



(AN ISO 21001:2018 CERTIFIED EDUCATIONAL INSTITUTION)

SACRED HEART SCHOOL

AFFILIATED TO THE COUNCIL FOR INDIAN SCHOOL CERTIFICATE EXAMINATIONS, NEW DELHI

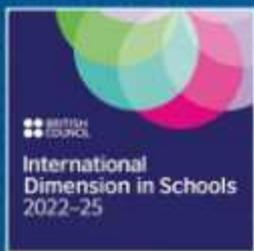
APRIL

Elixir



The flow of magical writings...

20 22

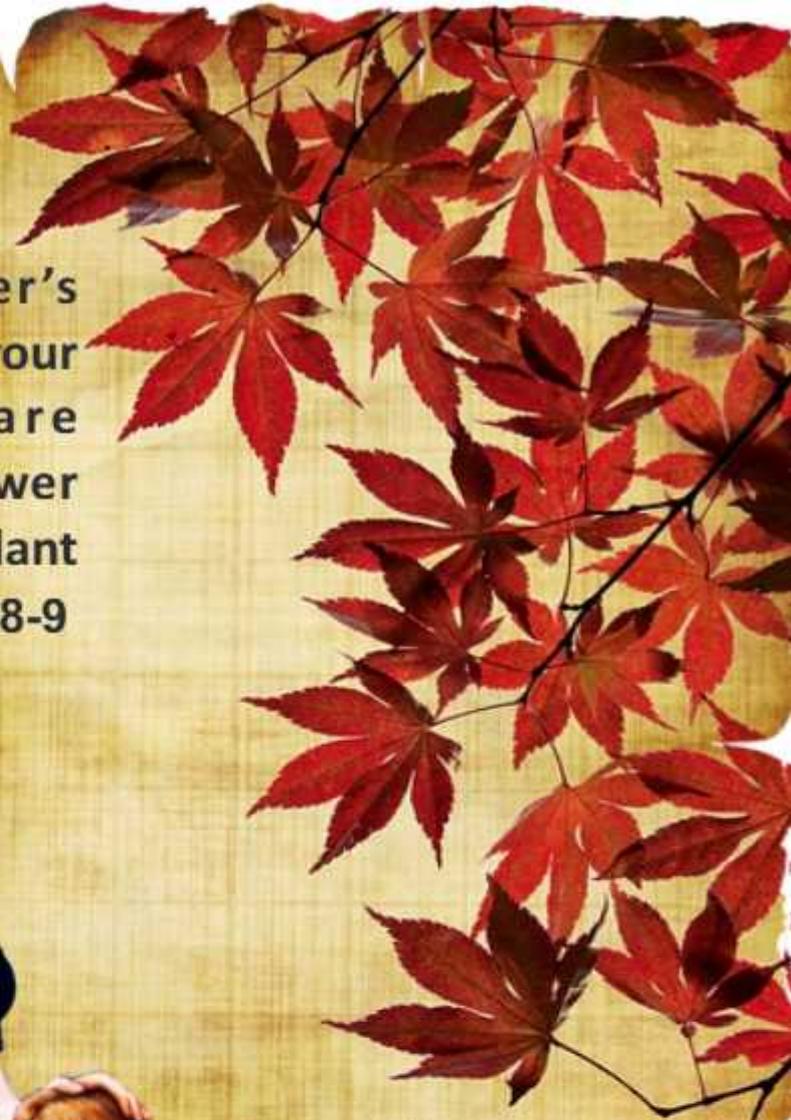


www.shsmoga.com



Dosanj Road, Moga, Punjab, 142001

My child, follow your father's instruction, and never forsake your mother's teaching. They are ornaments like a graceful flower garland on your head and a pendant around your neck. Proverbs 1: 8-9



Handwritten signature or mark.



LORD'S PRAYER

Our Father in Heaven | Holy be your name |

Your Kingdom come | Your will be done |

On Earth As in Heaven||

Give us today | Our daily bread, |

Forgive us our sins | As we forgive |

Those who sin against us. ||

Do not bring us to the test

But deliver us from evil. ||

For Thine is the Kingdom |

The Power and the Glory |

Forever and Ever || AMEN ||

EDITORIAL BOARD

Editor-in-Chief



Mrs. Vijaya Jebakumar
(Principal)

Managing Editors



Mr. Joji Joseph
HM (Junior Wing)



Mrs. Shanti Rajan
HM (Primary Wing)

In-House Editor



(Dept. of English)
Mr. Harsha Kumar

Assistant Editor



Mrs. Rachna Kapoor
PGT English

Student Editors



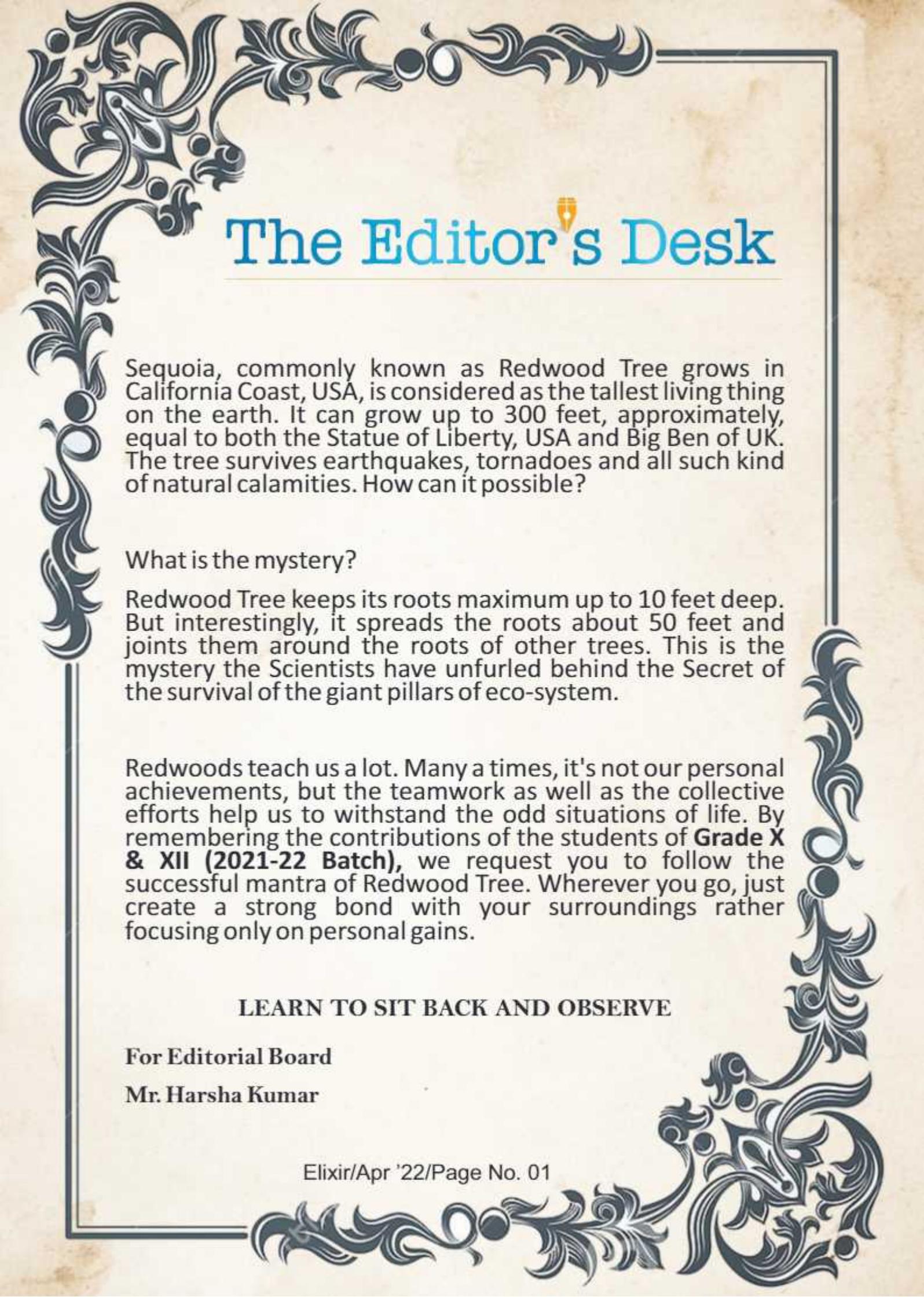
Sukhmanpreet Kaur Gill
XII MED



Leepakshi Chopra
XII NMED



Khushdeep Kaur
XII COMMERCE

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns in a dark blue-grey color, framing the page on the left, top, and bottom. The top border is particularly dense and ornate.

The Editor's Desk

Sequoia, commonly known as Redwood Tree grows in California Coast, USA, is considered as the tallest living thing on the earth. It can grow up to 300 feet, approximately, equal to both the Statue of Liberty, USA and Big Ben of UK. The tree survives earthquakes, tornadoes and all such kind of natural calamities. How can it possible?

What is the mystery?

Redwood Tree keeps its roots maximum up to 10 feet deep. But interestingly, it spreads the roots about 50 feet and joints them around the roots of other trees. This is the mystery the Scientists have unfurled behind the Secret of the survival of the giant pillars of eco-system.

Redwoods teach us a lot. Many a times, it's not our personal achievements, but the teamwork as well as the collective efforts help us to withstand the odd situations of life. By remembering the contributions of the students of **Grade X & XII (2021-22 Batch)**, we request you to follow the successful mantra of Redwood Tree. Wherever you go, just create a strong bond with your surroundings rather focusing only on personal gains.

LEARN TO SIT BACK AND OBSERVE

For Editorial Board

Mr. Harsha Kumar

INTERVIEW

A friendly meeting with an Ex-Student.

INTERVIEWER: First of all, on behalf of the school, we would like to thank you for agreeing to meet us. Since the school is celebrating its 50th anniversary this year, we are much obliged to talk to the students who attended this prestigious institution before us. I'd like to start by asking what kind of student were you?



MR. SALIL GOYAL

Mr Salil: I was a sincere, good student. The kind who always stayed in the discipline. But the best part about SHS was that even if you were at the top of your class, you would still not be an exception to punishments were you wrong. There was evident personal attention to every child in the class. In my case, I was expected to be a role model to my fellow students....and there was one instance when I was sent out of my class due to some ruckus, and by the time I went back home, my mother already knew that I was punished!

INTERVIEWER: well sir, that's some personal attention, alright. Did you only focus on your studies? What were your interests while growing up?

Mr Salil: Frankly, it was a different time back then. Getting a good Education was itself a challenge. And thus, extracurricular were never the main focus. Since it was a time when entrance tests were quite important due to more candidates and lesser seats, education was a top priority, and everything else came later. I used to love playing cricket, but honestly, I never got the time to practice it much. Not only did I always have to be at the top of my class, but I also had to maintain a larger gap from the runner up. But, the school always had a thing to teach the students how to multi-task. We always had competitions just around the same time as our exams, and they also encouraged us to participate in as many as possible. I remember participating in debates, fancy dress competitions and dance competitions. And the fun part was that these events were all impromptu. Another thing was speaking the thought on the stage which also included managing the entire prayer that day. It was quite a big task if you are a stage-shy person.

INTERVIEWER: Oh, we do have to speak our thoughts on the stage even now, the school encourages more and more students to speak up; quite good to boost their confidence.

Mr Salil: Yes, it helped me a lot back then. And in today's time, it is even more important. The thing is that a student must be adaptable. He must always be ready to hustle. They can't be encouraged to focus entirely on one goal and never consider other options. They should keep hustling.

INTERVIEWER: We are quite good at hustling I feel, but apart from that, what was your favourite subject and most dreaded subject in school?

Mr Salil: I used to love those subjects in which I could score the maximum. So it has always been mathematics. But even its pivotal point was in my 10th standard when Mr. Kartikeshan sir taught us. He used to give us different problems every day and, solving those boosted our confidence for the upcoming boards. Then I learnt that there are many options to explore in Mathematics. That was when I started loving numbers and decided to opt for a non-medical stream. Then, I joined BITS PILANI and completed my engineering; I was so in love with numbers that I later joined a trading company where I had to look at 9 screens and judge numbers. Even now, I am working in a Bank- Bank of America. And my most disliked subject was Hindi. I had a problem with answering questions since it was too vague. I always hated the languages since their answers were subjective; what I think of the poet's view may be the total opposite of what the teacher explained. I scored less, but I never gave up. The teachers always ensured that we were never too comfortable with the marks. They always pushed us to do our best with strict checking's, and eventually, I became better at it.

Mr Salil: Well, I was never sure what I had to become when I grow up. In primary school, I wanted to become an army man since I had seen some patriotic movies. In my 5th, I dreamt of becoming an Astronaut. But by my 7th, I knew I had to choose a career that had numbers involved.

By my 10th standard, I was sure that I would go for an engineering degree. But even then, it was difficult. You see, at this age, we didn't have the internet to search or get information for our careers, so when I joined my coaching after 10th in Chandigarh, I searched through magazines and talked to my seniors. This was how I became much more sure. For you guys, it is easier now; the internet provides a much-needed advantage.

INTERVIEWER: Woah, what a process! We always have a difficult time thinking of life without the internet and this has made us appreciate it even more. For another segment, would you like to discuss some memories of the school?

Mr Salil: There are many fond memories of the school-The 2nd October festival has always been a school highlight. It was the most awaited time of the school year. We were given several coupons to sell. I remember my neighbours always used to joke, "here comes the coupon seller.... seems like the fest has begun this year as well." I used to accompany my cousins and friends to the festival. We used to have a lot of fun. Then there used to be a special lucky draw as well. Another thing I remember from school is the hot dogs, oh how we waited in the long queues! In our time, Big Miss used to recite scriptures every Friday on the stage during the morning assembly. Mam had this great aura that made us feel scared of her, even if she was talking to us with a bright smile. These were the memories I still remember.

INTERVIEWER: Unfortunately, we don't have the October fest anymore, but with great fortune, we still have the hotdogs. But apart from these memories, can you name some of the qualities that you learnt in school?

Mr Salil: Well, I learnt how to focus more, become disciplined and the role of self-discipline. There are other qualities like adaptability as I said before and the best of all was perseverance.

INTERVIEWER: Sir, would you like to give a message to the school and the students?

Mr Salil: Sure. I am glad to know that the school has completed its 50 years and has become a renowned establishment in this city. I would like to say that it is important to keep progressing, especially, in this era. My advice for the school is that, let the students be more independent so that they have a place to explore themselves. Sure, a little discipline is needed, other than that, they must be encouraged to become their person.

For the students, Children, enjoy your life. Explore every option, keep on making new experiences, and participate in extracurricular....they will be a huge asset. Never let only your exam marks define you. Your marks will surely give you an advantage or become your 1st impression when you enter the job market, but other than that, your team skills will come in handy. So, try and master both.

INTERVIEWER: That was a wonderful message, sir. We thank you for talking to us so honestly.

FIRST TIME

You might not remember the first step you took or even the first word you uttered. But you did it. That's what led you to walk and speak today. There's always a first time and it prepares you for success.

Life is full of first times. Some of these moments go without us even realizing while the others turn into our worst nightmares and deter us from the path of success.

The first time you have to enter a room full of people whom you have never met before can be quite mind wrecking because the very minute you are about to enter you go through an internal nervous breakdown. You have the fear of being judged. The only thought that flashes in your brain is □ First impression is the last impression. □

As true as the statement is, its effect on you that very moment can be quite depressing, for in your desire to impress everyone you attract negative attention which tags and defines you all your life. The more you step into the spotlight, the more people make you butt of their jokes.

Hence, the best remedy is to face all the first times confidently rather than stressing upon it like your life is dependent on it.

In your train of life scaring thoughts you try to please everyone by being overfriendly or faking your emotions, but the truth prevails and you are at other's mercy.

Rather than finding yourself one true friend by being your true self you cling to thousands of imposters and you lose your very self.

What will you do now that there's no you? Just be another hypocrite or a helpless victim to bullying and mental torture.

All this can happen in a moment, the exact moment you enter the room. So now what? No entry in such rooms. Certainly not because you are a human, a social creature.

Ponder on my words while you still have time to save the undiscovered glory which is waiting for you.

Parneet Kaur
10 Topaz



INTERNATIONAL DAY OF SPORTS FOR DEVELOPMENT

UN Deputy Secretary said, Sport has the power to align our passion, energy and enthusiasm around a collective cause. And that is precisely when hope can be nurtured and trust can be regained.

The International Day of sports for Development and Peace, which takes place annually on April 6, presents an opportunity to recognize the positive role sport and physical activity play. This day was created by the United Nations General Assembly in 2013. It has been supported by the International Olympic committee since April 6, 2014. This date commemorates the inauguration of the first Olympic games of the modern era in Athens, Greece. On the International Day of Sport for Development and peace, the United Nations invites, relevant international organizations, sports organizations and other stake holders to cooperate, observe and raise awareness.

This day is an annual celebration of the power of sport to drive social change, community development and to foster peace. Sport has the power to change the world. It is a powerful tool to strengthen social ties and promote sustainable development and peace. It also promotes solidarity and respect for all.

Sport is in a unique position to display leadership, to take responsibility and gaining confidence. In recognition of sport's broad influence, the global theme of International Day of Sport for Development and Peace is Securing a sustainable and Peaceful Future for All: The contribution of Sport. Under this theme, UN Headquarters in New York will recognize the role of sport in addressing the climate crisis and will highlight actions to lower greenhouse gas emissions.

With the need for urgent action growing more dire every day, the relationship between sport and climate must be better understood Ways of developing policies and taking concrete action to help reverse the impact of climate change through sport must be communicated.

The mission of the Olympic Games is to bring us together in a peaceful competition. The goal is to always build bridges and never erecting walls. It unites humankind in all our diversity. On this day, organizations and individuals should talk about teamwork as it is crucial in rebuilding the world in the post pandemic era. Today, our world faces generational challenges, from poverty and hunger to climate change and pandemics. More than ever, we need to overcome our differences and unite as one team working together to tackle these obstacles. In this way, we will create a safer and more sustainable future for all.

**Brinder Singh
(X-Sapphire)**

FAKE NEWS

Have you ever heard from your mother about a new pesticide that is so effective to kill us all? Have you ever received a pop up on your mobile referring that Russian scientist has discovered that baking soda can treat coronavirus or your friend had told you that President Barack Obama has banned assault weapons sale. All these, are false news but had gone viral in the past few days.

Usually, spoof news often aim to damage reputation of a person and a group. As we all know, most of the Indian news channels are bought by rich and powerful people of our country. How would you feel if! Tell you that news channels hire paid actors to alter public opinions. It was observed that a particular person was found in many public discussions of different news channels and the anchor of the channel, always went to the same actor (dressed as a common man) to get the public-point of view from the crowd. This man then praises a particular democratic party and dishonors the others depicting the so called greatness and public concern that party has. Whatever this person says, influences the mind set or the thoughts of the people sitting on their couches at their residences as they see him as a common man and fail to notice this.

So, why do these channels do this kind of things. This has to do with human features. People find things interesting that are exciting and worth discussing we are attracted to surprising things. This gives birth to a high buzz in our brain. So when person finds a news that seems fascinating, he actively spreads it over social media. So now it's clear why hoax news are broadcasted by channels. Yes, none other than TRP Rating Point) is the reason.

Even some bloggers and writers put false information in their articles. Attention and fame is all they want. They are not concerned with the public. These news may cause a disastrous impact in public but the concerned authorities don't care. For an example, events such as 'Pizza gate and storming of U.S. Capitol are popular stories. They resulted in violent actions and fatal consequences. During the 2021 storming of U.S. Capitol nearly 150 people were injured including police officers and nearly 5 had died.

Giving a spoof news during the time of pandemic was even worse. Spreading of a hoax news caused life threats to people. During that time a news spread that putting two drops of lemon juice in the nose of a person can treat coronavirus. The impact of such kind of news was so severe, it made my family think that it true. It was soon heard that people started dying by experimenting such danger over themselves. These are the adverse impacts of the fake news.

The inventor of World Wide Web, Tim Berners Lee has said that false news is one of the new disturbing trends that must be resolved or else, internet won't truly serve and benefit humanity. The ability of differentiating between fake and accurate news is very important and you need it for your whole life. It's in our hand weather we want to blindly believe in such nuisance or develop the power of reasoning and researching which paves the way to the truth...

Amber Bansal
IX-Ruby (C)



YOU ARE UNIQUE

Don't copy others. What make you different is your mentality and character; not your appearance. Do great things and have great thinking, people will start following you. Find uniqueness in yourself. Be a role model for others. Never think you are dull. The day when you started thinking that you are of no use, why I came in this world? That day you will lose your hope, confidence, purpose of life and large vision of world.



Everybody has different ideas and mindset. God has a reason to send you in this world. Find it out because nobody else is going to do it for you. Speak less, listen more, react less observe more to know the world. Don't make yourself weak, because your weakness is other's strength.

Be like a Bright Star, which shines with other stars at night but more glaringly. Stop comparing yourself with others and focus on your strengths. Learn to compete with yourself; not others. Don't give up your life because some failures come to clear your path. Think positive and logical. Don't lose focus because success is your Destiny.

Never depend upon anyone. In the race of people detect yourself. Don't let others' opinions drown out your voice. Fight the harsh situation and shape yourself like water which acquires shape according to situation.

So, what are you waiting for. Live yourself; don't let others decide your life. Be a mild stone. Gratitude for what you have and believe in what you are going to do. Life has ups and down but that's its beauty. And in its beauty how you are living and facing life and people that is your reality. Talent and uniqueness never come. We have to find it. Discover yourself before hunting others.

**Jasmeen Kaur Sandhu
(XII-SM)**



WORLD HEALTH DAY

A blue stethoscope is positioned vertically, with its chest piece at the top, looping around the word 'WORLD' and 'HEALTH', and ending in a circular ear piece at the bottom.

Health is Wealth

Health encompasses not only bodily wellbeing but also mental and social wellbeing, if a person possesses all three, he or she is said to be healthy. Health, according to the Health Organization is fundamental to human happiness and well-being. Every year, World Health Day is celebrated / observed on 7th April to promote awareness of people's general health and wellbeing around the world. Every year there is a different theme and for 2022 is "Our Planet, Our Health". Well-functioning ecosystems provide goods and services essential for human health. According to WHO healthy living is the way of living that allows you to enjoy many aspects of life without fear of getting ill or dying early etc. All over the world, various people and groups take time out of their busy schedules to observe World Health Day and to bring attention to various health conditions that affect human beings all over the world. They do this through activities, gallery exhibitions and teachers. People also donate time and money to charities which are working hard to educate people on various diseases as well as to cure them so remember Health is like money, we never have its true value until we lose it.

This day should not just remain as a day for the reminder; we all should take this day seriously. It should work as an alert for all of us to pay more attention to our health and other things around us. We often ignore our health thinking it won't be problem. But minor symptoms can also lead to a significant health issue afterwards, if not treated. We need to understand that health is wealth. For our growth and improvement, a healthy body with a healthy mind is necessary.

The slogan of Health for all should be taken seriously by everybody for a guiding mission of a better future.

Aahna
VIII-Topaz

Interesting

FACTS

Related to Health

1. Laughing is good for the heart and can increase blood flow by 20 percent.
2. Your skin works hard. It is not only the largest organ in the body but it regulates your temperature and defend against diseases and infection.
3. Sitting and sleeping are great in moderation but too much can increase your chance of an early death.
4. 30% of adults in the world are overweight.
5. Between 2000 and 2015, the average global life expectancy increased by 5 years.
6. The US spends almost three times more on healthcare than any other country in the world.
7. Drinking coffee can reduce risk of depression especially in women.
8. Walking outside or spending time in green space – can reduce negative thoughts and boost self esteem.
9. Maintaining good relationships with your friends and family, reduces harmful levels of stress and boosts your immune system.
10. Smelling rosemary may increase alertness and improve memory so catch a whiff before a test or important meeting.
11. Yoga can boost your cognitive function and lower stress.
12. Chocolate is good for your skin; its antioxidants can improve blood flow and protect against UV damage.
13. Walking at a fast pace for three hours or more at least once a week, you can reduce your risk of heart disease by up to 65%.
14. The blue light from your phone can mess with your circadian rhythm.



ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਭਾਗ



ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਭ ਦਾ ਪਿਆਰਾ ਸੀ,
 'ਤ੍ਰਿਪਤਾ' ਦੀ ਅੱਖ ਦਾ ਤਾਰਾ ਸੀ ।
 ਨਾਨਕੀ ਦਾ ਵੀਰ ਸੀ।
 ਉਹ ਪੀਰਾਂ ਦੀ ਵੀ ਪੀਰ ਸੀ।
 ਉਹਨੇ ਪਾਂਧੇ ਤਾਈਂ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਸੀ,
 ਮੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਰਸਤੇ ਪਾਇਆ ਸੀ।
 ਰੀਠੇ ਨੂੰ ਮਿੱਠਾ ਕੀਤਾ ਸੀ,
 ਪੱਥਰ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾ ਲਾਇਆ ਸੀ।
 ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਭ ਦਾ ਪਿਆਰਾ ਸੀ,
 'ਤ੍ਰਿਪਤਾ' ਦੀ ਅੱਖ ਦਾ ਤਾਰਾ ਸੀ ।



ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ

Jannat Kalra
 (IX Jade)

ਜਦ ਹੋਵੇ ਗਰਮੀ
 ਜਦ ਹੋਵੇ ਗਰਮੀ ।
 ਤਦ ਸਭ ਚਾਹੁੰਦੇ ਨੇ ਸੁੱਖ
 ਕਿ ਠੰਡੀ ਵਾਅ ਹੋਵੇ ਚਲਦੀ
 ਨਾਂ ਹੋਵੇ ਧੁੱਪ ਬਸ ਹੋਵੇ ਛਾਂ,
 ਜਦ ਇਹ ਸਭ ਚਾਹੁੰਦੇ ਉਂ
 ਫਿਰ ਕੱਟਦੇ ਕਿਉਂ ਓ ਰੁੱਖ,
 ਫਿਰ ਕੱਟਦੇ ਕਿਉਂ ਓ ਰੁੱਖ

Manraj Singh Jammu
 IX-Oppl

Elixir/Apr '22/Page No. 11

ਪਵਣੁ ਗੁਰੂ ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ
 ਮਾਤਾ ਧਰਤਿ ਮਹਤੁ
 ਹੱਥ ਜੋੜ ਮੈ ਕਰਾਂ ਬੇਨਤੀ
 ਤਿਨੋ ਸਾਭ ਕੇ ਰੱਖ।
 ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਹੁੱਥ ਲਗਾਲੇ,
 ਬੰਜਰ ਹੋਣੋ ਤੁਸੀਂ ਬਚਾਲੇ
 ਲਾ ਕੇ ਅੱਗਾਂ ਕਰ ਨਾਂ ਧੂਆ
 ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਨਾਂ ਪੱਟ'
 ਹੱਥ ਜੋੜ ਮੈ ਕਰਾਂ ਬੇਨਤੀ
 ਤਿਨੋ ਸਾਭ ਕੇ ਰੱਖ
 ਪਾ-ਪਾ ਰੇਹਾਂ ਕਰ ਨਾਂ ਜਹਿਰੀ
 ਲਾ ਲੇ ਇਹਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਹਿਰੀ...
 ਧਰਤੀ ਹੋਣੋ ਕੱਢ ਕੇ ਪਾਣੀ...
 ਰਹਿਣ ਨਹੀਓ ਕੱਢ,
 ਹੱਥ ਜੋੜ ਮੈ ਕਰਾਂ ਬੇਨਤੀ
 ਤਿਨੋ ਸਾਭ ਕੇ ਰੱਖ,.....
 ਪ੍ਰਦੁਸ਼ਨ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਧਰਤ ਬਚਾਲੇ...
 ਪੂਭ ਦੀ ਆਖੀ ਖਾਨੇ ਪਾਲੇ,.....
 ਨਾਂ ਮੰਨੀ ਤਾਂ ਦੇਖ ਲਿਓ ਫਿਰ,
 ਹਵਾਂ 'ਚ ਚੜ੍ਹਦੀ ਝੱਥ
 ਹੱਥ ਜੋੜ ਮੈ ਕਰਾਂ ਬੇਨਤੀ...
 ਤਿਨੋ ਸਾਭ ਕੇ ਰੱਖ ,,,

ਬੇਨਤੀ

Prabhjot Singh Rai
 X-Sapphire

ਪੰਜਾਬ ਪੰਜਾਂ ਪਾਣੀਆਂ ਦੀ ਧਰਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਲੋਕ ਬਹੁਤ ਤਿਉਹਾਰ, ਮੇਲੇ ਅਤੇ ਲੋਕ-ਗੀਤਾਂ ਦੀ ਵੀ ਅਨੰਦ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਮਾਣ ਲੋਕ ਗੀਤ ਹਨ। ਇਹ ਲੋਕ ਗੀਤ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੇ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਗੀਤਾਂ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਿਸੇ ਕਵੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਦਿਲੀ-ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਗੀਤਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੱਢਿਆ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਰਚਣਹਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸਾਜਗੀ, ਸਰਲਤਾ ਅਤੇ ਅਲਬੋਲਾਪਨ ਛੁੱਪਿਆ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੀਤ ਹਰ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੀਤ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਲੋਕ ਗੀਤ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਈ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ :-

- 1- ਬਚਪਨ ਦੇ ਲੋਕ ਗੀਤ
- 2- ਵਿਆਹ ਸਮੇਂ ਦੇ ਗੀਤ
- 3- ਸਿੱਠਣੀਆਂ ਦੇ ਗੀਤ
- 4- ਭੈਣ ਅਤੇ ਭਰਾਵਾਂ ਦੇ ਗੀਤ

ਉੱਡੀ-ਉੱਡੀ ਵੇ ਕਾਵਾਂ, ਜਾਈ ਮੇਰੇ ਬਾਬਲ ਦੇ ਦੇਸ।
ਇੱਕ ਨਾ ਦੱਸੀ ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਰਾਣੀ ਨੂੰ, ਗਾਉਗੀ ਗੱਡੀਆਂ ਫੇਲ ਕੇ ।
ਇੱਕ ਨਾ ਦੱਸੀ ਮੇਰੇ ਰਾਜੇ ਬਾਬਲ ਨੂੰ, ਗਾਉਗਾ ਕਚਹਿਰੀ ਛੱਡੇ ਕੇ,.....।



- 5- ਗਿੱਧੇ ਦੇ ਗੀਤ
- 6- ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਦੇ ਹੁਸਨ ਦੇ ਗੀਤ
- 7- ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗੀਤ

ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਵਿਰਸਾ ਬਹੁਤ ਅਮੀਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਲੋਕ ਗੀਤ ਸਾਡੀ ਰੂਹ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਸਾਰੀਆਂ ਦੀ ਇਹ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਮਰ ਰਚਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰੀਏ।

ਅਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਬੈਂਸ

ਮਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰੀ ਦਾ ਗੈਰਾਂ ਦੇ ਸਿਰਾਂ ਤੇ ਹੋਈ ਚੜ੍ਹਾਈ ਦਾ
ਮਾੜੇ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਠੀਵਾਂ ਦਿਖਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
ਤਕੜਾ ਨਹੀਂ ਕਰਾਈ ਦਾ ।

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕ ਗੀਤ

ਅੱਜ ਦੀ ਦੁਨੀਆਦਾਰੀ

ਦੁਨੀਆਦਾਰੀ ਬੜੀ ਨਿਆਰੀ
ਇੱਥੇ ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਲੱਗੇ ਬਸ ਮੈਂ ਹੀ ਸਿਆਣੀ ।

ਬੇਬੇ ਬਾਪੂ ਨੂੰ ਨਾ ਕਦੇ ਚੋਪੜੀ ਰੋਟੀ ਖਵਾਈ
ਅਤੇ ਆਪ ਪੀਣ ਦੁੱਧ ਵਿੱਚ ਮਲਾਈ।

ਉਹ ਵਾਹ ਬੰਦਿਆ ਇਹ ਕੇਸੀ ਖੇਡ ਰਚਾਈ ।।

ਖੇਤ ਵੱਡੇ, ਘਰ ਵੱਡੇ, ਅੱਡ ਹੋ ਗਏ ਦਿੱਡੇ ਜਮੇ

ਕਲਯੁੱਗ ਆਖੇ ਰੱਬਾ ਹੁਣ ਨੀ ਤੂੰ ਚੀਜ਼ ਪਿਆਰੀ ।

ਇੱਤੇ ਬਸ ਸਭ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੀ ਆਹ ਭੁੱਖ ਸਾਰੀ

ਵਫ਼ਾਦਾਰੀ ਦੇ ਨਾਂ ਤੇ ਬਣ ਗਏ ਸਭ ਵਪਾਰੀ ।

ਬੱਚਲੇ ਮਿੱਤਰੇ ਕਿਤੇ ਇਹ ਖਾ ਨਾ ਜਾਵੇ

ਆਪਣੇ ਵਿਚਲੀ ਸਰਦਾਰੀ ।।

ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਦੁਨੀਆਦਾਰੀ ਵਾਕਈ ਹੀ ਬੜੀ ਨਿਆਰੀ,,

ਵਾਕਈ ਹੀ ਬੜੀ ਨਿਆਰੀ ।।

Harmeen Kaur
Class : X Ruby



ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਵਿਰਸਾ ਬਹੁਤ ਅਮੀਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਲੋਕ ਗੀਤ ਸਾਡੀ ਰੂਹ ਹਨ | ਸਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ | ਸਾਡੀ ਸਾਰੀਆਂ ਦੀ ਇਹ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਅਮਰ ਰਚਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰੀਏ |

ਮਾਨ ਨੀ ਕਰੀ ਦਾ ਗੈਰਾਂ ਦੇ ਸਿਰਾ ਤੇ ਹੋਈ ਚੜ੍ਹਾਈ ਦਾ
ਮਾੜੇ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਦਿਖਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
ਤਕੜਾ ਨਹੀਂ ਕਰਾਈ ਦਾ

PUNJAB DA
Virsa

Amanpreet Kaur Bains



ਜਿਉਂਦਾ ਰਹਿ ਪੰਜਾਬ ਦਿਆ ਕਿਰਸਾਨਾ
ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਲਈ ਤੂੰ ਲੜ ਰਿਹਾ ਏ,
ਅਸਫਲਤਾ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਮਿਲੀ
ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤੂੰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਏਂ।

ਠੰਡੀਆਂ ਇਹ ਹਵਾਵਾਂ ਨੇ, ਠੰਡੀਆਂ ਇਹ ਸੜਕਾਂ ਨੇ,
ਤੁਹਾਡੀ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਵੇਖਣ ਨੂੰ
ਤਰਸ ਰਹੀਆਂ ਭਾਰਤ੍ਰਿਹਿੰਦ ਦੀਆਂ ਅੱਖੀਆਂ ਨੇ।

ਕਈ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਕੁਰਬਾਨ
ਲਾ ਦਿਉ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਜਿੰਦ ਜਾਨ
ਇਹ ਜੰਗ ਜਿੱਤਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਆਸਾਨ
ਜੇ ਮੈਂ ਲੱਗੀ ਦੱਸਣ ਬਾਰੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕਿਸਾਨ
ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿੰਨੇ ਦਿਨ ਲੰਘ ਜਾਣਗੇ,
ਬਹੁਤ ਲੰਬੀ ਹੈ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਜਿੱਤ ਦੀ ਦਾਸਤਾਨ।

ਰੱਬ ਅੱਗੇ ਹੈ ਅਰਦਾਸ,
ਤੁਹਾਡੀ ਪੂਰੀ ਹੋਵੇ ਹਰ ਆਸ
ਰਚਾ ਦਿੱਤਾ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਇਤਿਹਾਸ
ਹਰ ਕੋਈ ਆਮ, ਨਾ ਕੋਈ ਖਾਸ
ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਪਾਏ ਹੋਏ ਕਿਸਾਨੀ ਲਿਬਾਸ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹਾਸਲ ਕਰਾਵੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਹਰ ਮੁਕਾਮ,
ਇਸ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਨੀਂਦਤਾ ਵੱਲੋਂ
ਸਾਰੀ 'ਕਿਸਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਏਕਤਾ' ਨੂੰ ਹੈ ਸਲਾਮ,
ਸਾਰੀ 'ਕਿਸਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਏਕਤਾ' ਨੂੰ ਹੈ ਸਲਾਮ

ਕਿਸਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਏਕਤਾ ਜ਼ਿੰਦਾਬਾਦ। **Nandita (X-Diamond)**

ਮੇਰਾ ਦੇਸ਼
ਪੰਜਾਬ

ਦੇਸ਼ ਮੇਰਾ ਪੰਜਾਬ,
ਪੰਜ ਆਬਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਇਸ ਦਾ ਨਾਂ,
ਇਸ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਸਾਰੀ ???,
ਸਾਨੂੰ ਹੈ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਤੇ ਮਾਣ।

ਵੱਖਰੀ ਇਸ ਦੀ ਬੋਲੀ, ਵੱਖਰਾ ਪਹਿਰਾਵਾ,
ਵੱਖਰਾ ਇਸ ਦਾ ਸਭਿਆਚਾਰ, ਵੱਖਰਾ ਹੀ ਵਰਤਾਵਾ।
ਸਾਗ ਸਰੋ ਦਾ ਤੇ ਮੱਕੀ ਦੀ ਰੋਟੀ ਪੰਜਾਬੀ ਖਾਣ,
ਸਾਨੂੰ ਹੈ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਤੇ ਮਾਣ।

ਵਿਲੱਖਣ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਇਸ ਦੇ ਮੇਲਿਆਂ ਦਾ ਨਜ਼ਾਰਾ,
ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਪਾਵਣ ਗਿੱਧਾ, ਤੂੰ ਭੰਗੜਾ ਪਾ ਨੌਜਵਾਨਾਂ।
ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਲਹਿਰਾਵਣ ਫਸਲਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਪੰਛੀ ਵਿੱਚ ਅਸਮਾਨ,
ਸਾਨੂੰ ਹੈ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਤੇ ਮਾਣ।

ਦੇਸ਼ ਮੇਰਾ ਪੰਜਾਬ,
ਇਸ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਸਾਡੀ ???,
ਸਾਨੂੰ ਹੈ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਤੇ ਮਾਣ

**Gurnaaz Kaur
(VIII-Diamond)**

ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ



ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਣਾ। ਅੱਜ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਆਧੁਨਿਕ ਵਸਤੂਆਂ ਨਾਲ ਵਾਤਾਵਰਨ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰਾਂ ਦਾ ਧੂੰਆਂ ਆਦਿ। ਅੱਜ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਵਾਰਥ ਅਤੇ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਕਾਰਨ ਸਾਰਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਗੰਦਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਤਾਵਰਨ ਤੋਂ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ ਕਈ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲਗਾਤਾਰ ਰੁੱਖਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਨਾਲ ਸੁੱਖ ਹਵਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਕੂਟਰਾਂ, ਕਾਰਾਂ, ਬੱਸਾਂ, ਰੇਲਾਂ ਦੀ ਚਿਮਾਦਾ ਵਰਤੋਂ ਕਾਰਨ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲਾ ਧੂੰਆਂ ਹਵਾ ਨੂੰ ਅਸੁੱਖ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

1) ਜਲ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ: ਜਲ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਜਲ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਣਾ। ਅੱਜ ਕੱਲ ਨਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਿੱਟ ਕੇ ਜਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਜਲ ਜਦੋਂ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਲੋਕ ਪੀ ਕੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਜਲ ਨਾਲ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਫੈਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

2) ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ: ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਹਵਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਣਾ। ਪੈਟਰੋਲ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੰਜਣ ਅਤੇ ਕਾਰਾਂ ਆਦਿ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਧੂੰਏਂ ਨਾਲ ਇਹ ਹਵਾ ਗੰਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲਗਾਤਾਰ ਰੁੱਖ ਕੱਟਣ ਨਾਲ ਸੁੱਖ ਹਵਾ ਘੱਟ ਫੈਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀਆਂ ਗੈਸਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਾਰਬਨਡਾਇਆਕਸਾਈਡ, ਮਿਥੇਨ ਅਤੇ ਨਾਈਟਰੋਜਨ ਗੈਸਾਂ ਦੀ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਮਾਤਰਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਹਵਾ ਨਾਲ ਦਮ ਘੱਟਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ 'ਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

3) ਭੂਮੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ: ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੀ ਜੀਆਂ-ਜੰਤੂ ਸਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਲਪੇਟ ਵਿੱਚ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਫਰੂਟਾਂ ਦੀ ਉਪਜ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਅੰਦਰ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਸਨ। ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

4) ਸ਼ੋਰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ: ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ਾਈ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿਆਹ ਸ਼ਾਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਉੱਚੀ ਸ਼ੋਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸ਼ੋਰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਫੈਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਨੀਂਦ ਖਰਾਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਲੋਕ ਬੇਲੇ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਸਭ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਕਈ ਸੁਝਾਅ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ^

- 1) ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਰੁੱਖ ਕੱਟਣਾ।
- 2) ਜ਼ਹਿਰੀਲੀਆਂ ਗੈਸਾਂ ਫੈਲਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ।
- 3) ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ।
- 4) ਸਾਰਾ ਕੁਝ^ਕਰਕਟ, ਫਿਲਕੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਫਾਲਤੂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਕੇ ਵਰਤਨਾ।

**Gopika
(VIII Ruby)**

ਇਹ ਸਾਰੇ ਸੁਝਾਅ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਪਛੁਆਂ, ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਬਣ

Sehajpreet
(X-Diamond)

ਅੱਜ ਕੋਹਦੀ ਤੇਰੀ ਆਤਮਾ,
ਤੂੰ ਪਾ ਲੈ ਅੱਜ ਪਰਮਾਤਮਾ।

ਚੁੱਕ ਕਲਮ ਲਿਖ ਦੇ ਦਰਦਾਂ ਨੂੰ,
ਰੂਹ 'ਚ ਕੱਢ ਕੇ ਸੁੱਟ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ।

ਜ਼ਮੀਰ ਦਾ ਤੂੰ ਧਿਆਨ ਕਰ,
ਆਪਣੇ ਖਿਆਲ ਵੀ ਬਿਆਨ ਕਰ।

ਵੇਖੀ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਰੂਹੋ ਉੱਠਦੀਆਂ,
ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟਦੀਆਂ।

ਚੰਨ ਤੇਰੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆ ਗਿਆ,
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਚਾਨਣ ਫੈਲਾ ਗਿਆ।

ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਲੇਖਕ ਵੱਸਦਾ ਏ,
ਉਹ ਸੱਚ ਦਾ ਰਸਤਾ ਦੱਸਦਾ ਏ।

ਹਰ ਅੰਦਰ ਇਸ਼ਦ ਹੀ ਵੱਸਦਾ ਏ,
ਉਹ ਭਾਂਬੜਾਂ ਉੱਤੇ ਹੀ ਨੱਚਦਾ ਏ।

ਤੂੰ ਜੰਗਲਾਂ 'ਚ ਕਿਓਂ ਭਟਕਦਾ ਏ,
ਰੱਬ ਕੋਲੇ ਹੀ ਬੈਠਾ ਹੱਸਦਾ ਏ।

ਸਹਿਜ ਰੱਬ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ,
ਉਹ ਆਪਣੇ ਹੀ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਰਚਦਾਏ।

ਪੰਜਾਬੀ

Jaismeen Bains
(IX-Topaz)

ਪੰਜਾਬੀ ਮੇਰੀ ਜਾਨ ਵਰਗੀ,
ਇਹ ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਵਰਗੀ।
ਪੰਜਾਬੀ ਬੁਜ਼ੁਰਗ ਦੀ ਦੁਆ ਵਰਗੀ,
ਇਹ ਨਿਰੀ ਖੁਦਾ ਵਰਗੀ।
ਪੰਜਾਬੀ ਨਾਨਕ ਦੀ ਰਬਾਬ ਵਰਗੀ,
ਇਹ ਕੋਰੇ ਜਵਾਬ ਵਰਗੀ।
ਪੰਜਾਬੀ ਵਾਰਿਸ ਦੀ ਹੀਰ ਵਰਗੀ,
ਇਹ ਨੈਣਾਂ ਦੇ ਨੀਰ ਵਰਗੀ।
ਭੁੱਲ ਕੇ ਵੀ ਨਾ ਭੁੱਲਾਉਣਾ ਇਸਨੂੰ,
ਕਿਉਂਕਿ ਪੰਜਾਬੀ ਹੈ ਸਾਡੀ ਮਾਂ ਵਰਗੀ।

ਜੇ ਸੋਚਾਂ ਹੁਣ ਵੀ ਨਾਂ ਬਦਲੀਆਂ ਤਾਂ,
 ਫਿਹ ਫਾਹਿਆਂ ਤੇ ਚੜ੍ਹਨਾ ਵੀ ਆਮ ਹੋਜੂ।
 ਜੇ ਬਦਲੀਆਂ ਨਾ ਗਈਆਂ ਏਹ ਰੀਤਾਂ
 ਦੇਰ ਥੋੜੀ ਦੇ ਵਿੱਚ ਸਭ ਕੁਝ ਬਰਬਾਦ ਹੋਜੂ
 ਡੁੱਲਗੇ ਨੇ ਬੇਰ ਰਹੂ ਚੱਕਣ 'ਚ ਫਾਇਦਾ,
 ਹੱਲ ਦੂਜਿਆਂ ਤੇ ਉਂਗਲਾਂ ਟਿਕਾ ਕਦੇ ਹੋਇਆ ਨੀਂ।
 ਪੰਜੇ ਉਂਗਲਾਂ ਨੂੰ ਜੁੜ ਪੰਜਾਬ ਪੈਣਾ ਸਾਂਭਣਾ,
 ਸੰਕੋਚ ਨਾਲ ਸਾਂਭਲੀਏ ਜੋ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਖੋਇਆ ਨੀਂ।

ਬਦਲਾਅ

Dukhmanjeet

ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਧਰਤੀ ਦੀ ਪੁਕਾਰ

ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਪੈਰੋਕਾਰ ਹੈ ਤੂੰ,
 ਨਿਰਵੈਰ ਨਿਰਆਕਾਰ ਹੈ ਤੂੰ,,
 ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਢੁਕਦ ਮੇਰਾ,
 ਇਸ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਾਰ ਹੈ ਤੂੰ,,

ਸਿਆਸਤਾਂ ਦੇ ਹੱਥੀਂ ਲੁੱਟਦੀ ਜਾਂਦੀ,
 ਪਲ ਪਲ ਹਰ ਪਲ ਮੁੱਕਦੀ ਜਾਂਦੀ
 ਤੇਰੇ ਬਿਨਾਂ ਮੈਂ ਸੁਕਦੀ ਜਾਂਦੀ,
 ਆਪਣੀ ਦਯਾ ਦਾ ਮੰਗਿ ਵਰਸਾਓ
 ਮੈਂ ਧਰਤ ਪੰਜਾਬ ਦੀ,,
 ਇੱਕੋ ਅਰਜ਼ ਗੁਜਾਰ ਦੀ,,
 ਇਸ ਨਿਮਾਨੀ ਦੇ ਭਾਗ ਜਗਾਓ
 ਮੈਂ ਫਿਰ ਹੋਵਾਂ ਹਰਿਆਵਲੀ,,
 ਤੁਸੀਂ ਆਣ ਮਿਲੋ ਦਰਿਆਓ,



Mr. Inderjit Singh
 Dept. of Exam.

Art: Inder

Elixir/Apr '22/Page No. 16



हिंदी विभाग

आज फिर

आज फिर मैंने,
सभी बातों,
जज़्बातों को फिर मुक्कमल करने का
तक्कलुफ करा,
आज फिर मेरे मन में एक लहीर उठी,
अनजानी सी,
शांत सी,
उत्साहती हुई,
घर करती गई मेरे दिमाग में ।

आज फिर इस रूह का तन को छोड़ने का मन करा ।

तो,

आज फिर दिल को तेरा ख्याल आया,

आज फिर जीने का तम्मना भरी,

तो तुम्हारा ख्याल आया ,

आज फिर..... **Yachna (VIII-Ruby)**

मेरे अध्यापक

आई थी जब मैं पहली बार स्कूल,
लगता था मुझे पढ़ाई से डर,
लगता था कैसा है यह दानव।

आज उसी पढ़ाई से न जाने क्यों,
न जाने क्यों,
लगता है कुछ रिश्ता अपना-अपना सा।

लगती थी अब यह पढ़ाई सीधी और सरल सी,
पहाड़ सी बन गई ये पढ़ाई
चीटी जैसी।

सोचती थी मैं कई बार, (2)
कैसा हुआ यह चमत्कार
आज पता चला है मुझे कि,

अगर न होते मेरे ऐ-से-चैस के अध्यापक
तो न होता यह चमत्कार (2)

इसलिए तो कहते हैं—
"गुरु ब्रह्मा गुरुर्विष्णु
गुरुर्देवो महेश्वरः
गुरु साक्षात् परब्रह्मा
तस्मै श्रीगुरुवे नमः"

**Aahna
(VIII-Topaz)**

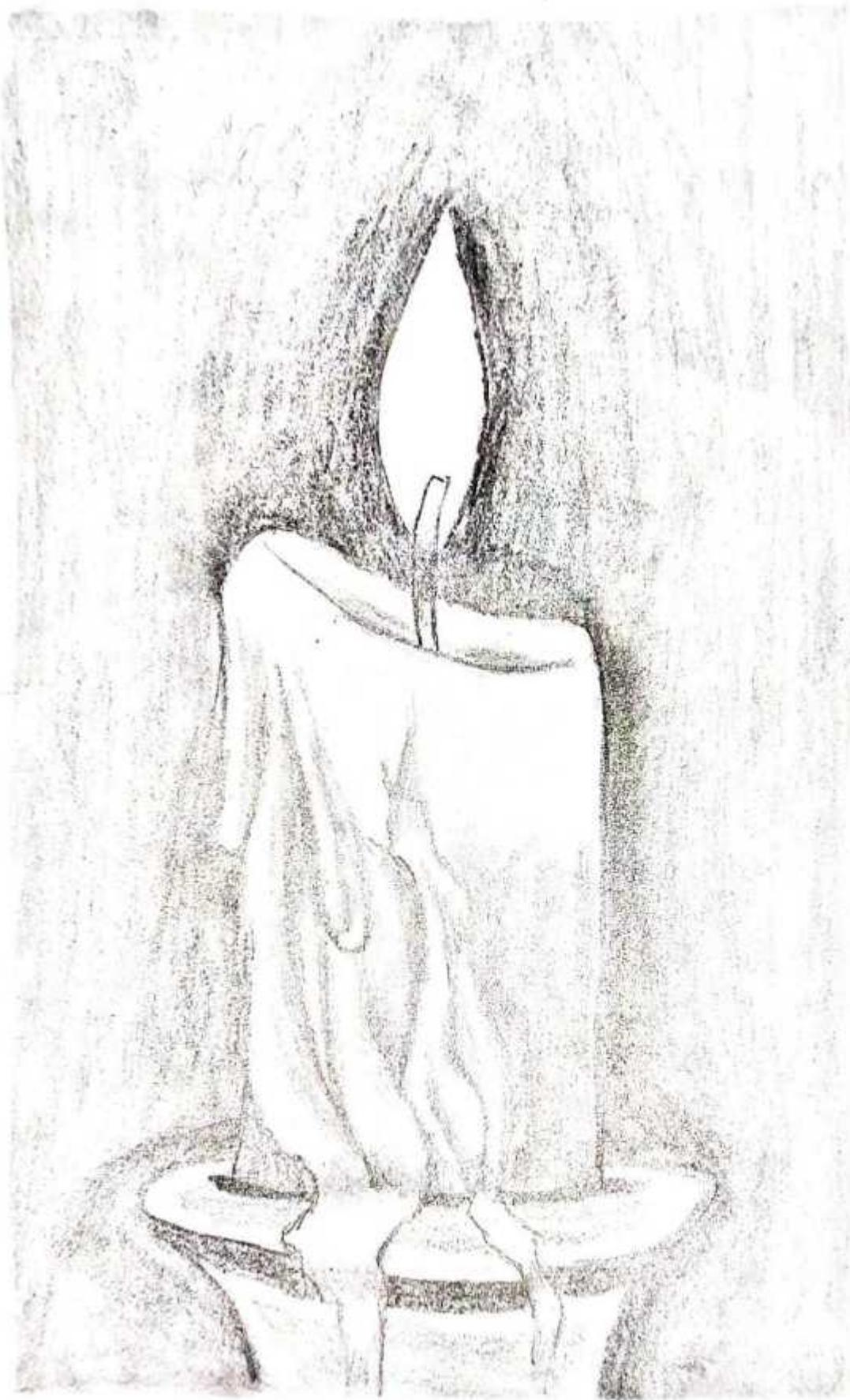
Elixir/Apr '22/Page No. 19



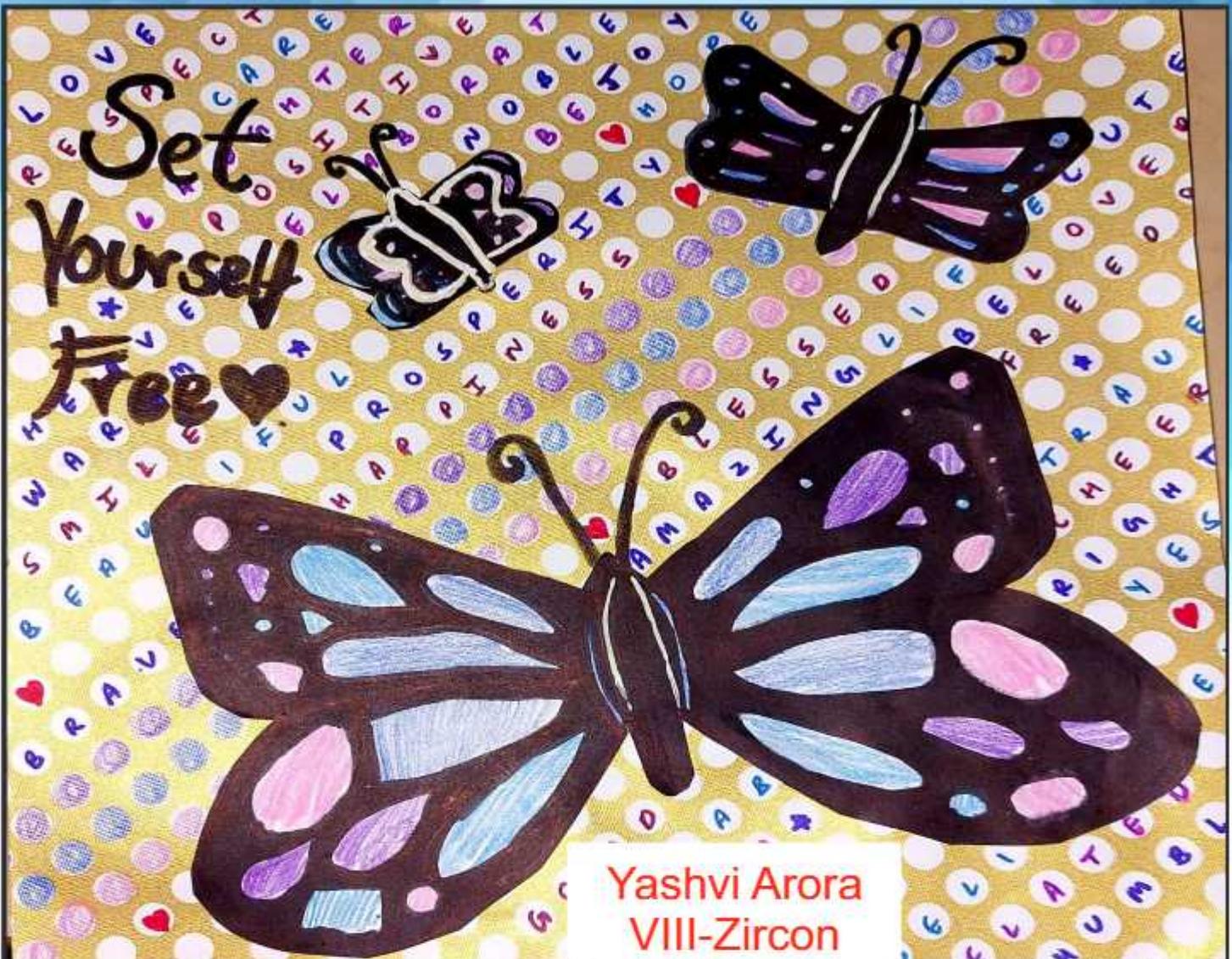
MAY PEACE
PREVAIL
ON EARTH



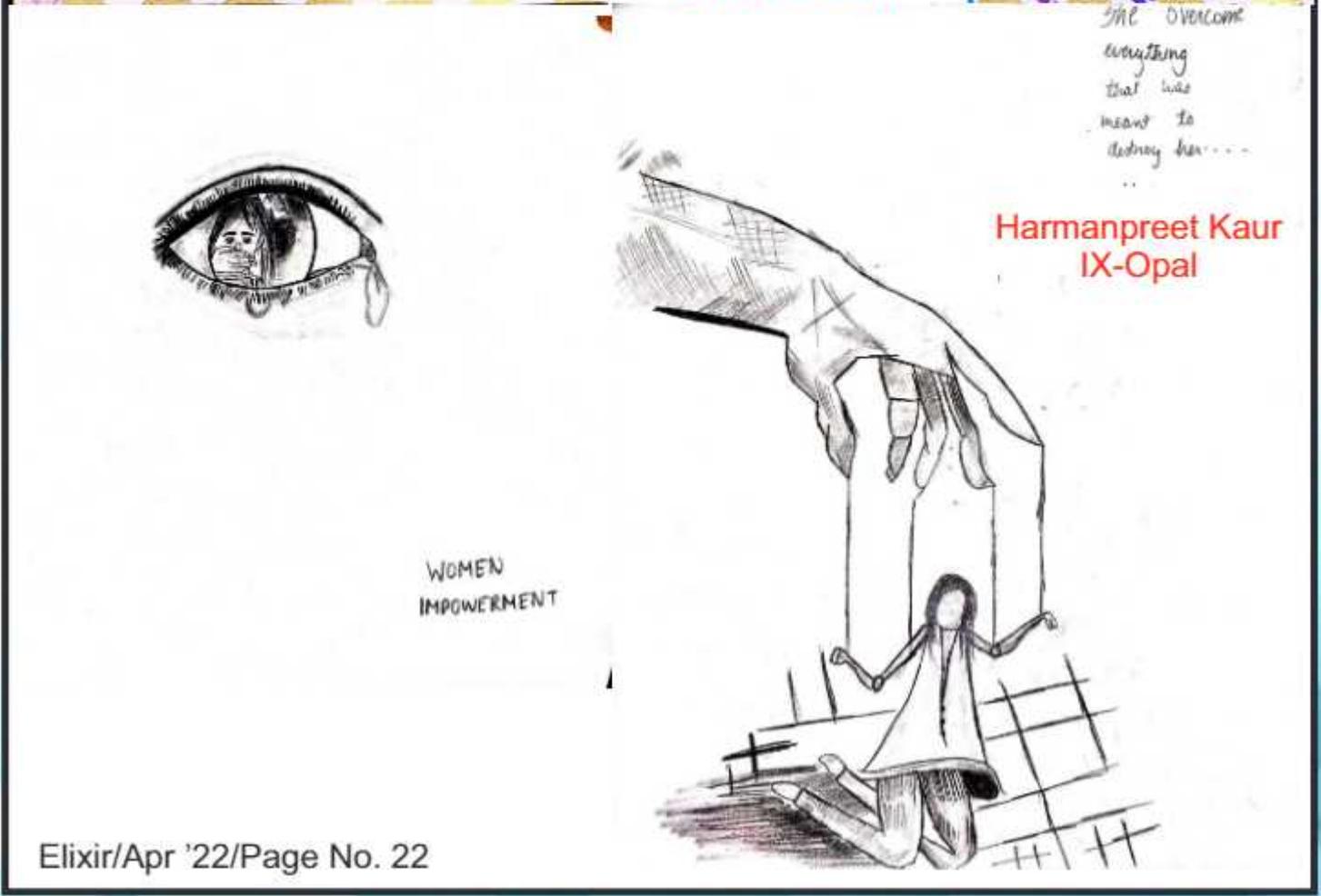
JASMEEN KAUR
SANDHU
ZIT SUPERMEDICAL
2572010



- Gitali
Xth Opal



Yashvi Arora
VIII-Zircon



She Overcome
everything
that was
meant to
destroy her...
..

Harmanpreet Kaur
IX-Opal

WOMEN
EMPOWERMENT