripped naked from its tree,
I fear that things which were, no longer be,
And yet once lived as surely as can be.

If moonlight leaves, if rivers reach the sea,
If every leaf abandons every tree,
If all things fade from what they used to be,
Then tell me, what remains of you and me?

PAGES OF OUR NINE YEARS

▪ *By Ankita Roy, Class IX*

From Crayons small to pens we hold,
Nine years of stories, bright and bold.
We laughed, we fought, we made our way,
Through every single schooltime day.

From lunchbox trades to whispered chats,
To teasing friends and teacher spats,
We grew, we changed, yet stayed the same,
In every joy, in every game.

Our classroom echoed with endless fun,
Free periods felt like rays of sun.
We shared our secrets, hopes and dreams,
And planned big futures in little teams.
Each moment shines, both far and near-
Our bond grows stronger every year.

Though time moves fast and paths may part,
These memories live within our heart.
For every giggle, tear, and cheer-
Will stay with us year after year.

Whispers of Tomorrow

▪ *By Swastika Saikia, Class IX*

Beneath the hush of silver skies,
The world renews, the old dream dies.
Each dawn unwraps a tender flame,
A hope reborn, yet still the same.

The city hums, the rivers gleam,
Life moves within its waking dream.
Through fleeting hours, we chase the day,
And find our hearts along the way.

For every end, a start anew,
The earth still turns, the stars still view.
And in the quiet, soft and true,
Tomorrow whispers — just for you.

Who I am

■ *By Krishnaa Narah, Class IX*

Sometimes I smile, but it's not real,
A mask I wear so none can feel.
Inside my mind, the storm won't rest,
I try my best, I give my best.

The world feel loud, I feel so small,
Like no one sees me here at all.
But in my heart, a light still stays,
Hoping to find some brighter days.

I'm more than grades or what I show,
There more inside you'll never know.
So if you ask me who I am–
I'm just a soul who tries again.

The Song of the Rain

■ *By Nilabh Kakoty, class VII*

Softly falling from the sky,
Raindrops sparkle, laugh, and sigh.
Tapping roofs in gentle play,
Chasing all the heat away.
Plants awaken, rivers gleam,
Children dance — a joyful dream!
Clouds may darken, winds may call,
But rain brings life and love to all

Orchid Dance

■ *By Arth Kumar Maurya, Class XII*

Emerald plains, a world of green,
Stretched by lakes, a glistening scene.
Rain falls soft, a gentle touch,
On blades of grass, with morning mist.

Night ignites the city's glow
Orange lamps, a gentle flow.
Fireflies dance, like stars ignite
As melodies fill the fading light.

A gentle flute, on the soft night air,
Whispers secrets, to create rare.
Birds awaken, with joyful songs,
Nature's chorus, the whole night long.

Snowy peaks, pierce the azure sky,
Where eagles soar, and glaciers lie.

Orchid flowers bloom, in vibrant hues,
Painting meadows with morning dews.

Cherry blossoms, blush so bright,
A canopy, of pink delight.

Oarsmen steady, on vast, calm seas,
Seeking treasures, in gentle breeze.
Angels sing, in rivers deep,
Secrets carried as humans sleep.

Night ignites the city's glow
Orange lamps, a gentle flow.
Fireflies dance, like stars ignite
As melodies fill the fading light.

Rain touched world, a verdant dream,
Where angels dance, on a flowing stream.

The Philosophy of Nothingness

■ *By Tamishra Tanaya Gogoi, Class IX*

1. Nothing has a fixed meaning — things become good or bad only because we see them that way.

2. Everything changes, so no situation stays good or bad forever.

3. Opposites depend on each other — we know what "good" means only because "bad" exists.

4. Our mind creates labels — happiness, sadness, success, and failure are mental ideas, not universal truths.

5. In reality, everything is neutral — nature doesn't judge; only humans do.

6. Peace comes from acceptance — when we stop calling things good or bad, we feel calmer and wiser.

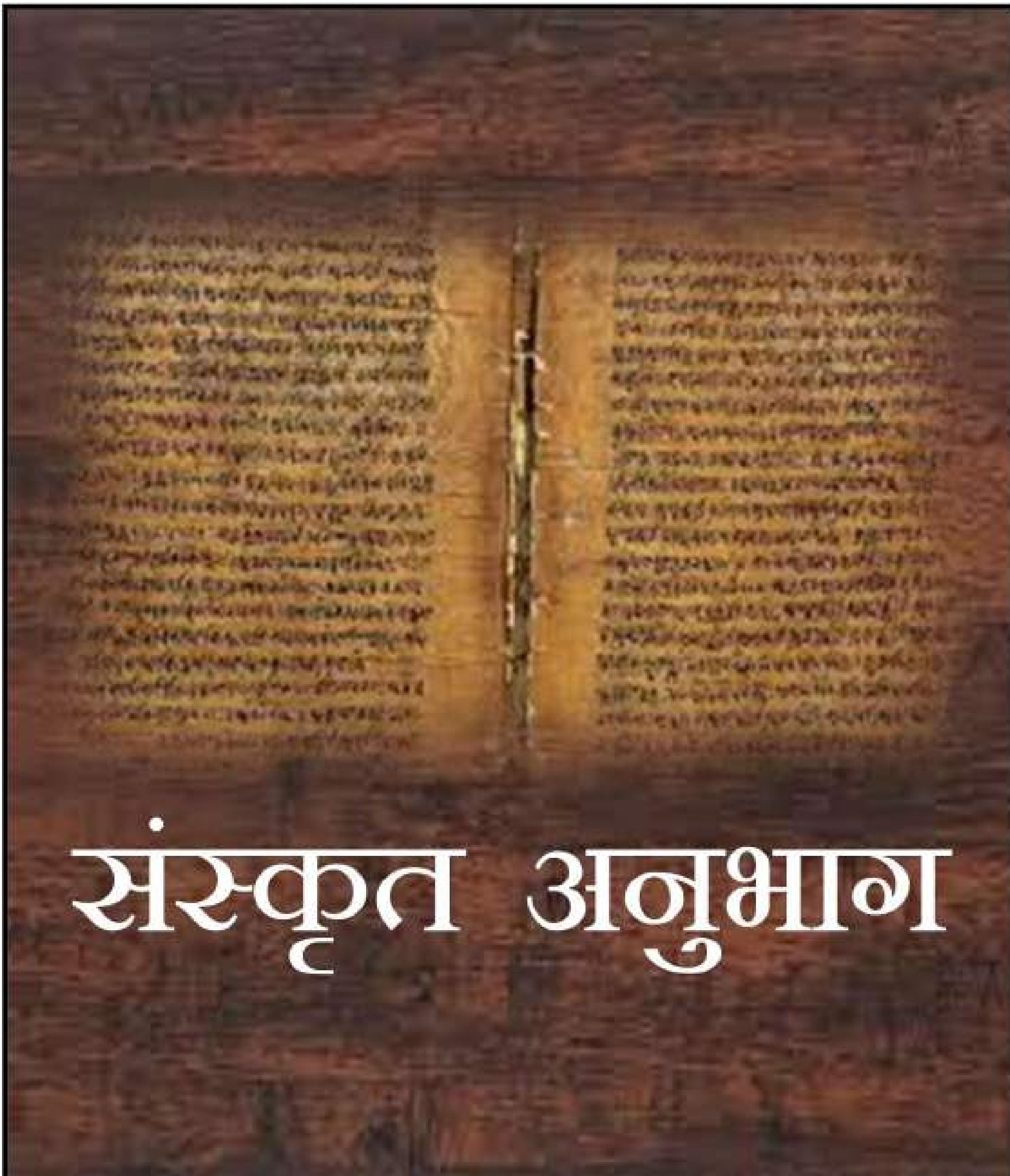
7. Nothingness doesn't mean emptiness or sadness — it means freedom from overthinking and judgment.

8. This moment is enough — when we stop comparing, we see beauty in the present.

9. Everyone sees differently — what's bad for one person may be good for another.

10. True understanding is balance — realizing that life is a mix of everything, and all parts have value.

Nothing is good or bad it's our eyes to make it so


संस्कृत अनुभाग

आलसी रोबोट् (यन्त्रमानवः) तथा चतुरा मार्जारी

■ राजदीपः बरुआ , कक्षा : सप्तमी

एकदा रोहनः स्वगृहस्य भाण्डारगृहे क्रीडति स्म। सः सहसा एकं पुरातनं धूलिपूर्णं च **यन्त्रमानवं (रोबोट्)** दृष्टवान्। रोहनस्य नेत्रे प्रज्वलिते। सः चिन्तितवान् यत् यदि एषः यन्त्रमानवः कार्यं करोति, तर्हि पुनः कदापि तेन गृहकार्यं न करणीयं भविष्यति।

रोहनः यन्त्रमानवस्य बटनं (पिंजः)निपीडितवान्। सहसा तस्य नेत्रे प्रकाशिते, सः च अवदत्— "नमस्ते स्वामिन्! अहं भवतः कृते किं कर्तुं शक्नोमि?" इति श्रुत्वा रोहनः आनन्दितः अभवत्। सः तत्क्षणमेव आदिष्टवान्— "प्रथमं मम गणितस्य गृहकार्यं कुरु।" यन्त्रमानवः कतिपयेषु निमेषेषु एव तत् समापितवान्। ततः रोहनः तं स्वस्य विद्यालयस्य स्यूतं (bag) सज्जीकर्तुं पृष्टवान्, यन्त्रमानवः तदपि अकरोत्।

इदानीं रोहनः अधिकम् आलस्यं प्राप्तवान्। सः यन्त्रमानवं जलम् आनेतुं, ततः व्यजनं (fan) चालयितुं, किञ्चित्कालानन्तरं 'चिप्स्' खादितुं च याचितवान्। यन्त्रमानवः मौनेन सर्वं कुर्वन् आसीत्। तदैव गृहबिडाली (मार्जारी) लुब्धा भूत्वा रोहनस्य 'चिप्स्' खादितुम् आरब्धवती। रोहनः उच्चैः अवदत्— "अरे! मम खाद्यानि!"

यन्त्रमानवः तत्क्षणमेव मार्जार्याः पृष्ठतः अधावत्। परन्तु मार्जारी अतीव द्रुतगतिः आसीत्। सा सोफायाः (आसंदः) उपरि, ततः उत्पीठिकायाः (table) उपरि, ततः कपाटिकायाः (cupboard) उपरि च उत्प्लुत्य अधावत्। यन्त्रमानवः तस्याः अनुसरणं कुर्वन् सहसा स्खलित्वा उच्चैः ध्वनिना अपतत्।

यन्त्रमानवः उत्थाय अवदत्— "स्वामिन्, अहं बहु श्रान्तः अस्मि।" रोहनः आश्चर्यचकितः सन् अपृच्छत्— "किम्? यन्त्रमानवाः अपि श्रान्ताः भवन्ति वा?" यन्त्रमानवः स्मितं कृत्वा अवदत्— "आम्, यदि स्वामी अतीव आलस्यं करोति, तर्हि यन्त्रमानवाः अपि श्रान्ताः भवन्ति!"

एतच्छ्रुत्वा रोहनः अहसत्। सः स्वकीयां त्रुटिं ज्ञात्वा स्वकार्यं स्वयमेव कर्तुं निश्चितवान्। यन्त्रमानवः अपि विनोदं कृतवान्— "तत् साधु स्वामिन्, अन्यथा आगामि-समये अहं अवकाशं ग्रहीष्यामि!" इति श्रुत्वा तौ उभौ उच्चैः अहसताम्।

अनुत्पादक-अभिरुचेःबौद्धिकं महत्त्वम्

■ कस्तूरी बरुआ , कक्षा : अष्टमी

आधुनिके शैक्षणिक-वातावरणे छात्राः प्रायः प्रत्येकं पाठ्येतर-कार्यं रणनीतिकम् उद्देश्यपूर्णं च कर्तुं मानसिक-भारम् अनुभवन्ति। क्रीडाप्रतियोगितासु सहभागिता वा अङ्कार्थं वाद्ययन्त्र-शिक्षणं वा, सर्वत्र ध्यानं केवलं 'मापनीय-उपलब्धिषु' एव भवति। परन्तु मनोवैज्ञानिक-प्रमाणानि सूचयन्ति यत् "अनुत्पादक-अभिरुचयः"—याः केवलं वैयक्तिक-आनन्दाय क्रियन्ते—ताः छात्रस्य **संज्ञानात्मक-विकासाय (Cognitive Development)** अतीव महत्त्वपूर्णाः सन्ति।

यदा कश्चन व्यक्तिः तादृशे कार्ये संलग्नः भवति यत्र न तु असफलतायाः भयं वर्तते न च श्रेष्ठतायाः अपेक्षा, तदा सः तां स्थितिं प्राप्नोति यां वैज्ञानिकाः **"प्रवाह-स्थितिः" (Flow State)** इति वदन्ति। एषा स्थितिः मस्तिष्कं विद्यालयस्य कठोर-नियमितेभ्यः कार्येभ्यः विश्रामं दातुं साहाय्यं करोति। छात्रस्य कृते जटिलानां प्रतिकृतीनां निर्माणम्, अङ्कीय-चित्राङ्कनम् (Digital Art), अथवा पक्षी-निरीक्षणं वा आवश्यकं मानसिकं सन्तोषं प्रददाति। मूल्याङ्कन-मानसिकतायाः दूरे स्थित्वा मस्तिष्कं स्वकीयां सर्जनात्मक-शक्तिं पुनः प्राप्तुं शक्नोति।

तदतिरिक्तं, यस्याम् अभिरुचौ जनः प्रारम्भे "अकुशलः" भवति, तस्याः अनुसरणेन **"विकास-मानसिकता"** (Growth Mindset) सुदृढा भवति। विना कस्यापि समयसीमा-दबावेन कठिन-कलासु (यथा सूचीशिल्पम् अथवा कूटलेखनम्) सङ्घर्षं कृत्वा छात्रः सहनशीलतां शिक्षते। वस्तुतः कस्यापि अभिरुचेः मूल्यं तस्याः अन्तिम-परिणामे न, अपितु मानसिक-स्पष्टतायां समस्या-समाधान-कौशले च निहितं भवति। अतः एतासाम् "अनुत्पादक-अभिरुचीनां" स्वीकारेण छात्राः अधिक-एकाग्रतया सन्तुलित-दृष्टिकोणेन च पुनः स्वपाठ्यक्रमे संलग्नाः भवितुं शक्नुवन्ति।

पर्यावरण-संरक्षणम्

■ सायन कलिता, कक्षा नवमी

पर्यावरणम् अस्माकं जीवनस्य मूलाधारः अस्ति। वयं सर्वे पर्यावरणे एव जीवनं यापयामः। पर्यावरणं नाम केवलं वायुः जलं वा न, अपितु वृक्षाः, नद्यः, पर्वताः, वनानि, आकाशः, पशवः, पक्षिणः च सर्वेऽपि तस्य अंशाः सन्ति। एते सर्वे मिलित्वा अस्माकं जीवनं सुखकरं स्वस्थं च कुर्वन्ति।

प्राचीनकाले मानवाः प्रकृतेः समीपे जीवनं यापयन्ति स्म। ते वृक्षान् पूजयन्ति स्म, नदीनां संरक्षणं कुर्वन्ति स्म, पशुपक्षिणः प्रति दयां दर्शयन्ति स्म। तेन कारणेन तेषां जीवनं सन्तुलितं तथा सुखमयम् आसीत्।

किन्तु अद्यतनकाले मानवः स्वार्थपरः जातः। सः अधिकं लाभं प्राप्तुं प्रकृतेः अतिदोहनं करोति। वृक्षच्छेदनं वर्धते, नद्यः मलिनाः भवन्ति, वायुः अपि प्रदूषितः भवति। उद्योगानां धूमः, वाहनानां ध्वनिः, प्लास्टिकस्य उपयोगः च पर्यावरणस्य हानिं कुर्वन्ति।

पर्यावरणस्य असन्तुलनात् अनेकाः समस्याः उत्पद्यन्ते। वर्षा अनियमिता भवति, तापमानं वर्धते, हिमशैलाः द्रवन्ति, जीवजालस्य नाशः अपि जायते। एते सर्वे परिवर्तनाः अस्माकं जीवनं सङ्कटे स्थापयन्ति।

अतः अस्माभिः पर्यावरणस्य संरक्षणम् अत्यावश्यकम्। वयं अधिकान् वृक्षान् रोपयेम तेषां पालनं च कुर्याम। जलस्य संरक्षणं कुर्याम, अनावश्यकं जलव्ययं न कुर्याम। प्लास्टिकस्य उपयोगं न्यूनं कुर्याम, स्वच्छतां पालयेम। नदीः, सरांसि, वनानि च रक्षेम। विद्यालयेषु अपि छात्राः पर्यावरणस्य महत्त्वं ज्ञातुं शिक्षां प्राप्नुयुः। यदि बालकाः आरम्भात् एव जागरुकाः भविष्यन्ति, तर्हि भविष्ये पृथिवी सुरक्षिता भविष्यति।

अन्ते वयं वदामः— **"यदा वयं पर्यावरणं रक्षामः, तदा पर्यावरणम् अपि अस्मान् रक्षति।"** अतः सर्वे मिलित्वा प्रयत्नं कुर्मः, पर्यावरणं रक्षामः, सुखमयं भविष्यं च निर्मिमहे ।

कृत्रिमबुद्धिमत्ता (Artificial Intelligence)

■ देबांजनः बोरा, कक्षाः अष्टमी

कृत्रिमबुद्धिमत्ता (संक्षेपेण ए.आई.) सङ्गणकविज्ञानस्य एका शाखा अस्ति। अस्याः उद्देश्यं तादृशानां यन्त्राणां निर्माणम् अस्ति, यानि मानवीयायाः बुद्धेः कार्याणि कर्तुं समर्थानि भवेयुः। एतेषु कार्येषु अधिगमः (learning), तर्कः, समस्या-समाधानम्, भाषाबोधनं तथा रूपप्रतिचिन्तनम् इत्यादीनि मुख्यानि सन्ति। ए.आई. प्रणाल्यः विशालपरिमाणस्य दत्तांशान् विश्लेष्य तेषाम् आधारेण निर्णयान् कर्तुं शक्नुवन्ति।

कृत्रिमबुद्धिमत्ता अद्यत्वे अस्माकं दैनन्दिनजीवने बहुषु क्षेत्रेषु उपयुज्यते। उदाहरणार्थम्— स्वर-सहायकाः (voice assistants), चलचित्र-परामर्श-प्रणाल्यः तथा मार्गदर्शन-अनुप्रयोगाः (navigation apps) उत्तमाः सेवाः प्रदातुम् ए.आई.-तन्त्रस्य उपयोगं कुर्वन्ति। चिकित्साक्षेत्रे ए.आई. चिकित्साचित्राणि तथा रोगिणां दत्तांशान् विश्लेष्य रोगान् शीघ्रं ज्ञातुं वैद्यानां साहाय्यं करोति। शिक्षाक्षेत्रेऽपि ए.आई. उपकरणानि विद्यार्थिनः अधिकफलदायकरूपेण अध्ययनं कर्तुं साहाय्यं कुर्वन्ति।

कृत्रिमबुद्धिमत्तायाः प्रमुखः लाभः अस्ति यत् सा पुनरावृत्ति-कार्याणि शीघ्रं तथा शुद्धतया कर्तुं शक्नोति। सा जटिलदत्तांशान् अपि मनुष्येभ्यः शीघ्रतरं विश्लेषयितुं शक्नोति, येन वैज्ञानिकाः महत्त्वपूर्णान् आविष्कारान् कर्तुं समर्थाः भवन्ति। तथापि अस्याः केचन दोषाः अपि सन्ति। यन्त्राणि मानवकर्मणां प्रतिस्थापनं कुर्वन्ति, अतः केषाञ्चन कार्यस्थानानां हानिः भवितुं शक्नोति। गोपनीयतायाः (privacy) भङ्गः तथा प्रौद्योगिक्याः दुरुपयोगः इत्यनयोः विषयेऽपि चिन्ताः वर्तन्ते।

एतासु चुनौतीषु (विवादेषु) सत्यपि कृत्रिमबुद्धिमत्ता शीघ्रं विकसिता भवति तथा भविष्यनिर्माणे महत्त्वपूर्णां भूमिकां निर्वहति। यदि उत्तरदायित्वेन एतस्याः उपयोगः क्रियेत, तर्हि सा कार्यक्षमतां वर्धयितुं, जटिलसमस्यानां समाधानं कर्तुं तथा अधिकम् उन्नतं बुद्धिमन्तं च जगत् निर्मातुं साहाय्यं करिष्यति।

ऑपरेशन सिन्दूरः–आतङ्कवादस्य विरुद्धं भारतस्य दृढं प्रत्युत्तरम्

■ मानश्री बोनिया, कक्षा - अष्टमी

"यदा निर्दोषजनाः आतङ्कवादेन हन्यन्ते, तदा राष्ट्रं साहसेन दृढतया च उत्थातुं सज्जं भवति।"

7 मे 2025 तिथौ प्रातःकाले भारतदेशेन एकं महत्त्वपूर्णं सैन्य-अभियानं प्रारब्धम्, यस्य नाम "ऑपरेशन सिन्दूर" इति आसीत्। एतत् अभियानं 22 एप्रिल् 2025 तिथौ जम्मू-कश्मीर-प्रदेशे स्थिते पहलगाम-स्थाने घटितस्य भीषणस्य आतङ्कवादी-आक्रमणस्य प्रत्युत्तररूपेण कृतम्। अस्मिन् आक्रमणे 26 निर्दोष-नागरिकाः (येषु बहवः पर्यटकाः अपि आसन्) स्वप्राणान् अत्यजन्। एषा घटना सम्पूर्णं राष्ट्रं शोकाकुलं कृतवती तथा च जनानां मनसि क्रोधं दुःखं च जनितवती।

अनुसन्धानस्य अनुसारम् एतत् आक्रमणं 'The Resistance Front' (TRF) नाम्ना सङ्घटनेन कृतमिति मन्यते, यत् 'लश्कर-ए-तैबा' (LeT) नामकस्य आतङ्कवादी-सङ्घटनस्य सह सम्बद्धम् अस्ति। तदनन्तरं नवदेहली-नगरे उच्चस्तरीयाः सुरक्षा-सभाः आयोजिताः। प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी वरिष्ठाः रक्षाधिकारिणश्च परिस्थितिं समीक्ष्य आतङ्कवादिनां विरुद्धं आवश्यकं सैन्यकार्यं कर्तुं सेनायै अनुमतिम् अयच्छन्।

"सिन्दूर" इति नाम गहनं भावार्थं वहति। सिन्दूरं विवाहितानां हिन्दू-स्त्रीणां मस्तके धार्यते तथा वैवाहिक-जीवनस्य प्रतीकं भवति। अतः 'ऑपरेशन सिन्दूर' इति नाम तासां स्त्रीणां स्मरणार्थं स्थापितं, याः आतङ्कवादी-आक्रमणे स्वपतिं नष्टवतीः। एतत् नाम राष्ट्रस्य सहानुभूतिं सम्मानं च दर्शयति।

7 मे 2025 तिथौ प्रातः 1:05 वादने, भारतीयसेना, वायुसेना, नौसेना च संयुक्तरूपेण पाकिस्तानदेशे तथा पाकाधिकृत-काश्मीर (PoK) प्रदेशे स्थितेषु आतङ्कवादी-शिबिरेषु आक्रमणं कृतवन्तः। एतत् अभियानं केवलं २5 निमेष-पर्यन्तम् अवर्तत, किन्तु तावता बहूनि आतङ्कवादी-केन्द्राणि नष्टानि।

भारतीयसेनया नव आतङ्कवादी-शिबिराणि लक्ष्यीकृतानि, यानि 'जैश-ए-मोहम्मद' (JeM) तथा 'लश्कर-ए-तैबा' इत्यादिभिः सङ्घटनैः सम्बद्धानि आसन्। एतेषु शिबिरेषु आतङ्कवादिनः प्रशिक्षणं प्राप्नुवन्ति स्म तथा भारतदेशस्य विरुद्धम् आक्रमणानां योजनाः कुर्वन्ति स्म।

एतत् अभियानं भारतस्य दृढसङ्कल्पं दर्शयति यत् राष्ट्रं स्वनागरिकान् रक्षितुं सदैव सज्जा अस्ति। 'ऑपरेशन सिन्दूर' केवलं सैन्यकार्यं न आसीत्, अपितु न्यायस्य, एकतायाः, राष्ट्रप्रतिज्ञायाः च प्रतीकम् अभवत्।

अन्ते एतेन स्पष्टः सन्देशः दत्तः—यदा शान्तिः भङ्गिता भवति तथा निर्दोषाः जनाः पीड्यन्ते, तदा राष्ट्रं साहसेन उत्थाय स्वजनान् रक्षितुं समर्थं भवति।

सत्यस्य महत्त्वम्

- देबाङ्गना सैकिया, कक्षा – अष्टमी

सत्यं जीवनस्य आधारः अस्ति। सत्यं विना मनुष्यस्य जीवनम् अपूर्णं भवति। समाजे विश्वासः, शान्तिः, सौहार्दं च सत्येनैव सम्भवति। अतः सत्यं मानवजीवनस्य महत्त्वपूर्णः गुणः अस्ति। प्राचीनकालादारभ्य महापुरुषाः सत्यस्य पालनं कृतवन्तः। ते अस्मानपि सत्यस्य मार्गे चलितुं प्रेरयन्ति।

भारतीयसंस्कृतौ सत्यस्य अत्यन्तं महत्त्वं वर्तते। अस्माकं राष्ट्रवाक्यं "सत्यमेव जयते" इति प्रसिद्धमस्ति। अस्यार्थः अस्ति—सत्यस्यैव विजयः भवति, नानृतस्य (असत्यस्य) कदापि। असत्यं किञ्चित्कालं सुखं ददाति, किन्तु अन्ते दुःखं जनयति। अतः मनुष्येण सर्वदा सत्यं वक्तव्यम्।

महात्मा गान्धी अपि सत्यस्य महान् उपासकः आसीत्। सः सदा सत्यं वदति स्म अहिंसायाश्च मार्गे चलति स्म। तस्य जीवनम् अस्मान् शिक्षयति यत् सत्यस्य मार्गः कठिनः भवेत्, परन्तु अन्ते विजयस्तस्यैव भवति।

सत्यवादी मनुष्यः सर्वेषां प्रियः भवति। जनाः तस्मिन् विश्वसन्ति तथा च तस्य सम्मानं कुर्वन्ति। सत्यं मित्रतां दृढां करोति परिवारस्य मध्ये प्रेम च वर्धयति। यदि जनाः असत्यं वदन्ति, तर्हि विवादाः क्लेशाश्च उत्पद्यन्ते। अतः समाजस्य उन्नत्यर्थं सत्यम् अत्यावश्यकम् अस्ति।

विद्यालयेऽपि सत्यस्य शिक्षणम् अतीव आवश्यकम् अस्ति। बालकाः यदि बाल्यकालादेव सत्यं वदितुं शिक्षन्ते, तर्हि ते भविष्ये उत्तमाः नागरिकाः भवन्ति। शिक्षकाः मातापितरौ च बालकान् सत्यस्य मार्गे चलितुं प्रेरयन्ति। एतत् समाजस्य कल्याणाय अतीव महत्त्वपूर्णम् अस्ति। सत्यं मनुष्यस्य चरित्रं निर्माति। सत्यवादी मनुष्यः साहसी भवति, सः कदापि भीतः न भवति। यः असत्यं वदति, सः सदा भयेन जीवति। अतः सत्यं मनुष्यं न केवलं सम्मानं ददाति, अपि तु तस्य जीवनं सुखमयं करोति।यदि अस्माकं समाजे सर्वे जनाः सत्यं वदन्ति, तर्हि समाजे शान्तिः, विश्वासः, एकता च वर्धन्ते। राष्ट्रस्य उन्नतिरपि सत्येनैव सम्भवति। असत्यं समाजस्य पतनस्य कारणं भवति, किन्तु सत्यं प्रगतेः मार्गं दर्शयति।

अतः अस्माभिः सर्वदा सत्यस्य पालनं करणीयम्। वयं सर्वासु परिस्थितिषु सत्यं वक्तुं प्रयत्नं कुर्याम। सत्यं मनुष्यस्य महान् गुणः अस्ति तथा च जीवनस्य दीप इव मार्गं दर्शयति। अतः सर्वैः जनैः स्मर्तव्यम्—सत्यमेव जयते।

परिश्रमस्य महत्त्वम्

■ नीरजः कुमारः दत्तः,
कक्षा:सप्तमी

मानवजीवने परिश्रमस्य स्थानं सर्वोपरि वर्तते, यतः परिश्रम एव सफलतायाः एकमात्रं साधनम् अस्ति। अस्मिन् संसारे न किञ्चिदपि विना श्रमेण प्राप्तुं शक्यते। **"उद्यमेन हि सिध्यन्ति कार्याणि न मनोरथैः"** इति उक्तिः सत्यमेव, यतः केवलं स्वप्नैः इच्छया वा लक्ष्याणि न सिध्यन्ति। यथा सुप्तस्य सिंहस्य मुखे मृगाः स्वयं न प्रविशन्ति, तदर्थं सिंहोऽपि प्रयत्नं करोति, तथैव मनुष्येणापि स्वकीयां प्रगतिं प्राप्तुं निरन्तरं श्रमः करणीयः। आलस्यं तु मनुष्याणां शरीरस्थो महान् रिपुः (शत्रुः) अस्ति, यः तान् अवनतिं प्रति नयति। **आलस्यं हि मनुष्याणां शरीरस्थो महान् रिपुः। नास्त्युद्यमसमो बन्धुः कृत्वा यं नावसीदति॥** अतः यः जनः परिश्रमी भवति, स एव समाजे गौरवं, धनं, सुखं च लभते। भाग्यमपि तस्यैव साहाय्यं करोति यः पुरुषार्थी भवति, तस्मादस्माभिः आलस्यं त्यक्त्वा सदा कर्मशीलैः भवितव्यम्।

पर्यावरणम्

■ जुबराजः बरुवा,
कक्षा : सप्तमी

पर्यावरणम् अस्माकं जीवनस्य अत्यन्तं महत्त्वपूर्णम् अस्ति। पर्यावरणे वायुः, जलम्, भूमिः, वृक्षाः, वनानि, पशवः, पक्षिणः च अन्तर्भवन्ति। एते सर्वे पृथिव्यां जीवनस्य आधाराः सन्ति। पर्यावरणम् अस्मभ्यं जीवनाय आवश्यकं शुद्धं वायुं, जलं, भोजनं च ददाति।

अद्यतनकाले पर्यावरणस्य प्रदूषणम् एका महती समस्या अस्ति। उद्योगाः, वाहनानि, धूमः, प्लास्टिकस्य उपयोगः च पर्यावरणं दूषयन्ति। अस्मात् कारणात् वायुप्रदूषणं, जलप्रदूषणं, भूमिप्रदूषणं च वर्धन्ते।

वयं पर्यावरणस्य संरक्षणाय प्रयत्नं कुर्याम। अस्माभिः वृक्षारोपणं करणीयम्। जलस्य संरक्षणं करणीयम्। प्लास्टिकस्य उपयोगः न्यूनः करणीयः। स्वच्छतायाः पालनमपि अस्माकं कर्तव्यम् अस्ति।

यदि वयं पर्यावरणं रक्षिष्यामः, तर्हि पृथिवी सुन्दरी भविष्यति तथा च सर्वे प्राणिनः सुखेन जीवनं यापयिष्यन्ति। अतः सर्वे मिलित्वा पर्यावरणस्य संरक्षणं कुर्मः।

मम प्रियः भारतदेशः

■ रिषानः, कक्षा:षष्ठी

भारतदेशः विशालः सुन्दरश्च अस्ति। अस्माकं देशे बहवः पर्वताः, नद्यः, वनानि च सन्ति। **हिमालयः उच्चतमः पर्वतः वर्तते।** गङ्गा यमुना च पवित्रे नद्यौ स्तः। भारतस्य संस्कृतिः प्राचीना समृद्धा च अस्ति। अत्र विविधाः भाषाः, वेशभूषाः, भोजनानि च दृश्यन्ते।

भारतीयाः उत्सवान् **अत्यन्तेन** आनन्देन उत्साहेन च **मानयन्ति**। दीपावली, होली, दशहरा च प्रमुखाः उत्सवाः सन्ति। **वयं सर्वे मिलित्वा देशस्य प्रगतये कार्यं कुर्याम**। पर्यावरणस्य संरक्षणमपि अत्यन्तं महत्त्वपूर्णम् अस्ति। वयं वृक्षारोपणं कुर्मः, जलं रक्षामः, भूमिं च शुद्धां धारयामः। एवम् अस्माकं भारतदेशः सदा सुन्दरः स्वस्थश्च भविष्यति। वयं नित्यं **स्वच्छतायाः** पालनं कुर्मः प्रकृतिं च स्नेहेन रक्षामः। इति मम मतम्।

অসমীয়া
শিতান

গণিতশিক্ষা আৰু ইয়াৰ ব্যৱহাৰিক প্ৰয়োগ

■ শ্ৰী লিজা বৰুৱা, গণিত স্নাতক শিক্ষয়িত্ৰী

গণিত শিক্ষা হৈছে শিক্ষা ব্যৱস্থাৰ এক গুৰুত্বপূৰ্ণ অংশ। ই কেৱল সংখ্যা আৰু সমীকৰণৰ অধ্যয়নেই নহয়, বৰঞ্চ যুক্তি, বিশ্লেষণ আৰু সমস্যাৰ সমাধান কৰাৰ দক্ষতা বিকাশ কৰাত সহায় কৰে। শিক্ষাৰ আৰম্ভণিৰ পৰা উচ্চ স্তৰলৈকে গণিত শিক্ষাই ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলৰ মননশীলতা আৰু চিন্তাধাৰাক উন্নত কৰে।

গণিতক বহুসংখ্যক ছাত্ৰ-ছাত্ৰীয়ে এক জটিল বিষয় বুলি ভবা দেখা যায়। সংখ্যাৰ সজ্জা, প্ৰায়োগিক সূত্ৰ, বিভিন্ন ধৰণৰ সমীকৰণ গঠনে ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ মনত আতংকৰ সৃষ্টি কৰে। যদিহে গণিতৰ ধাৰণাবোৰ সঠিকভাৱে বুজি পোৱা যায়, তেন্তে ই এটা সহজ আৰু কৌতূহলৰ বিষয় হৈ পৰে। দৰাচলতে গণিতৰ প্ৰকৃতি গঠন, ত্ৰিকোণমিতিৰ দৰে সূত্ৰসমূহে বহুক্ষেত্ৰত ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ মনত বিভ্ৰান্তিৰ সৃষ্টি কৰে। গণিত বিষয়টো আন বিষয়সমূহতকৈ পৃথক এই কাৰণেই যে আন বিষয়সমূহ যত শব্দ আৰু বাক্যৰ গাঁথনিৰ দ্বাৰা বুজাব পাৰি, গণিতত সেই একে পদ্ধতি নাথাকে। সংখ্যা আৰু চিহ্ন, এইবোৰ হৈছে গণিতৰ অলংকাৰ। এই অলংকাৰসমূহ গভীৰভাৱে বিশ্লেষণ কৰিব নোৱাৰিলে গণিতৰ বিশাল সৌন্দৰ্য উপলব্ধি কৰাটো সম্ভৱপৰ নহয়। গণিতৰ প্ৰাথমিক ধাৰণাসমূহ দুৰ্বল হোৱাটোও এই বিষয়টোৰ প্ৰতি সৃষ্টি হোৱা ভয়ৰ এটা মুখ্য কাৰণ। প্ৰাথমিক পৰ্যায়ত যোগ-বিয়োগ, পূৰণ-হৰণৰ ধাৰণাসমূহ আয়ত্ত কৰিব নোৱাৰিলে উচ্চস্তৰত গণিত বিষয়টো অধিক কঠিন হৈ পৰে। এটা ধাৰণা নুবুজাকৈয়ে পৰৱৰ্তী এটা নতুন ধাৰণা শিকিবলৈ গলে ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলৰ বুজাত অসুবিধা সৃষ্টি হয় আৰু পাছৰ পৰ্যায়ত বিষয়টোক অধিক কঠিন যেন অনুভৱ কৰে। মুখস্থ কৰা নীতিৰে গণিত শিকিলে বিষয়টো গভীৰভাৱে উপলব্ধি কৰাৰ পৰা ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকল বঞ্চিত হয়। আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনৰ বিভিন্ন কাৰ্যকলাপৰ লগত এই গণিত জড়িত কৰি শিকিলে বিষয়টো অধিক আকৰ্ষণীয় আৰু বুজিবলৈ সহজ হয়। প্ৰকৃততে আমাৰ জীৱনত বহু ক্ষেত্ৰতে গণিতৰ নীতি-নিয়ম সংযোজিত হৈ থাকে। উদাহৰণস্বৰূপে আমি বজাৰ কৰিবলৈ যাওঁতে বহু পৰিমাণৰ বস্তুৰ দাম গণনা কৰা, বস্তুৰ ৰেহাই মূল্য গণনা কৰাৰ দৰে কামবোৰে আমাক গণিতৰ প্ৰায়োগিক দিশটো শিকায়। ধৰাহওক এটা চোলাৰ বজাৰ মূল্য 400 টকা আৰু 10% ৰেহাই দিয়া হল, তেন্তে ৰেহাই মূল্য (400) টকাৰ -10%) 40 টকা আৰু দিব লগা টকাৰ পৰিমাণ (400-40-) 360 টকা। ক্ৰিকেট খেল এখনৰ ৰাণৰ পৰিমাণ গণনা কৰা, লুডু খেলত ডাইচৰ সংখ্যা গণনা কৰা আদিয়ে গণিতৰ অনুশীলনত সহায় কৰে।

ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলে গণিতক দৈনন্দিন জীৱনৰ লগত সংযুক্ত কৰি শিকিলে বিষয়টো অধিক সহজ হৈ পৰিব। প্ৰতিদিনে আমাৰ চাৰিওফালে থকা এই উদাহৰণবোৰ ভালদৰে লক্ষ্য কৰিলে আৰু কৌশলগতভাৱে সমাধানৰ সূত্ৰ নিৰ্ণয় কৰিলে ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলৰ মনত গণিতৰ প্ৰতি থকা ভয় ভাব আঁতৰি যাব আৰু বিষয়টোক অধিক গভীৰভাৱে কৰিব পাৰিব।আয়ত্ত গণিত কেৱল মাত্ৰ সংখ্যা আৰু সূত্ৰৰ সমষ্টিৰে এটা বিষয় নহয়। ই হৈছে এক চিন্তা প্ৰক্ৰিয়া, যিয়ে আমাক শৃংখলাবদ্ধ আৰু যুক্তিসংগতভাৱে বিশ্লেষণাত্মক চিন্তাধাৰাৰে আগবঢ়াত সহায় কৰে। যিদৰে কোনো এটা গাণিতিক সমস্যাক প্ৰয়োজনীয় সূত্ৰ ব্যৱহাৰেৰে ভিন্ন ৰূপত সমাধান নিৰ্ণয় কৰিব পাৰি, ঠিক একেদৰে আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনৰ যিকোনো এটা সমস্যাক বৌদ্ধিক চিন্তা-ধাৰণাৰে সমাধান কৰি সঠিক সিদ্ধান্তত উপনীত হোৱাত ই সহায় কৰে। গণিতৰ প্ৰতিটো সমস্যাৰেই যুক্তিসহকাৰে প্ৰমাণ কৰিব লগা হয়। এই অভ্যাসে আমাক যিকোনো এটা পৰিস্থিতিক শুদ্ধ তথা আৰু বিশ্লেষণাত্মক দাবীৰে সত্য বুলি প্ৰমাণ কৰাত সহায় কৰে। ইয়াৰ দ্বাৰা এজন ছাত্ৰ বা ছাত্ৰীৰ নিজৰ সৃষ্টিশীলতাৰো বিকাশ ঘটে, কাৰণ একোটা গাণিতিক সমস্যাৰ কেইবাটাও সমাধানৰ দিশ থাকিব পাৰে।

কোনো এটা বিষয়বস্তুৰ ওপৰত চলা গৱেষণা আৰু গণিতৰ মাজৰ সম্পৰ্ক অধিক মুক্ত আৰু অবিচ্ছেদ্য। একো একোটা গৱেষণা কামৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় তথ্য বিশ্লেষণত গণিতেই হল প্ৰধান সম্বল। পৰিসংখ্যা আৰু সম্ভাৱিতা ব্যৱহাৰেৰে গৱেষকসকলক একোটা শুদ্ধ ফলাফলত উপনীত হোৱাত সহায় কৰে। গাণিতিক মডেলিং ব্যৱহাৰেৰে আমাৰ পাৰিপাৰ্শ্বিকৰ কোনো এটা জটিল প্ৰক্ৰিয়াৰ আচৰণ বিধি বুজিব পাৰি। গাণিতিক প্ৰক্ৰিয়াৰ সহায়েৰেই এখন দেশৰ জনসংখ্যা আৰু পৰৱৰ্তী দহ বছৰৰ পাছত হ'ব পৰা জনসংখ্যাৰ পৰিমাণ পূৰ্বানুমান কৰিব পাৰি। কৃত্ৰিম বুদ্ধিমত্তা, কম্পিউটাৰ প্ৰগ্ৰেমিঙৰ দৰে বিষয়সমূহে আমাক বহুদূৰ আগুৱাই লৈ যাবলৈ সক্ষম হৈছে। কম্পিউটাৰে সকলো তথ্য বাইনাৰি আহিঁত (0 আৰু 1) ৰাখে। সেয়ে সংখ্যাৰ প্ৰাথমিক ধাৰণাৰ অবিহনে কম্পিউটাৰৰ মৌলিক কাৰ্যপ্ৰণালীসমূহ বুজাত কঠিন হ'ব।

গতিকে গণিত কেৱল এটা বিষয়েই নহয়,ই আমাক সু-সংগঠিত বাট দেখুওৱাত সহায় কৰাৰ লগতে ইয়াৰ ব্যৱহাৰিক দিশটোও মন কৰিবলগীয়া। গতিকে ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলে এই বিষয়টোক ভয় নকৰি বিষয়টোক ভালদৰে আয়ত্ত কৰিলে নিজৰ চিন্তা শক্তিৰ এক অভুতপূৰ্ব বিকাশত সম্ভৱ হ'ব।

"আইনষ্টাইন আৰু তেখেতৰ গাড়ীচালক"

■ অভিজ্ঞান ভৰদ্বাজ ,সপ্তম শ্ৰেণী

আইনষ্টাইনৰ যিজন গাড়ীচালক আছিল, তেওঁ এদিন আইনষ্টাইনক কৈছিল - "আপোনাৰ প্ৰতিখন সভাত যে আপুনি ভাষণ দিয়ে, মই সেই আপোনাৰ সকলোবোৰ ভাষণ শুনি শুনি মোৰ মুখস্থ হৈ গৈছে ।" আইনষ্টাইনে গাড়ীচালকৰ কথা শুনি আচৰিত । আইনষ্টাইনে গাড়ী চালকক কলে - "ঠিক আছে, তেন্তে ইয়াৰ পিছত মোৰ যিখন সভা আছে, তাৰ মানুহখিনি মোক চিনি নাপায়, গতিকে তুমি মোৰ হৈ সভাত ভাষণ দিবা আৰু মই গাড়ীচালক হৈ তোমাৰ ঠাইত বহি থাকিম।"

ঠিক সেইদৰে পিছৰ সেই সভাখনত গাড়ীচালকজনে আইনষ্টাইনৰ হৈ আইনষ্টাইনৰ দৰে সলসলিয়াকৈ সভাত ভাষণ প্ৰদান কৰিলে আৰু সভাত অংশ গ্ৰহণ কৰা সকলো বিদ্যাৰ্থীয়ে তুমুল হাত চাপৰি বজাই সম্বোধন কৰিলে । তাৰ পিছত সেই সকল বিদ্যাৰ্থীয়ে গাড়ীচালকক আইনষ্টাইন বুলি ভাবি আগবঢ়াই দিবলৈ গাড়ীৰ ওচৰত আহিলে । ঠিক সেই সময়ত এজন অধ্যাপকে গাড়ীচালকক প্ৰশ্ন কৰিলে- "ছাৰ, আপুনি এই আপেক্ষিকৰ যিটো সংজ্ঞা দিলে, ঠিক মই ধৰিব পৰা নাই, আৰু এবাৰ সংক্ষেপত বুজাই দিবনে ?" তেতিয়া প্ৰকৃত আইনষ্টাইনে ভাবিলে যে এইবাৰ গাড়ীচালক শ'লঠেকত পৰিব, কাৰণ গাড়ীচালক কেনেকৈ উত্তৰ দিব ? কিন্তু গাড়ীচালকৰ উত্তৰ শুনি আইনষ্টাইন নিজেই আচৰিত হৈ গ'ল । গাড়ীচালক জনে উত্তৰত ক'লে - "অধ্যাপকক, আপুনি এই সহজ কথাটোৱে আপোনাৰ মগজুত নোসোমাল নে ? মোৰ গাড়ীচালকক সোধক, ভালকৈ বুজাই দিব ।

বিঃদ্ৰঃ জ্ঞানী মানুহৰ লগত থাকিলে আপুনিও এদিন এজন জ্ঞানী মানুহ হ'ব পাৰে । আপুনি যেনেকুৱা মানুহৰ লগত সদায় সংগ দিব ,আপুনিও তেনেকুৱাই হ'ব ।

সেই কাৰণে বাংলা ভাষাত এষাৰ কথা আছে যে- "সৎ সঙ্গে স্বৰ্গ বাস, অসৎ সঙ্গে সৰ্বনাশ ।"

কোনো এটা জাতিৰ বৈশিষ্টসূচক শিল্প-সাহিত্য, বিশ্বাস, সমাজনীতি, ধৰ্মীয় ৰীতি-নীতি, কৃষি, কৰ্ম, শিক্ষা, চৰ্চা, কলা, ৰুচি আদিৰ সমাৱেশক একেলগে সেই জাতিৰ কৃষ্টি বা সংস্কৃতি বুলিব পাৰি।

সভ্যতাৰ পথটো কৃষ্টিয়েই গঢ়িছে। কৃষ্টি শব্দটো 'কৃষ' ধাতু 'ক্তি' প্ৰত্যয়ৰ সংযোগত সৃষ্টি হৈছে। ইয়াৰ অৰ্থ হৈছে ভূমিৰ লগত কৰ্ষণ। কিন্তু ই কেৱল ভূমিৰ লগত কৰ্ষণতেই আবদ্ধ নহয়, বস্তুজগতৰ লগত কৰি থকা কাৰ্যসমূহকো সামৰি লয়। কৃষ্টিৰ সংস্কাৰেই হৈছে সংস্কৃতি।ড. নবীন চন্দ্ৰ শৰ্মাৰ মতে "একেটা ক্ৰিয়াৰ বাৰম্বাৰ আচৰণ বা আবৃত্তিক কৰ্ষণ বা কৃষ্টি আখ্যা দিব পাৰি; আৰু এই কৃষ্টিক সংস্কাৰ কৰি লোৱাটোৰ নামেই সংস্কৃতি"

জাতীয় কৃষ্টি সংস্কৃতি

■ অভিলাষা সৰ্বানি, দশম শ্ৰেণী

সংস্কৃতি হল একোখন সমাজৰ প্ৰতিজন সদস্যৰ আচৰণ, যোগ্যতা, জ্ঞান, বিশ্বাস, শিল্পকলা, নীতি, আদৰ্শ, আইন, প্ৰথা ইত্যাদিৰ এক যৌগিক সমন্বয়।সংস্কৃতিয়ে সমাজৰ সভ্যতাকে নিৰ্ধাৰণ কৰে। সংস্কৃতি পৰিবৰ্তনশীল। লোকসংস্কৃতি সাধাৰণ মানুহৰ মুখে মুখে, অথবা তেওঁলোকৰ চিন্তা বা কৰ্মৰ জৰিয়তে গঢ়ি উঠে। সংস্কৃতিৰ লগত সততে জড়িত হৈ থাকে এখন সমাজ আৰু সেই সমাজখনৰ অংগীভূত সদস্যৰূপে মানুহে আহৰণ কৰা জ্ঞান, বিশ্বাস, কলা, ৰীতি-নীতি, আচাৰ-ব্যৱহাৰ, উৎসৱ-অনুষ্ঠান, আইন-কানুন, নৈতিকতা, অভ্যাস আৰু অন্যান্য সামাজিক উপাদানসমূহ৷ মানুহৰ জীৱন-ধাৰণৰ পৰিৱৰ্তনৰ লগে লগে সংস্কৃতিৰ ধাৰণাৰো পৰিৱৰ্তন হৈ আহিছে৷ মানুহে আদিম অৱস্থাৰ পৰা সভ্য অৱস্থালৈ আহোতে সময়ৰ লগত খাপ খুৱাই জীৱন-যাপনৰ বাবে নিত্য নতুন আহিলা-পাতিৰ আশ্ৰয় ল'ব লগা হ'ল৷ ইয়াৰ বাবে মানুহে এক নতুন কৃত্ৰিম সাংস্কৃতিক পৰিৱেশৰো সৃষ্টি কৰি ল'ব লগা হ'ল৷ এটা সময়ত সেই সকলোবোৰেই মানৱ জীৱনৰ নিত্য ব্যৱহৃত সামগ্ৰীত পৰিণত হৈ পৰিল৷ গতিকে এই ফালৰ পৰা ক'ব পাৰি ..যি বিলাকত প্ৰকৃতিৰ প্ৰেৰণা থাকিলেও কেৱল প্ৰাকৃতিক নিয়মত হোৱা নাই, কিন্তু মানুহে নিজৰ শৰীৰ আৰু মনৰ বিকাশৰ বাবে, সমাজৰ কল্যাণৰ অৰ্থে সৃষ্টি কৰি লৈছে আৰু মানি লৈ তাক বিকাশ সাধন কৰিছে সেয়ে হ'ল সংস্কৃতি।

বিশ্বনাৰায়ন শাস্ত্ৰীৰ মতে,

"কৃষ্টি হ'ল এটা জাতিয়ে কৰা সকলো কামৰে সমষ্টি আৰু সংস্কৃতি হ'ল সেই জাতিৰ চিন্তা, কল্পনা আৰু কামৰ শ্ৰেষ্ঠ অংশখিনি৷ ইয়াৰ প্ৰভাৱ জাতিৰ মনত থাকি যায়৷ সেই প্ৰভাৱে জাতিৰ জাতীয় আদৰ্শ গঢ় দিয়ে, কামত অনুপ্ৰেৰণা দিয়ে৷"

মই প্ৰকৃতিয়ে কৈছো

■ জাহ্নৱী বণিয়া, একাদশ শ্ৰেণী

হৃদয় তৃপ্ত
মই প্ৰকৃতিয়ে কৈছো,
মোক ধ্বংস নকৰিবা।
মই প্ৰকৃতিয়ে কৈছো,
মোক প্ৰদূষণ নকৰিবা।
তোমালোকক মই দিছো
থাকিবলৈ গৃহ,
খাবলৈ অন্ন,
আৰু পিন্ধিবলৈ বস্ত্ৰ।
এই যে দূবৰি বনত পৰি থকা
নিয়ৰৰ সৰু সৰু কণা,
তোমালোকৰ হৃদয় তৃপ্ত কৰে।
এই যে সেউজীয়া বনানি,
মোৰ বুকুত ফুলি থকা জীৱন —
তোমালোকৰ প্ৰিয় বুলি মই জানো।
তোমালোক মোৰ বন্ধু,
মোৰ সন্তান।
তোমালোকৰ বাবে মই জীৱন,
মই সপোন, মই আশা।
মই প্ৰকৃতিয়ে কৈছো,
মোক ধ্বংস নকৰিবা —
মোক সুৰক্ষা কৰা,
তোমাৰ ভৱিষ্যৎ সুৰক্ষিত হ'ব।

পোহৰ বিচাৰি যাও...

■ সংগ্ৰহ-- মনশ্ৰী বণিয়া, অষ্টম শ্ৰেণী

১/তিনিটা আখৰৰ বস্তুটোক সকলোৱে পঢ়ে, প্ৰথমটো এৰি দিলে গৰম অনুভৱ কৰে।
উত্তৰ:- কিতাপ

১/চফা হ'লে ক'লা, লেতেৰা হ'লে বগা। এইটোনো কি চেপেটা বস্তু ল'ৰাইতক সুধা।
উত্তৰ:- চিলেট

৩/অলপ পানীত বগলীটো চৰে, পানীকন শুকালে বগলীটো মৰে।
উত্তৰ:- কলম

৪/গৰুৰ দৰে ঘাঁহ খায়, পক্ষীৰ দৰে উৰি যায়।
উত্তৰ:- ফৰিং

৫/গছত সেউজীয়া হয়, বজাৰলৈ নিলে ক'লা হয়, খালে ৰঙা হয় কি?
উত্তৰ:- চাহপাত

৬/বৃক্ষ নহওঁ মই বৃক্ষৰ সন্তান, মানুহৰ সেৱা কৰোঁ নাই অভিমান।
উত্তৰ:- কাঠ

৭/গছৰ ওপৰত গুটি, গুটিৰ ওপৰত গছ, এইটো কি নিলাজৰ সঁচ।
উত্তৰ:- আনাৰস

৮/তিনিকোণীয়া মাজত খাল, ঘাৰত ধৰি মাৰিবলৈ ভাল।
উত্তৰ:- জাকৈ

৯/ঘন ঘন গাঁঠিৰে ডিঙিত পিন্ধি মণি, ওপৰলৈ চাই আছে কোনে চুলি মেলি?
উত্তৰ:- তামোল গছ

১০/কলগছ যেন ঠেং তাৰ বিচনীৰ দৰে কাণ,
কোৱাচোন কোনে পাৰা তাৰ কি নাম?
উত্তৰ:- হাতী

पुस्तकालय- एक झलक

विद्यालय पुस्तकालय, ई-ग्रंथालय सॉफ्टवेयर प्लेटफॉर्म पर 2940 पुस्तकों के साथ सुचारु रूप से कार्य कर रहा है। पुस्तकों का परिसंचारण सॉफ्टवेयर के माध्यम से किया जाता है। इस पुस्तकालय में 03 समाचार पत्र और 16 पत्रिकाओं की सदस्यता उपलब्ध है। पुस्तकालय समिति का गठन किया गया है और स्कूल पुस्तकालय एवं प्रक्रियाओं की मार्गदर्शिका के अनुसार बैठकें आयोजित की गई हैं। वार्षिक पुस्तकालय गतिविधि योजना (ALAP) के तहत पुरानी पुस्तकों का आदान-प्रदान (पुस्तकोपहार), पाठक शैक्षिक अवलोकन, जोर से पढ़ना और राष्ट्रीय पुस्तकालय सप्ताह जैसी कई गतिविधियाँ आयोजित की गई हैं। विश्व पुस्तक एवं कॉपीराइट दिवस २०२५, राष्ट्रीय पुस्तकालयाध्यक्ष दिवस एवं हिंदी पखवाड़ा के अंतर्गत कई प्रतियोगिताएँ आयोजित की गईं, जिनमें विभिन्न कक्षाओं के छात्रों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इन प्रतियोगिताओं में पुस्तक समीक्षा लेखन प्रतियोगिता, कवर प्रारूप प्रतियोगिता, बुकमार्क प्रारूप प्रतियोगिता और लिटररी क्विज़ शामिल हैं।

हाल ही में पुस्तकालय में दस सुप्रसिद्ध कवियों एवं लेखकों की तस्वीरें पुस्तकालय की दीवारों पर लगाई गई और करियर मार्गदर्शन बोर्ड गलियारे की दीवार पर लगाया गया है। इस सत्र में हमारे पुस्तकालय संग्रह में 76 नई पुस्तकें जोड़ी गईं । विद्यालय भवन के नवीनीकरण के अंतर्गत पुस्तकालय का भी पुनरुद्धार किया गया है, जिसके कारण पुस्तकालय अब अपने नये अवतार में दिव्य और भव्य दिखता है । पुस्तकालय में बच्चों को ई-लर्निंग, प्रोजेक्टर और टेलीविज़न के माध्यम से कराई जाती है। पुस्तकालय में कराए गए मुख्य क्रियाकलापों और गतिविधियों को स्थानीय समाचार पत्रों में प्रकाशित किया गया ।

CANVAS OF COLOUR

Himonaa Priya Borah, Class I

Dibyonshu, Class I

Ruhin Akhtar , Class I

Debasmita Phukan, Class I

Aayansh Bharali, Class I

Liza Hazarika, Class I

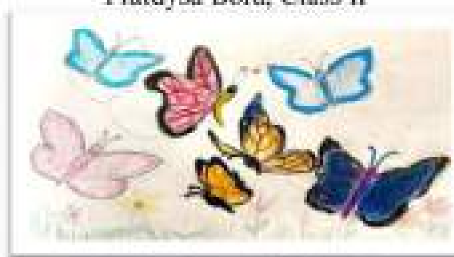
Anupriya Borah, Class II

Ananya Baruah, Class II

Pratuysa Bora, Class II

Chakshika Kalita, Class II

Abhishri Basumatari, Class II

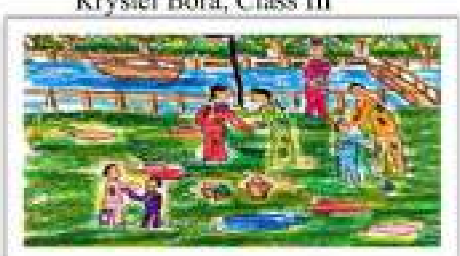


Bedasri Baruah, Class II

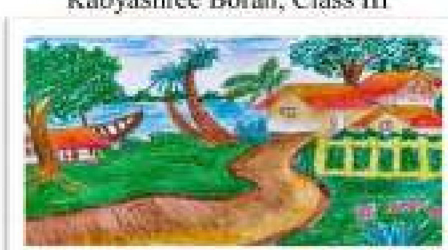
Krystel Bora, Class III

Kabyashree Borah, Class III

Chandrangshu Phukan, Class III



Upamonyu Barik, Class IV



Avashree Boruah, Class IV

Ami Das, Class IV

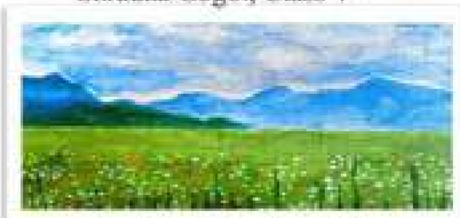
CANVAS OF COLOUR

Priyanki Payeng, Class V

Shradha Gogoi, Class V

Aadrika Buragohain, Class V

Rajdeep Baruah, Class VII



Ansh Chanda, Class VII

Debanjan Borah, Class VIII

Rajdeep Baruah, Class VII

Rishita Hazarika, Class, IX

Pratiksha Das, Class VIII

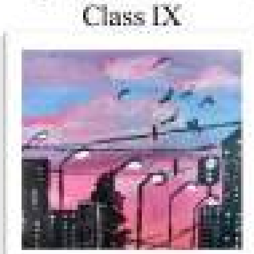
Priyadarshini Baruah, Class IX

Rudrani Hazarika, Class VIII

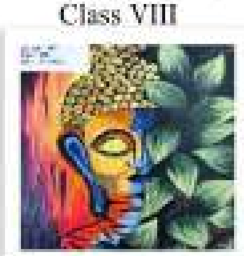
Tuhina Kashyap, Class VIII

Prapti Sarmah, Class VIII

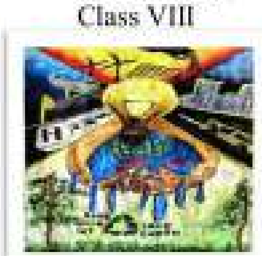
Ravish Kumar Singh Class V



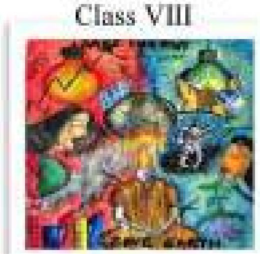
Nivriti Priyam Dutta, Class X



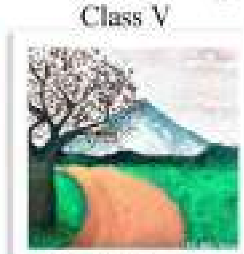
Prasurjya Pran Kashyap, Class VII



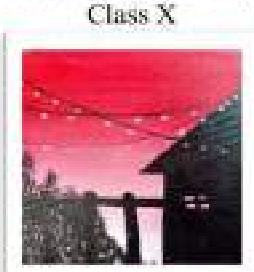
Sanjukta Parashar, Class IX



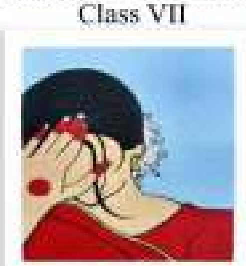
Tonmoyee Boruah, Class IX



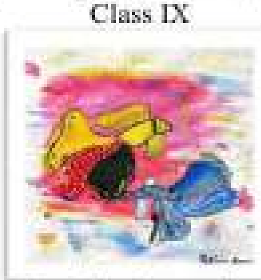
Anika Maurya Class VIII



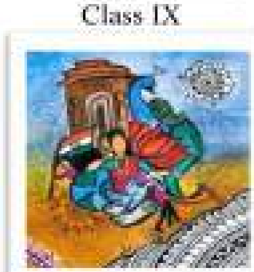
Anshuman Das Class VIII



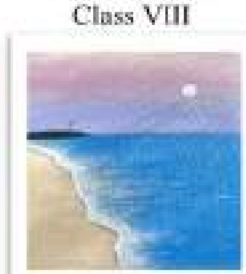
Nirvana Nancy, Class VIII



Patricia Sonowal, Class VIII



Champa Rani Das, Class VIII



Giyani Pegu, Class VII

BATCHES OF SESSION 2025-26

BATCHES OF SESSION 2025-26

STAFF OF THE VIDYALAYA

United in purpose, driven by passion – the heartbeat of our institution

Contact Us:

KENDRIYA VIDYALAYA NO.3, RRL, JORHAT,
CSIR- NEIST CAMPUS, P.O. RRL, PULIBOR,
JORHAT, ASSAM , GUWAHATI REGION
PIN – 785006

Website -: https://no3jorhat.kvs.ac.in/

One Click, Endless Updates – Join Our Digital

FOLLOW US ON

https://www.facebook.com/rrl.jorhat

https://www.facebook.com/profile.php?id=61560591590566
(Facebook Page)

https://youtube.com/@kvrrljorhat3979?si=smax4GKclUZpH_Ke

Take a look at kvrrljorhat (@kvrrljorhat):
https://x.com/kvrrljorhat?t=HSHSMja3Eng82cz_OT64Ag&s=08

https://www.instagram.com/kv3rrljorhat?igsh=d3kyMndic21vamY3

Thank you for taking the time to explore our magazine!