RNI No- 65373/94 मूल्य रु. 60 अंक 30 अप्रैल 2016 - मार्च 2018

चन्द्रताल



पद्मसंभव



28

लोट गांव का खोगल



62

कृष्णा ऑन केनवस



7

RNI No- 65373/94



आवरण : स्व. श्री सुखदास जी की पेंटिंग

चन्द्रताल

अंक 30, अप्रैल 2016 - मार्च 2018

इस अंक में:

संपादकीय 2
पाठकीय 3
कविताएं :
मां बुन लेती है : कृष्णा 4
मलाई बर्फे : इशिता गिरीश 5
बदस्तूर इन्सान : मनीषा शाबला 6
धरती पूछ रही : मोनिका शर्मा 7
वक्त के पन्ने : मोहर सिंह धर्मा 7
अपनी भाषा
स्वड्लो मीरे चेतुईं : स्मिता 8
स्वड्लड्ज़े डाक अंजः : यूसुफ 9
कसौटी : बलदेव घरसंगी 10
कला
अंतर्विरोध : सुरेन्द्र शौंडा 12
उन्नीसवीं सदी में चित्रकला 13
कहानी
सुबह का उजाला : शेर सिंह 17
भद्दू और मिली : सिद्धार्थ दवा 22
क्षेत्रीय दृष्टि : सतीश लोप्पा 23
लोकगाथा
शौ ए शौ ए राणी जे : बलदेव रापा 26
लोक संस्कृति
लोट गांव का खोगल : रणवीर शाशनी 28
श्रद्धांजलि : संपादक 34
शायद वह आखरी पहाड़ था : अजय 35
जीवन का सत्य : स्व० सुखदास 37
साक्षात्कार (कृष्णा) : सुनीता कटोच 38
संस्मरण
मेरा जीवन कहां से कहां तक : डी० सी० ठाकुर 40
बेचारे..... : डॉ० बी० एस० रावल 42
चिट्ठी की यात्रा में : गणेश ग़नी 44
इतिहास
लाहुल : यात्रियों के विवरण : तोबदन 45
धर्म
सत्त्वों के दुख निवारण और बुद्ध धर्म : लालचन्द ढिस्सा 49
संकीर्ण मनोवृत्ति का त्याग : सीता राम गुप्ता 53
देव परम्परा
भीम प्रेयसी हिडिम्बा : तेज राम नेगी 55
बहस
वृद्धाश्रम : एक बहस : अश्वनी बोक्टपा 60
दरकते कराहते पहाड़ और जल विद्युत परियोजना : विनोद कुमार ठबाकु 61
जीवन वृत्त
पद्मसंभव : एम० आर० ठाकुर 62
स्वास्थ्य
स्पीति में हेपाटाइटिस-बी : डॉ० जे० पी० नारायण 66
समीक्षा
सत्य से तथ्य तक का सफर : तुलसी रमण की पुस्तक 68
विविध
चन्द्रताल का 29 वां अंक : ञगः छेरिङ 70
कृष्णा ऑन केनवस : अजय 71

संस्थापक :
स्वंगला एरतोग,
लाहुल स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी रजि० संख्या ल स 42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21,1860

संपादक :
डॉ. छिमे शाशनी

उप संपादक :
बलदेव कृष्ण घरसंगी

प्रकाशक :
सतीश कुमार

डिज़ाईन/ले आऊट :
किशन बोक्टपा

संपर्क :
उप संपादक,
151/1 रामशिला,
अखाड़ा बाज़ार, कुल्लू, हि०प्र० 175101
9816019157 / 9459774779
editor.chandrataal@gmail.com

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा डिजिटल एक्सप्रेस, मनाली से मुद्रित एवं नीरामाटी, ज़िला कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित। संपादक, डॉ. छिमे शाशनी।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक।

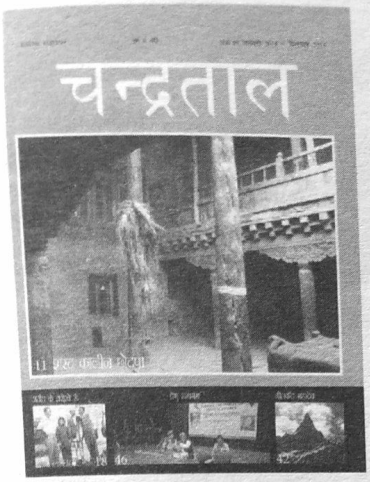
चन्द्रताल सहयोग राशि :

एक प्रति - रु. 60

RNI No- 65373/94

चन्द्रताल

अंक 29, जनवरी 2014 - मार्च 2016



आवरण : मुखौटा नृत्य कक्ष, खङसर
छायाचित्र : ठिनले नमग्याल शास्त्री

संस्थापक :
स्वंगला एरतोग,
लाहुल स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी रजि० संख्या ल स 42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21,1860

संपादक :
डॉ. छिमे शाशनी

उप संपादक :
बलदेव कृष्ण घरसंगी

प्रकाशक :
सतीश कुमार

डिज़ाईन/ले आऊट :
किशन बोक्टपा

संपर्क :
उप संपादक,
151/1 रामशिला,
अखाड़ा बाज़ार, कुल्लू, हि०प्र० 175101
9816019157 / 9459774779
editor.chandrataal@gmail.com

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा डिजिटल एक्सप्रेस, मनाली से मुद्रित एवं नीरामाटी, ज़िला कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित। संपादक, डॉ. छिमे शाशनी।

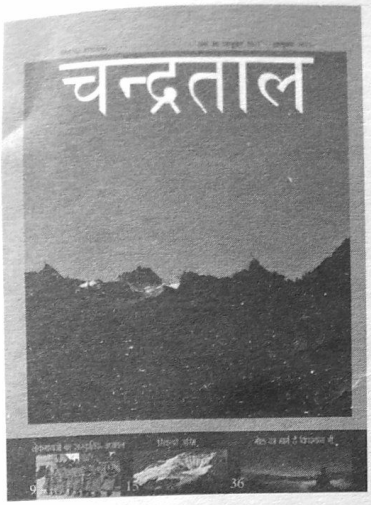
रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक।

चन्द्रताल सहयोग राशि :
एक प्रति - रु० 40
वार्षिक - रू 150

इस अंक में:

सम्पादकीय		: 2
पाठकीय		: 3
कसौटी		: 4
कविताएं :		
पहाड़	: यूसुफ	: 5
ओस की बूंद	: शेर सिंह	: 5
चंचल मन अस्थिर मन	: टशी अंगरूप	: 6
वो सूनी आंखें	: रेखा	: 7
लाहुली माताएं	: शेर सिंह मेरुपा	: 8
यारां सौगी बहारा	: कंचन ठाकुर	: 8
क्षेत्रीय दृष्टि :		
लाहुली विवाह-एक विहंगम दृष्टि	: सतीश कुमार लोप्पा	: 9
आवरण कथा :		
शरद कालीन छोद्पा	: ठिनले नमग्याल शास्त्री	: 11
श्रद्धांजलि		
ठाकुर शिव चन्द जी नहीं रहे	: सतीश कुमार लोप्पा	: 16
इतिहास प्रसंग		
लाहुल-स्पीति अतीत के झरोखे से	: स्व. शिव चन्द ठाकुर	: 18
कहानी :		
बन्द कमरों वाला मकान	: प्रो. संतोष शर्मा	: 22
लोकगाथा :		
कैता माया राम	: स्व० के. अंगरूप लाहुली	: 27
भाषा :		
भोटी भाषा	: एम. आर. ठाकुर	: 29
धर्म :		
हीनयान और महायान में मौलिक भेद	: डॉ. टशी पलजोर	: 33
देव परम्परा :		
भीम प्रेयसी हिड़िम्बा	: तेज राम नेगी	: 36
समाज :		
लाहुल में महिलाओं की स्थिति	: सुनीता कटोच	: 40
कानून :		
शरीर, मस्तिष्क और उत्साह से चूर	: डॉ. राजेश कुमार	: 48
स्वास्थ्य :		
केलंग में मेडिकल अनुसंधान केन्द्र	: डॉ.जे.पी.नारायण	: 50
विविध :		
सोच सदा सकारात्मक	: नवङ तन्ज़िन कटोच	: 42
नीलकंठ महादेव	: विकास ओथङ्बा	: 44
लाहुल के पूर्व व अब की संस्कृति	: नवङ उपासक	: 46
दुख का नहीं, आनन्द का..	: सीताराम गुप्ता	: 51
रिपोर्ट :		
स्वाँगला पिति वेणु समागम	: ञगः छ़ेरिङ	: 53
प्रकाशन :	: बलदेव घरसंगी	: 55
समीक्षा :		
मन देश है तन परदेस	: डॉ. उरसेम लता	: 56



आवरण : मेनथोसा
छायाचित्र : राजेश बाबा

चन्द्रताल

अंक 28, अक्तूबर 2011 - दिसम्बर 2013

इस अंक में:

सम्पादकीय		: 2
पाठकीय		: 3
कसौटी		: 4
कविताएं :		
बारिश की बूंदें	: यूसुफ	: 5
पहाड़–मैदान	: डॉ. उरसेम लता	: 5
लाहुली महिला	: शेर सिंह मेरुपा	: 6
एक सफेद बाल	: स्मिता लोप्पा	: 6
बेगाने रुख न समझ पाती	: वर्षा	: 6
पोटेटो पोईम	: तोबदन	: 7
कभी-कभी बहुत अच्छा लगता है	: विक्रम कटोच	: 8
ख़ामोश प्रतिरोध	: सुनीता कटोच	: 8
संस्कृति शोध :		
लाहुल की लोकगाथाओं का सांस्कृतिक अध्ययन	: स्व. के. अंगरूप लाहुली	: 9
एडवेंचर :		
हिमालय एक अनुगूँज कक्ष है	: कर्नल प्रेम	: 13
आवरण कथा :		
लाहुल–स्पीति और कुल्लू हिमालय के सिकुड़ते ज़रिम	: छेरिङ दोर्जे	: 15
इतिहास :		
लाहुल में बेगारी की प्राचीन प्रथा	: तोबदन	: 18
जीवनी :		
मिलारेपा की जीवनी	: अजेय एवं ठिनले नमज्ञल	: 19
लोकगाथा :		
शिव–पार्वती विवाह गीत	: सतीश कुमार लोप्पा	: 23
साधना :		
मोक्ष का मार्ग है विपश्यना भी	: सीता राम गुप्ता	: 26
कहानी :		
और वह जीत गया	: डॉ. दयानन्द गौतम	: 28
धर्म :		
गौ सेवा से गोलोक की प्राप्ति	: पंडित रोशन लाल शास्त्री	: 31
क्षेत्रीय दृष्टि :		
अब लाहुल की बारी है	: विजय कुमार बौद्ध	: 36
संस्मरण :		
शीत मरुस्थल में कुछ दिन	: डॉ. सूरत राम ठाकुर	: 38
चनाब किनारे बचपन	: गणेश ग़नी	: 48
देव परम्परा :		
कुलूत जनपद में नागों एवं अप्सराओं का वर्चस्व	: तेजराम नेगी	: 46
विविध :		
बौद्ध दर्शन में नारी की गरिमा	: डॉ. अशोक कुमार	: 30
श्रद्धांजलि		: 35
लाहुली मुहावरे	: विकास ओथङ्बा	: 47
बधाईयां		: 50
समीक्षा	: बलदेव कृष्ण घरसंगी	: 51

संस्थापकः
स्वंगला एरतोग,
लाहुल स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी रजि० संख्या ल स 42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21,1860

संपादक :
डॉ. छिमे शाशनी

उप संपादक :
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार :
बिशन दास परशीरा
अजेय कुमार

प्रकाशक :
सतीश कुमार

डिज़ाईन/ले आऊट :
किशन बोकटपा

संपर्क :
उप संपादक,
151/1 रामशिला,
अखाड़ा बाज़ार, कुल्लू, हि०प्र० 175101
9816019157 / 9459774779
editor.chandrataal@gmail.com

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा डिजिटल एक्सप्रेस, मनाली से मुद्रित एवं नीरामाटी, ज़िला कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित। संपादक, डॉ. छिमे शाशनी।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक।
चन्द्रताल सहयोग राशि :
एक प्रति - रु० 30
वार्षिक - रु० 120

चन्द्रताल - 27

नवम्बर 2009–सितम्बर 2011

संपादकीय			2
पाठकीय			3
कविता	चन्द्रा और भागा	श्रवण कुमार	5
	यथार्थ के तल	सुरेन्द्र शौंडा (सूरी)	6
कसौटी	बलदेव कृष्ण		8
कहानी	बिल्ली का बच्चा	ईशिता आर. गिरीश	9
क्षेत्रीय दृष्टि	जिस्पा डेम–लाहुल का विकास या विनाश	छोरिंङ दोर्जे	11
साहित्य	एक स्त्री का व्यथा गीत	उरसेम लता	13
श्रद्धांजली	मामाजी नहीं रहे	कुलजीत क्रोफा	27
लोकगाथा	पट्टनवादी के कीर्तिंग गांव के दो सहोदर भाइयों का कथात्मक घुरे गीत	के. अंगरूप लाहुली	29
धर्म	उदार सांस्कृतिक व्यक्तित्व : बौद्ध संस्कार	टशी पलजोर	32
कला	स्पिति के गोम्पा : बौद्ध विहार	मौलू राम ठाकुर	39
	पटनघाटी में प्रचलित कुछ लोकोक्तियां	डॉ. अशोक कुमार एवं दौलत ठाकुर	43
विविध	लाहुली कृषक वर्ग का भेड़–बकरियों के साथ सामंजस्य आखिर कब तक?	विकास ओथङबा	44
देव परम्परा	कुलूत जनपद में नागों एवं अप्सराओं का वर्चस्व	तेजराम नेगी	46
समीक्षा	लाहुली साहित्य – एक दृष्टिकोण	सुरेन्द्र शौंडा (सूरी)	49
	स्पीति	राज कुमार तम्फैल	50
जीवनी	मिला रेपा की जीवनी	अजेय एवं ठिनले नमज्ञल	54
संस्मरण	शीत मरूस्थल में कुछ दिन	सूरत राम ठाकुर	57
आयोजन	लाहुल के विभिन्न समुदायों में मृतक संस्कार विषय पर सेमीनार		65
प्लेनरी सत्र	जिस्पा डेम परियोजना पर चर्चा		69

मुख पृष्ठः स्पीति और स्व0 गुड्डङ गुर मेमे

संस्थापक
स्वागला एरतोग,
लाहुल–स्पीति में कला एवं संस्कृति उत्थान
हेतु सोसाईटी (रजि0) संख्या ल.स./42/93
सोसाईटीज रजिस्ट्रेशन एक्ट 21,1960

संपादक
सुश्री डॉ0 छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसगी

संपादकीय सलाहकार
बिशन दास परशीरा
अजेय कुमार

सम्पर्क
संपादक –चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू – 175101 (हि0प्र0)

अधिकृत एजेंट

केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हटटी
(शिव मंदिर के पीछे), अप्पर केलंग
लाहुल–स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मृकुला देवी मंदिर, उदयपुर,
लाहुल–स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि
वार्षिक एक सौ रुपये
एक प्रति पच्चीस रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यवसायिक तथा संपादन
व प्रबंधन अवैतनिक है।

स्वगला एरतोग सोसाईटी रजि. के लिए
प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार
द्वारा सीटी कम्पयूटर ढालपुर कुल्लू से
टाईप सैटिंग व गुप्ता प्रिंटर्ज कुल्लू से
मुद्रित एवं प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं उनमें
सपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

संपादकीय 2

पाठकीय 3
प्रो॰ डी॰डी॰ शर्मा
गणेश भारद्वाज गनी

कविता 4–6
वापसी – अशोक रारिक
साथ–साथ – गणेश गनी
नदी गाने लगी – गणेश गनी
एहसास – शेर सिंह मेरूपा
पगडण्डी – उरसेन
इतज़ार – अशोक नाग
माँ – डॉ॰ दयानन्द गौतम

कहानी
और वह हार गई – डॉ॰ दयानन्द गौतम 7–8

लोकगाथा
रूपी रानी की बलि – स्मिता लोप्पा 9–10

कसौटी
वैश्विक प्रतिस्पर्धा के युग में बन्द दरवाज़े की नीति घातक – बलदेव कृष्ण घरसगी 11

क्षेत्रीय दृष्टि
लाहुल आलू सहकारी सभा का वार्षिक अधिवेशन और आप – बलदेव कृष्ण घरसगी 12

लोक संस्कृति
फागली अथवा कूं या कुस – रामनाथ साहनी 13–14
ब्रंगेस, फोरोग तथा चम छ्वड़ज़ि की प्रतीकात्मक महत्ता एवं निहितार्थ – सतीश कुमार लोप्पा 15–18

संस्मरण
तिब्बत में ढाई वर्ष–एक संस्मरण – के॰ अगरूप लाहुली 19–21

कला
जनजातीय क्षेत्र की अमूल्य कलानिधि थनका – मौलू राम ठाकुर 22–24
लाहुल घाटी में थंका चित्रण की परम्परा – सुखदास चित्रकार 25

देव परम्परा
कुलूत जनपद में नागों व अप्सराओं का वर्चस्व – तेज राम नेगी 26–29

विविध
बौद्ध धर्म और पश्चिमी हिमालय में उसका प्रसार – शिवचन्द ठाकुर 30–32
भटकती आत्मा शान्त हुई – सत्यपाल भटनागर 33–34
द्वन्द्व की समाप्ति व संकल्प की पूर्णता – सीता राम गुप्ता 35–36

लोकभाषा
विलुप्ति के कगार पर पहुंचे पटनी बोली के कुछ शब्द – विकास ओथडबा 37

शोध
लालचन्द प्रार्थी की दृष्टि में ज़म्बलू और मलाणा – तोबदन 38–39

जीवनी
मिलारेपा की जीवनी : पीठ का पहला घाव – ठिनले नमज़ल एव अजेय 40–43

धर्म
ओं मणि पद्मे हूँ – कालमुक मंगोलियाई बौद्ध केन्द्र न्यूजर्सी 44–45
जब मृत काग जीवित हो उठा – सतीश लोप्पा 45

संस्थापक
स्वांगला एरतोग,
लाहुल–स्पीति में कला एवं संस्कृति उत्थान हेतु सोसाईटी (रजि0) संख्या ल.स./42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860

संपादक
सुश्री डॉ0 छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार
बिशन दास परशीरा
अजेय कुमार

सम्पर्क :
संपादक – चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू–175101 (हि0प्र0)
फोनः 01902–260348

अधिकृत एजेंट :

केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी
(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग,
लाहुल–स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मृकुला देवी मन्दिर, उदयपुर,
लाहुल–स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि :
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति : पच्चीस रुपये

पत्रिका पूर्णतः अव्यवसायिक तथा संपादन प प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि0 के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार लोप्पा द्वारा सिटी कम्पयूटर ढालपुर, कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित।

आभारः मुख पृष्ठ रेखाचित्र सुरेन्द्र शौंडा

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

संपादकीय 1

पाठकीय 2
कविता 3–5

आज का धर्म — सीता राम गुप्ता
कसक — डॉ0 शकुन
मां! यह कैसी भीड़ है? — डॉ0 उरसेम लता
उचित समय — अशोक कुमार

कहानी

अंतहीन — शेर सिंह — 6–16
वो सुबह कभी तो आएगी — स्नेहलता (सीमा) — 17–18
कसौटी — बलदेव कृष्ण घरसंगी — 19–20
लोकगाथा — 21–23
वरदान याचना करने का गीत — स्व0 के0 अंगरूप

लाहुली
क्षेत्रीय दृष्टि
रिश्तों का घाल–मेल — सतीश लोप्पा — 24–25

धर्म
आर्य असंग और विज्ञानवाद — टशी पलजोर — 26–28

जीवनी
मिला रेपा द्वारा लोक देवताओं की स्तुति — अजेय — 29–30

संस्कृति
पश्चिमोत्तर हिमालय की सांस्कृतिक
समस्याएं एवं उन की व्यापकता — डा0 बनारसी लाल — 31–41

देव परम्परा
कुलूत जनपदों में नागों और अप्सराओं का वर्चस्व — तेजराम नेगी — 42–45
लोक साहित्य
पटनी मुहावरे — विकास ओथड.वा — 46
उत्तुंग एवरेस्ट — प्रेम सिंह — 47–53

यात्रा
पतित पावन नीलकंठ महादेव की यात्रा — विकास ओथड.वा — 54–55

विविध
भौतिकता और अध्यात्म — सुखदास चित्रकार — 56
एक कला ही तो है व्यक्तित्व का सर्वांगीण विकास — सीता राम गुप्ता — 57–58
आर्थिक विकास की दौड़ में लाहुली ग्राम समाज में

मानव मूल्यों का ह्रास — ठिनले शाशनी — 59–65
हादसों के शहर में सम्भावनाओं के द्वार — अशुंमाला — 66–70
समय किस तरह से बीत गया — शिवकुमार ठाकुर — 70

ऊं मणि पद्मे हूँ — श्रवण कुमार — 71

अंक – 25

संस्थापक
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860

संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप सम्पादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

सम्पादकीय सलाहकार
विशन दास परशीरा

प्रकाशक
सतीश कुमार लोप्पा

सम्पर्क
संपादक - चन्द्रताल
भवन बी. यू. जी. 151, वार्ड-1,
रामशिला, अखाड़ा बाज़ार, कुल्लू हि. प्र. 175101
फोन : (01902)-222518

अधिकृत एजेंट
केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी
(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग, लाहुल-स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मृकुला देवी मन्दिर, उदयपुर, लाहुल-स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि :
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति : पच्चीस रुपये

पत्रिका पूर्णतः अव्यवसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा पंकज प्रिंटर्ज घुमारवीं से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, ज़िला कुल्लू हि. प्र. से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण
मुख पृष्ठ रेखा चित्र : अनिल कुमार

चन्द्रताल

अंक - 24

क्रम

सम्पादकीय			2
पाठकीय			3
कविता			4 - 5
	रोहतांग के पार	- शेर सिंह	4
	पहाड़ पर	- सुरेश सेन	4 - 5
	अभिव्यक्ति	- अशोक कुमार	5
	कवि का डर	- गणेश 'गनी'	5
कहानी			
	बचपन बोलने लगा है।	- डा० उरसेम लता	6 - 9
कसौटी			
	लाहुल : विज़न 2025	- बलदेव कृष्ण घरसंगी	10 - 11
लोकगाथा			
	वारे पारे पड़ासेतु थीया जीओ	- बलदेव रापा	12 - 14
क्षेत्रीय दृष्टि			
	बदलते रिवाज़ : रूप अनेक	- सतीश लोप्पा	15
जीवनी			
	मिला रेपा की जीवनी : गुरु के दर्शन	- ठिनले नमग्ज़ल एवं अजेय	16 - 19
इतिहास			
	चन्द किन्नर जातक और लाहुल स्पीति का परिवेश	- तोबदन	20 - 21
लोक परम्परा			
	फोरोग प्रेषण	- के० अंगरूप लाहुली, सतीश लोप्पा	22 - 25
देव परम्परा			
	कुलूत जनपद में नागों और अप्सराओं का वर्चस्व	- तेज राम नेगी	26 - 28
लोक साहित्य			
	पटनी मुहावरे	- विकास	29
विविध			
	बुढ़ापा अभिशाप नहीं, नव्य जीवन की तैयारी	- दिव्य - नवड. तन्ज़िन खलेपा	30 - 31
ग्रामीण विकास			
	लाहुल में पोली जल भण्डारण की सम्भावनाएं	- बलवीर सिंह यर्की	32 - 34
कला			
	बौद्ध कला : उत्पत्ति और विकास	- जसवंत कुमार शर्मा	35 - 38
कृषि			
	पाले से फसलों को नुकसान : कारण और बचाव	- डॉ० मोहन सिंह जांगड़ा	39 - 40

संस्थापक
स्वांगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला एवं संस्कृति उत्थान हेतु सोसाईटी (रजि०) संख्या ल.स./42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860

संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार
बिशन दास परशीरा
अजेय कुमार

सम्पर्क :
संपादक - चन्द्रताल
151, वार्ड 1, रामशिला अखाड़ा बाजार कुल्लू
कुल्लू-175101 (हि०प्र०)
फोन: 01902-260348, 222518, 244411

अधिकृत एजेंट :
केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी
(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग,
लाहुल-स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मृकुला देवी मन्दिर, उदयपुर,
लाहुल-स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि :
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति : पच्चीस रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यवसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार लोप्पा द्वारा शर्मा ग्राफिक्स, सरवरी कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा गुप्ता ऑफसेट प्रिंटर्ज़, कुल्लू द्वारा मुद्रित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण तेल चित्र :
सौजन्य श्री सुखदास, वरि० चित्रकार

क्रम

संपादकीय			2
पाठकीय			5
कविता	*जिन्दगी*	*सन्तोष भागसैन*	6
	बदरंग रिश्ते	*अंजू चौहान*	7
	सत्य	*कृष्णा*	8
	हंगामा मस्जिद पर	*गणेश गनी*	9
	कवि बेबस की स्मृति में	*ज्ञान चन्द चम्बयाल*	10
कहानी			
सज़ा		*कृष्णा*	11
कसौटी		*बलदेव कृष्ण घरसंगी*	15
लोकगाथा			
सज़ी राम पट्ठे की		*के० अंगरूप लाहुली*	17
क्षेत्रीय दृष्टि			
अपना अर्थ खोता जा रहा-सामा		*सतीश कुमार लोप्पा*	19
जीवनी			
मिलारेपा की जीवनी (शत्रु विनाश)		*ठिन्ले नमज्ञल, अजेय*	20
संस्कृति			
चन्द्रभागा घाटी की संस्कृति में शिवरहग.....		*विकास*	25
इतिहास			
लाहुल स्पीति देवताओं की घाटी -		*शिव चन्द ठाकुर*	26
स्वास्थ्य			
काला एवं सफेद मोतियाबिन्द -		*डा० रवीन्द्र शाशनी*	32
लाहुल घाटी की कुछ औषधीय वनस्पतियां -		बलदेव रापा	35
देव परम्परा			
कुल्लू जनपद में नागों और अप्सराओं का वर्चस्व -		*तेज राम नेगी*	39
व्यंग्य			
धर्म-कर्म में क्या रखा है ..... -		*अजय लाहुली*	42
विविध			
समय प्रबन्धन ही कुंजी है		*- नवङ जन्ज़िन खलेपा*	44
योबरंग गांव की प्राकृतिक ..... घड़ी		*- विकास*	46
घटना			
दो रातें एक दिन	-	*राजीव गोम्थड्पा*	47

संस्थापक
स्वांगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला एवं संस्कृति उत्थान हेतु सोसाईटी (रजि०) संख्या ल.स./42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860

संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार
बिशन दास परशीरा
अजेय कुमार

सम्पर्क :
संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०)
फोन: 01902-260348

अधिकृत एजेंट :

केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी
(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग,
लाहुल-स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मकुला देवी मन्दिर, उदयपुर,
लाहुल-स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि :
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति : पच्चीस रुपये

पत्रिका पूर्णतः अव्यवसायिक तथा संपादन प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार लोप्पा द्वारा शर्मा ग्राफिक्स, सरवरी कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

क्रम

संपादकीय 2

पाठकीय 3

कविता

चक्रव्यूह — *गणेश 'गनी'* 6
गज़ल — *सतीश* 6
घीत — *श्याम सदन* 7
इक्कीसवीं सदी का भारतःएक पहलू — *शकुन* 8

कहानी

प्रकाश से अन्धकार की ओर — *राम प्रकाश मेंहदीरत्ता* 9

लोकगाथा

त्रिलोकनाथ की मूर्ति के प्रादुर्भाव का कथा-गीत - *के० अंगरूप लाहुली* 12

क्षेत्रीय दृष्टि

भाषा

भोटी भाषा को संविधान की आठवीं अनुसूची में स्थान क्यों नहीं मिलता - *एम०आर० ठाकुर* 16

घटना

आठ मार्च 1979 को लाहुल में हुए विनाशकारी हिम स्खलन की दुर्घटनाएं - एक विवरण — *तोबदन* 20
कबूतर ने जब 'छम' बनाया — *बलदेव सिंह रापा* 24

इतिहास

लाहुल में स्थापित त्रिलोकनाथ बौद्ध विहार - *ठिनले नमग्रल शास्त्री* 27

देव परम्पराएं

कुल्लू जनपद में नागों और अप्सराओं का वर्चस्व - *तेज राम नेगी* 33

संगीत

कुल्लुवी लोकगीतों में संगीत पक्ष — *डॉ० सूरत ठाकुर* 35

बहस

शकोग नहीं पतग 39

जीवनी

मिलारेपा की जीवनी (प्रतिशोध और साधना) - *ठिन्ले नमग्रल, अजय* 40

पर्यावरण

भारत में प्रदूषण — *मोहन सिंह जांगड़ा* 44

पशुपालन

गर्मियों में पशु-पोषण व प्रबन्ध — *डॉ० जे०एस० चौहान* 45

फिलर

मड़ग्राँ का योर मेला — *राम सिंह ठाकुर* 47
प्रहरी — *सत्य पाल* 48
एवरेस्ट शिखर पर एक और लाहुली — डॉ० वाईकिंग भानू 49

संस्थापक
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार
बिशन दास परशीरा
अजेय कुमार

सम्पर्क:
संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-260348

अधिकृत एजेंट :

केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी
(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग, लाहुल-स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मृकुला देवी मन्दिर, उदयपुर, लाहुल-स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति: पच्चीस रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

मुख पृष्ठ रेखा चित्र : डॉ० शिव प्रकाश भुतुंगरू
अन्य रेखा चित्र : अजेय एवं सुदर्शन

क्रम

संपादकीय		2
पाठकीय		3
कविता		4
आंख	*सुरेश कुमार राना*	4
दास्तां	*शकुन*	4
पहचान	*सिद्धार्थ*	4
वह ज़माना आएगा	*स्व. हव. पामा राम*	5
मां	*रीना रंगबा*	5
कसौटी		6
संयुक्त परिवार का न्याय	*सतीश कुमार लोप्पा*	
लोक गाथा		7
घण्टार गोम्पा का इतिवृत्त	*के. अंगरूप लाहुली*	
क्षेत्रीय दृष्टि		
शकोग् बनाम म्हरपिणि	*सतीश कुमार लोप्पा*	13
कहानी		
दर्द का पहाड़	*डॉ० दयानन्द गौतम*	14
जीवनी		
मिलारेपा की जीवनी	*अनू. ठिन्ले नम्ज्ञाल एवं अजेय*	16
यात्रा		
कुल्लू से करगिल	*एन.जी. बौद्ध*	19
देव-परम्पराएं		
कुलूत जनपद में अप्सराओं और नागों का वर्चस्व	*तेज राम नेगी*	27
इतिहास		
लाहुल-स्पीति का इतिहासं	*शिव चन्द ठाकुर*	30
लोक-भाषा		
लाहुली मुहावरे	*विकास*	36
रीति-रिवाज़		
परिवर्तन कितना ज़रूरी	*सुभाष हंस*	38
बागवानी		
लाहुल घाटी में बागवानी के बढ़ते कदम	*सोनम अंगरूप*	39

संस्थापक
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार
बिशन दास परशीरा

सम्पर्क
संपादक - चन्द्रताल
रामशिला, अखाड़ा बाज़ार, कुल्लू, हि.प्र. 175101
व
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-222518

अधिकृत एजेंट
केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी
(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग, लाहुल-स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मृकुला देवी मन्दिर, उदयपुर, लाहुल-स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि :
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति: पच्चीस रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण

सौजन्य : रीगल स्टूडियो, अखाड़ा बाज़ार, कुल्लू
मुख पृष्ठ : गांशाला गांव का सुरम्य दृश्य

क्रम

संपादकीय 2

पाठकीय 3

कविता 5

एक ख्याल	*आचार्य प्रेम सिंह 'शौण्डा'*
इक्कीसवीं शताब्दी	*गणेश 'गनी'*
मुझे चाहिए आज़ादी	*सुरेश कुमार राना*
मेरा गांव	काकू कारपा
तन्हाई का दर्द	शाम सदन
पगडण्डियों से मिलती मंज़िल	विक्रम गथानियां
न जाने क्यों	प्रीतम अपच्छ्याण

कसौटी 7

नई अर्थव्यवस्था की उम्मीद में सेब की खेती	*बलदेव कृष्ण घरसंगी*

लोक गाथा 8

जीवन का शाश्वत सत्य - मृत्यु	*सतीश कुमार 'लोप्पा'*

क्षेत्रीय दृष्टि 9

रोहतांग सुरंग - सही आकलन की आवश्यकता	*बलदेव कृष्ण घरसंगी*

कहानी 10

मुजरिम कौन -	*शकुन*

इतिहास 13

मिलारेपा का जन्म	*अनुवाद ठिले नमग्याल व अजेय*

हिमाचल की देव-परम्पराएं

हिमाचल में देवी-देवताओं का अवतरण	*डॉ. सूरत राम*	15
पहाड़ी संस्कृति में भूण्डा	*के.एल. शर्मा*	18
कुलूत जनपद में अप्सराओं और नागों का वर्चस्व	*तेज राम नेगी*	22

कला

बौद्ध कला का प्रादुर्भाव	*ठिन्ले नमज्ञाल शास्त्री*	25

बागवानी

सेब एवं नाशपाती के मुख कीट तथा उनकी रोकथाम	*डॉ. डी.आर. खजूरिया व डॉ जे.पी. शर्मा*	29
सेब के पौधों में खाद कितनी, कब और कैसे डालें	डॉ. जयन्त	32

पर्यावरण

पर्यावरण पर दो अभिशाप...	डॉ. मोहन सिंह जांगड़ा	33

विशेष रिपोर्ट 36

रोहतांग सुरंग	छेरिंग दोर्जे
ऐवरेस्ट शिखर पर एक और लाहुली...	

संस्थापक
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार
आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा
बिशन दास परशीरा

सम्पर्क:
संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-66331

अधिकृत एजेंट :
केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी
(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग, लाहुल-स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मृकुला देवी मन्दिर, उदयपुर, लाहुल-स्पीति

विपणन प्रबन्धक
श्री राकेश शर्मा

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति: पच्चीस रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण
सौजन्य : हिमालयन वैब साईट्स, घुड़दौड़, कुल्लू
मुख पृष्ठ : कुल्लू दशहरा
देव-पूजा, मलाणा
छेन्नी कांठी, बंजार

क्रम

संपादकीय 2

पाठकीय 3

कविता
आतंकवादी — *अंशुमाला ठाकुर* 4
सब खत्म है — *गणेश 'गनी'*
ऐ दोस्त तुझे सलाम — *देवेन्द्र कुमार* 5
तुम और मेरी कविता — *शेखर*

कसौटी 6
आखिर यह तो होना ही था — *बलदेव घरसंगी*

लोक गाथा 7
घुरे 'तप-त्याग का' — *आचार्य प्रेम सिंह 'शौण्डा'*

क्षेत्रीय दृष्टि
'खमरण्ड्रि': उपहार नहीं लम्बी अवधि का ऋण — *सतीश कुमार 'लोप्पा'* 10

इतिहास
लाहुल निवासियों की कुल्लू राजदरबार में चाकरी — *मौलू राम ठाकुर* 11

सरोकार
दोहरी नागरिकता का असमंजस
एक राह तो चुननी ही पड़ेगी — *बलदेव कृष्ण घरसंगी* 15

बहस
दुल्हन ही दहेज — *डॉ. शकुन* 16

हिमांचल की देव-परम्पराएं
हिमाचल में देवी-देवताओं का अवतरण — *डॉ. सूरत राम* 18
प्राचीन भोट साहित्य में शिव-पार्वती की कथा — *के. अंगरूप 'लाहुली'* 22
कुलूत जनपद में अप्सराओं और नागों का वर्चस्व — *तेज राम नेगी* 24
गाथा के रूप में गाई जाने वाली गूगा कथा — *किशोरी लाल शर्मा* 26

बागवानी
लाहुल घाटी में सेब की खेती की सम्भावनाएं — *डॉ. जयन्त कुमार* 30

आकलन
अफगानिस्तान के गृह युद्ध का बामियान की प्राचीन विशाल बुद्ध मूर्तियों पर काली छाया — *छेरिंग दोरजे* 32

संस्थापक

स्वंगला एरतोग,

लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93

सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक

सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक

बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार

आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा

बिशन दास परशीरा

सम्पर्क:

संपादक - चन्द्रताल

पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर

कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-66331

अधिकृत एजेंट :

केलंग

श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी

(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग, लाहुल-स्पीति

उदयपुर

श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,

निकट मृकुला देवी मन्दिर, उदयपुर, लाहुल-स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:

वार्षिक : एक सौ रुपये

एक प्रति: पच्चीस रुपये

इस पत्रिका का प्रकाशन 'कपार्ट' लोक कार्यक्रम और ग्रामीण प्रौद्योगिकी विकास परिषद, भारत सरकार के सहयोग से संभव हो पाया है। पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण

की गोम्पा, स्पीति

क्रम

संपादकीय		2
पाठकीय		3
कविता		
स्वागत सहस्राब्दि	*रवीन्द्रनाथ टैगोर*	4
गज़ल	*सुरेश कुमार राणा*	
इक खोज	*पी.एस. आर्य*	
शहर में आदमी	*मोहन सिंह*	
दर्शे का फूल	*सुरेन्द्र*	5
भूल	*ल्हारजे अनाम*	
कविता क्या नहीं देती	*गणेश 'गनी'*	
कहानी		6
लिङ का तीर (लोक कथा)	*प्रेम सिंह 'जीना'*	
कसौटी		9
परिवर्तन को गति	*बलदेव घरसंगी*	
लोक गाथा		10
सज़िराम का सिंगार	*सतीश 'लोप्पा'*	
संस्कृति		
देवता जमलू का प्रचीनतम गणतन्त्र - मलाणा	*सूरत राम ठाकुर*	11
देवभूमि कुल्लू - जमदग्नि ऋषि	*अंशुमाला ठाकुर*	13
स्वास्थ्य		
पल्स पोलियो प्रतिरक्षण का महत्त्व	*डॉ. रंजीत वेद*	15
ऐक्यूप्रेशर बोद्ध पद्धति द्वारा	*डॉ. रणधीर मनेपा*	29
'की' गोम्पा सहस्राब्दी पर विशेष		
'की' गोम्पा का संक्षिप्त इतिहास	*छेरिङ दोरजे*	16
हिमालयी संस्कृति : परम्परा एवं परिवर्तन - संगोष्ठि रिपोर्ट	*डॉ. बनारसी लाल*	18
ओम् मणि पद्मे हूँ	*के. अंगरूप 'लाहुली'*	20
लामाओं की पूजा विधि	*नवङ उपासक*	22
विपासना क्या है?	*सोनम अंगरूप*	23
बौद्ध धर्म - बुराईयों का एकमात्र निदान	*डा. उरसेम लता*	25
लाहुल में शिव और शक्ति पीठ	*ग़रीब दास काश्बीया*	27
पर्यटन		
मनाली के पर्यटकों का आकर्षण केन्द्र - रोहतांग	*एन.जी. बोद्ध*	30
जीवन दर्शन		
जीवन यात्रा का रहस्य	*वी.के. अंग्मो*	31
कला		
श्री सुखदास के चित्रों की प्रदर्शनी	*विशेष रिपोर्ट*	32
संगोष्ठी		31
कुल्लू-लाहुल की लोक संस्कृति	*विशेष रिपोर्ट*	33
लाहुल-स्पीति में वेशभूषा....	*विशेष रिपोर्ट*	34

संस्थापक
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार
आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा
बिशन दास परशीरा

सम्पर्क:
संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-66331

अधिकृत एजेंट :
केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी
(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग, लाहुल-स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मृकुला देवी मन्दिर, उदयपुर, लाहुल-स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति: पच्चीस रुपये

इस पत्रिका का प्रकाशन 'कपार्ट' लोक कार्यक्रम और ग्रामीण प्रौद्योगिकी विकास परिषद, भारत सरकार के सहयोग से संभव हो पाया है। पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण
अमर शहीद शमशेर सिंह 'हरी'
छाया चित्र रॉक्सी स्टूडियो, अ.बा., कुल्लू
श्री टशी छेरिंङ, रेखा चित्र सुरेन्द्र 'शौण्डा'

क्रम

संपादकीय		2
पाठकीय		3
कविता		4
नदी	*'शेखर'*	
सड़क किनारे का पेड़	*सुरेश कुमार राणा*	
चन्द्रभागा	*कर्नल प्रेम*	
गांव में चक्का तलाई	*अजेय*	
उदास	*राजू शाशनी*	
बिखरती हुई ज़िन्दगी	*अंशु माला ठाकुर*	
कहानी		6
आखिर कब तक	*शकुन*	
कसौटी		8
परिवर्तन को गति	*बलदेव घरसंगी*	
लोक गाथा		9
गौन्धला ठाकुर का गुरे गीत	*के. अंगरूप 'लाहुली'*	
क्षेत्रीय दृष्टि		11
लाहुल-स्पीति और पांगी को महावरदान रोहतांग सुरंग	*छेरिंग 'दोरजे'*	
गांव सुमनम की जल समस्या...	*कर्ण सिंह बोक्टपा*	13
श्रद्धा सुमन		14
शहीद असिस्टैंट कमाण्डैंट शमशेर सिंह ठाकुर - एक रिपोर्ट		
व्यक्तित्व		17
श्री ट्'छेरिङ - एक अनूठा व्यक्तित्व		
स्वास्थ्य		24
ठ्रिग्पा	*डा. रणधीर मनेपा*	
विविध		25
कुल्लू दशहरा पर बलि - विचारणीय पक्ष	*सत्यपाल 'महाशय'*	
लोक रीति		27
सुगिलि या सुग्ली	*आचार्य प्रेम सिंह*	
ध्वारी कॉलम		31
जनजातीय क्षेत्र की साहित्यिक और सांस्कृतिक धरोहर : गीत-अतीत	*मौलू राम ठाकुर*	

अंक - 17

संस्थापक
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादकीय सलाहकार
आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा
बिशन दास परशीरा

सम्पर्क:
संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-66331

अधिकृत एजेंट :
केलंग
श्री राम लाल, राम लाल की हट्टी
(शिव मन्दिर के पीछे), अप्पर केलंग, लाहुल-स्पीति

उदयपुर
श्री शिव लाल, शिवा जनरल स्टोर,
निकट मृकुला देवी मन्दिर, उदयपुर, लाहुल-स्पीति

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति: पच्चीस रुपये

इस पत्रिका का प्रकाशन 'कपार्ट' लोक कार्यक्रम और ग्रामीण प्रौद्योगिकी विकास परिषद, भारत सरकार के सहयोग से संभव हो पाया है। पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण

कै० भीम चन्द नवगठित लद्दाख सैनिकों के साथ - 1948

ऑपरेशन विजय अभियान - 1999

क्रम

संपादकीय 2

पाठकीय 3

कविता 4

गरछा - मेरा गांव — *अनाम ल्हारजे*

मेरी ज़िन्दगी — *रीनू कटोच*

इम्यून सिस्टम — *सुरेश विद्यार्थी*

उपदेश दिया बेवकूफ को — *रुचि भुतुंगरू*

कहानी 6

मूक चीत्कार — *राम प्रकाश मेहंदीरत्ता*

कसौटी 10

आर्थिक विकास के बोझ तले दबती सांस्कृतिक चेतना — *बलदेव घरसंगी*

लोक गाथा 11

बरगुल गांव के ढ़ोलक के प्रवास का गुरे गीत — *के. अंगरूप 'लाहुली'*

क्षेत्रीय दृष्टि 13

करगिल युद्ध एवं लद्दाख अभियान

करगिल युद्ध एक लाहुली की दृष्टि में — *छेरिंग 'दोरजे'* 15

लद्दाख मिशन - 1948 — *क० पृथी चन्द* 19

लै.क. खुशाल चन्द — *अशोक ठाकुर* 24

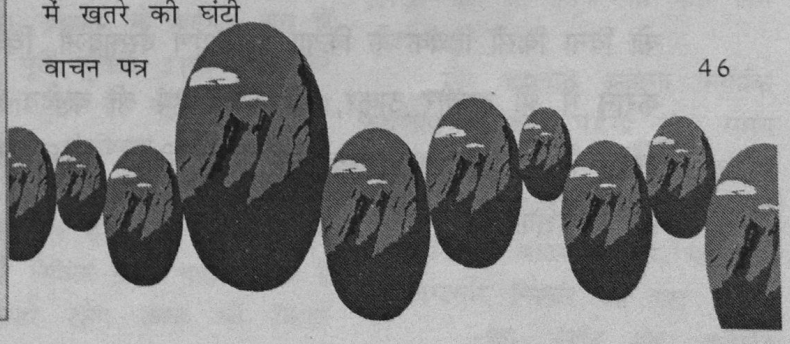
स्व. कै. भीम चन्द के शौर्य की कहानी उनकी जुबानी — *लिप्यांतरण - सतीश 'लोप्पा'* 27

फर्ज़ड हिल पर कब्ज़ा — *तोबगे राम* 34

प्वाइंट 5203 तथा डॉग हिल पर लद्दाख स्काऊट्स का धावा — *सैनिक संस्मरण* 41

करगिल युद्ध - आगामी सहस्राब्दी में खतरे की घंटी — *छेरिंग 'दोरजे'* 44

वाचन पत्र 46



संस्थापक
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण धरसंगी

संपादकीय सलाहकार
आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा
बिशन दास परशीरा

सम्पर्क:
संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-66331

वितरण प्रबन्धक:
रणवीर चन्द ठाकुर, दूकान नं० 19, सामने स्नो व्यू होटल, मॉडल टाउन, मनाली-175131 (हि०प्र०)

लाहुल में सब्स्क्रृप्शन व वितरण एजेंट
श्री रूपसिंह वारपा, लक्ष्मी बुक शॉप,
अपर केलंग, लाहुल-स्पीति - 175 132

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : एक सौ रुपये
एक प्रति: पच्चीस रुपये

इस पत्रिका का प्रकाशन व रंगीन आवरण 'कपार्ट' लोक कार्यक्रम और ग्रामीण प्रौद्योगिकी विकास परिषद, भारत सरकार के सहयोग से संभव हो पाया है। पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक है।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण एवं लेआउट
बलदेव कृष्ण धरसंगी

क्रम

संपादकीय		2
पाठकीय		3
कविता		6
टटुरिङ अन्जि तो	कर्नल प्रेम	
तन्हाई का दर्द	शाम सदन छोगज़िङ	
ओ मेरे मन	राजू शासनी	
ईश्वर उवाच : एक मुल्यांकन	सरला	
अक्स	यूसुफ़	
आकाश	सवि	
कसौटी		5
आर्थिक विकास के बोझ तले दबती सांस्कृतिक चेतना	बलदेव धरसंगी	
लोक गाथा		8
भ्यार का गीत	सतीश लोप्पा	9
क्षेत्रीय दृष्टि		12
संस्कृति		
लाहुल का क्यासुम्दोर मेला	नवङ खलेपा	13
दृष्टिकोण		
अंधेरे में बजी बीन	अजेय	16
मतान्तर		
लङदरमा के पुत्र	नवङ उपासक	16
रिपोर्ट		
हिमालयन बुद्धिस्ट सोसाईटी मनाली	छेरिंग दोर्जे	17
बहस		
कुजी विवाह कहां तक प्रासांगिक	तेनज़िगं ड्रोदोन	21
अनुकरण की मानसिकता और विकृत होती बोलियां	अजेय	27
विविध		
प्रकृति से तालमेल बिठाने में ही मानव का हित	सूरत राम ठाकुर	19
हमारी गौरवशाली शिक्षा का प्रतीक तक्षशिला विश्वविद्यालय	अंगरूप लाहुली	24
क्यों टपकता है आर.सी.सी. स्लैब?	एन.जी. बौद्ध	26
लाहुल की नारी, चिर उपेक्षिता	फुन्चोग डोलमा	32
लोक साहित्य		
शत्पा और पन्था (लोकोक्तियां)	प्रेम सिंह शौण्डा	29
कहानी		
हॉस्पिटल	दयानन्द गौतम	33
विपणन		
बीज आलू की फसल	याद राम डोगरा	35

संस्थापक:
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक:
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक:
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल:
के० अंगरूप लाहुली
आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा,
तोबदन

सम्पर्क:
संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-66331

वितरण प्रबन्धक:
रणवीर चन्द ठाकुर, दूकान नं० 19, सामने स्नो व्यू होटल, मॉडल टाउन, मनाली-175131 (हि०प्र०)

लाहुल में सब्स्कृप्शन व वितरण एजेंट
श्री रूपसिंह वारपा, लक्ष्मी बुक शॉप,
अपर केलंग, लाहुल-स्पीति - 175 132

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : साठ रुपये
एक प्रति: पन्द्रह रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यवसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण एवं लेआउट
बलदेव कृष्ण घरसंगी
आवरण छाया चित्र
किशन बोकटापा

क्रम

संपादकीय 2

पाठकीय 3

कसौटी 5
सहकार, एक नए आयाम का स्थगन *बलदेव घरसंगी*

कविता 6
स्टॉक होम सिन्ड्रोम *सुरेश विद्यार्थी*
तुम्हारा प्रतिबिम्ब *सूरी शौण्डा*
फाईल के भीतर फाईल के बाहर *अशोक स्वांगवा*
उई आयों...
दूरियां *यूसुफ़* 15

लोक गाथा 8
लाहुली प्रजा के नाम राजा विधि सिंह का फरमान *के० अंगरूप लाहुली*

कहानी
दो हज़ार का बहादुर बच्चा *अजय* 13

विविध
भोट लिपि का प्राचीन भारतीय लिपियों से संबंध *बनारसी लाल* 14
राष्ट्रीय एकता में शिक्षक का योगदान *कुन्ज़ङ बोध* *33*

इतिहास
गुगे-जङ-जुङ का इतिहास *छेरिंग दोरजे* 17
बोधिसत्व महानुवादक रिनचन जांगपो... *हीरा लाल ठाकुर* 22

बहस
लाहुल के माथे पर कलंक *शकुन* 18

मतान्तर
शकुन के लेख 'लाहुल के माथे पर कलंक' पर अजेय *20*

किन्तु इस कूज़ी प्रथा को लाहुल के माथे पर कलंक कहना अनुचित लगता है। कारण श्री प्रमोद कुमार ने अंक 13 के पाठकीय में स्पष्ट किया है। 'जो लोग अपनी संस्कृति के बारे में सुन कर लज्जा महसूस करते हैं वे आगे जा कर अपनी संस्कृति को खाक पहचानेंगे?' पाठक के ये उद्गार सौ फी सदी जायज़ है। *... लेख पृष्ठ 19 पर*

संस्कृति
लाहुल की सांस्कृतिक गतिविधियां *प्रेम प्रकाश शावला28*

संस्थापक:
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक:
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक:
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल:
के० अंगरूप लाहुली
आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा,
तोबदन

सम्पर्क:
संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-66331

वितरण प्रबन्धक:
रणवीर चन्द ठाकुर, दूकान नं० 19, सामने स्नो व्यू होटल,
मॉडल टाउन, मनाली-175131 (हि०प्र०)

लाहुल में सब्स्कृप्शन व वितरण एजेंट
श्री रूपसिंह वारपा, लक्ष्मी बुक शॉप,
अपर केलंग, लाहुल-स्पीति - 175 132

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : साठ रुपये
एक प्रति : पन्द्रह रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण एवं लेआउट
बलदेव कृष्ण घरसंगी

आवरण रेखा-चित्र
सुरेन्द्र शौण्डा

क्रम

संपादकीय 2

पाठकीय 3

कसौटी 6
कृषि-नीति निर्धारण की आवश्यकता
आरक्षण-क्या अभी भी इसकी आवश्यकता है? *बलदेव घरसंगी*

कविता 7
सखी *शेखर*
बचपन *आचार्य प्रेम सिंह*
मेरे पहाड़ *प्रेम चन्द*
उई आयों... *सुरेश विद्यार्थी*
दूरियां *यूसुफ़* 15

कला
एक मुकम्मल पहाड़ बनाने की ज़िद *अजय* 8

लोक गाथा 10
वरदान के गीत *के० अंगरूप लाहुली*

क्षेत्रीय दृष्टि 11
लाहुल में स्कीइंग की सम्भावनाएं *ज्ञालछन ठाकुर*

संस्कृति
धर्मचक्र विहार तावो *छेरिंग दोर्जे* 12

लोक भाषा 16
लाहुली बोलियों के संदर्भ में.... *बनारसी लाल*

स्वास्थ्य 19
लाहुल में कैंसर के बढ़ते पंजे *डा० रंजोत वंद*

पर्यावरण
जनजातीय क्षेत्र स्पीति में विभिन्न ईंधनों.. *भूपिन्दर राणा* 20

वाणिज्य
विपणन प्रणाली का महत्त्व *यादराम डोगरा* 22

समाज
गोंधला क्षेत्र - धर्म एवं रहन-सहन *सुनीता मनेपा* 26

कहानी
खत जो शहर से आएगा *दोर्जे डुरूप* 30
अड़ला राक्षस *सोनम फुकतल* 24

विविध
आत्म मूल्यांकन *टशी अंगरूप* 5
मेहंदी से ढके हाथ *सरला* 9
कर्म और भाग्य *वी०के० अंगमो* 25
शिव टिब्बा *प्रेम शावला* 33

संस्थापक:
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीति में कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

संपादक:
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक:
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल:
के० अंगरूप लाहुली
आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा
तोबदन

सम्पर्क:
संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: (01902)-66331

वितरण प्रबन्धक:
रणवीर चन्द ठाकुर, दूकान नं० 19, सामने स्नो व्यू
होटल, मॉडल टाउन, मनाली-175131 (हि०प्र०)

लाहुल में सब्स्कृप्शन व वितरण एजेंट
श्री रूपसिंह वारपा, लक्ष्मी बुक शॉप,
अपर केलंग, लाहुल-स्पीति - 175132

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : साठ रुपये
एक प्रति : पन्द्रह रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, अ०बा० कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मुद्रित एवं नीरामाटी, कुल्लू, हि०प्र० से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण, लेआउट और विज्ञापन डिज़ाईन
बलदेव कृष्ण घरसंगी

क्र म

संपादकीय		1
पाठकीय		2
कसौटी		3
सहकार-एक नया आयाम	*बलदेव घरसंगी*	4
कविता		4
रोहतांग बन गया महाकाल	*नीलचन्द 'लाहुली'*	5
उस पार	*हरिसिंह*	5
सखी	*शेखर*	5
कॉलजेट	*सतीश शाशनी*	6
टूटता प्रवाह	*सुरेन्द्र 'सूरी'*	15
तलाश	*एस० क्रोफा*	31
लोक कथा		
बकरी और उसके बच्चों की कथा	*सतीश कुमार*	7
क्षेत्रीय दृष्टि		
मीडिया का आतंक और संस्कृति का ह्रास	*छिमेद दोरजे*	8
लोक गाथा		10
पांच पाण्डुपुत्रों का घुरे-गीत	*के० अंगरूप लाहुली*	
सहकारिता विशेषांक		
कोऑपरेटिव आन्दोलन	*शिव चन्द ठाकुर*	11
संतुलित विकास का आधार	*मनमोहन गौतम*	12
ज़िला कुल्लू एवं लाहुल-स्पीति में सहकारिता के उतार चढ़ाव	*मंगत राम*	14
बे'स्हि: - एक उत्कृष्ट सहकार	*एस० लोनछेन्पा*	16
कुल्लू ज़िला में सहकारिता....	*डा० सूरत राम*	19
भुट्टी वीवर्ज़ सोसायटी	*इन्द्र सिंह ठाकुर*	22
लाहुल आलू सोसायटी पर एक विहंगम दृष्टि	*एक रिपोर्ट*	25
संस्कृति		
योर त्यौहार मनोविश्लेषणात्मक पक्ष	*राजेन्द्र सिंह*	23
शाशुर छेशु में छम	*नोरबु रिनचेन*	29
पर्यावरण		
व्यूंस - लाहुल-स्पीति का कल्पवृक्ष	*अजय ग्यमूरपा*	30
संस्मरण		
एक महान् विभूति से साक्षात्कार	*सोनमदेव ठाकुर*	32
एरतोकि खबर-रे		35

संस्थापक:
स्वंगला एरतोग,
लाहुल–स्पीति कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि॰) संख्या ल स/42/63
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

मुख्य संपादक:
सुश्री डॉ॰ छिमे शाशनी

उप संपादक:
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल:
के॰ अंगरूप लाहुली
आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा

सम्पर्क:
मुख्य संपादक – चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू–175101 (हि॰प्र॰) फोन: (01902)–66331

वितरण प्रबन्धक:
रणवीर चन्द ठाकुर, 19 फैशन सैन्टर
मॉडल टाउन, मनाली–175131 (हि॰प्र॰)

लाहुल में सब्स्कृप्शन व वितरण एजेंट
श्री रूपसिंह वारपा, लक्ष्मी बुक शॉप,
अपर केलंग, लाहुल–स्पीति – 175132

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : पचास रुपये
एक प्रति : पन्द्रह रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक।

स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि॰ के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक सतीश कुमार द्वारा, नमन, कुल्लू से टाईप सैटिंग तथा मॉडर्न स्टेशनर्ज़, दुकान नं॰ 5, संकन गार्डन, मण्डी से मुद्रित एवं (नीरामाटी) कुल्लू, हि॰प्र॰ से प्रकाशित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं।

आवरण रेखा चित्र : डा० शिव प्रकाश

आवरण डिज़ाईन व लेआउट : घरसंगी

क्रम

संपादकीय		1
पाठकीय		2
कसौटी		
पारदर्शिता में ही दूरदर्शिता	*सतीश लोप्पा*	3
कविता		4
जाड़ों का गीत	*अजेय*	
'अश्क', 'न कहो', 'मां'	*शकुन*	
चि ऊदिइँ	*सुरेन्द्र शैण्डा*	
लोक गाथा		
राणा गुरुदास का गीत	*के॰ अंगरूप लाहुली*	5
क्षेत्रीय दृष्टि		
लाहुल हिमालयन हॉप्स : मार्केटिंग विकल्प	*डॉ पी॰डी॰ लाल*	8
ब्याह के गीत	*राम लाल*	9
इतिहास प्रसंग		
उन्नीस सौ बावन का मुज़ाहिरा	*शिव चन्द ठाकुर*	10
समीक्षा		
लोक गाथा घुरे : एक परिचय	*आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा*	12
दृष्टिकोण		
अभी वह माहौल कहां बना है?	*अजेय*	18
पर्यावरण		
लाहुल स्पिति घाटी के कई भेषजीय पौधे लुप्त होने के कगार पर	*राम नाथ*	20
बहस		
थिरोट प्रोजेक्ट का ध्वस्त चेनल...	*एन॰जी॰बौद्ध*	21
लाहौल के माथे पर कलंक	*शकुन*	23
एरतोकि खबर-रे		
लाहुल कृषक संघ की गुहार		25
श्री विद्यार्थी का कुल्लू में अभिनन्दन		27
आह्वान		
वयस्क एल॰एस॰एस॰ए॰ के प्रति एक आह्वान	*राहुल 'लरजे'*	28
कला		
नियति का ठौर	बलदेव कृष्ण घरसंगी	30

संस्थापक
स्वंगला एरतोग
लाहुल–स्पिति कला व संस्कृति उत्थान हेतु
सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42 /93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21,1860.

मुख्य संपादक
सुश्री डॉ० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल
के० अंगरूप लाहुली
आचार्य प्रेम सिंह, तोबदन

सम्पर्क
मुख्य संपादक–चन्द्रताल
हिन्दी विभाग, राजकीय महाविद्यालय,
कुल्लू (हि०प्र०)

उप संपादक–चन्द्रताल पोस्ट बाक्स 33
मनाली–175131 (हि०प्र०)

प्रकाशक एवं मुद्रक
श्री सतीश कुमार लोपा द्वारा
स्वुगला एरतोग सोसाईटी (रजि०) के लिए

मॉर्डन स्टेशनर्स,
दुकान नं० 5, संकन गार्डन, शॉपिंग
कॉम्पलैक्स मण्डी हि०प्र० द्वारा लेज़र टाईप
सैटिंग व मुद्रितः– Ph. 22544

चन्द्रताल त्रैमासिक
वार्षिक शुल्क : पचास रूपये
एक प्रति : पन्द्रह रूपये

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं

क्रम

1.	**संपादकीय**	
2.	**पाठकीय**	
3.	**कसौटी**	
4.	**कविता**	
	वन्दना	ज्ञान शाबला
	हे लाहौली अफसर	डॉ० रंजीत
	वर्षा	रूची भुतुङ्गरू
5.	**हत्यारे की डायरी**	सुरेश विद्यार्थी
6.	**कहानी**	के० अंगरूप लाहुली
	लोक अपबाद	
7.	**लोक गाथा**	
	गौशाल नगर प्रमुख	
	शाखा धुमा, धूमा का कथा गीत	के० अगरूप लाहुली
8.	**क्षेत्रीय दृष्टि**	
	लाहुल की उत्तर–मुखी ढलाने असुरक्षित	विजय, सुमनम
9.	**ध्वारी कॉलम**	
	छोटा फिर भी शक्तिशाली	साभार : राष्ट्रीय, फरवरी 1994 अनुवाद : सतीश
10.	**पर्यावरण**	
	लाहुल ग्रीन पीस–लाहुल घाटी	
	का सुखद भविष्य	एन०जी०बौद्ध
11.	**कृषि**	
	पुष्प उत्पादन–एक अवलोकन	
12.	**लोक भाषा**	
	लाहुली बोलियां विलुप्ति की ओर	सुरेश विद्यार्थी
13.	**बहस**	
	दहेज की आग–लाहौल घाटी में	चेतन ठाकुर
14.	**सर्वेक्षण**	
	पूर्ति व्यय व आत्म निभरर्ता,	राहुल ठाकुर
	लाहोली घाटी की आवश्यकता	पंजाब विश्वविद्यालय चण्डीगढ
15.	**मतान्तर**	
16.	**दृष्टि कोण**	आचार्य प्रेमसिंह शोण्डा
	टी–सिन्ड्रम	
17.	**पवर्तारोहण**	
	माऊंट शिव (7092-M) पर	एवरेस्ट प्रेम सिंह
	भारत–जापान सयुंक्त पर्वतारोहण अभियान	असिस्टैन्ट कमाडन्ट अभियान भा०ति०सी०पु०
18.	**जीवनी**	
	शाशुर गोम्पा के नेगी लामा जी	नवड उपासक
19.	**ताबो मेले पर विशेष फीचर**	चन्द्रकाल
20.	**काल चक तंत्र–संक्षिप्त परिचय**	सकुल
21.	**सामाजिक संस्था**	
	सपित्ति घाटी की प्रकार	
	सामाजिक परिस्थितिकी सरक्षण	(ले) अज्ञात
22.	**तग्युत गोम्पा के बारे में कुछ तथ्य एवं मिथ**	छेरिंग तावग बाबू
23.	**रिर्पोट**	
	ताबो विहार सहस्राब्दी समारोह	शिवदयाल
24.	**एरतोकी खबर–रे**	
25.	**संगीत समीक्षा**	

अंक – 8/9

संस्थापक:
स्वंगला एरतोग,
लाहुल-स्पीती कला व संस्कृति उत्थान हेतु सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42/93
सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21, 1860.

मुख्य संपादक:
सुश्री डा० छिमे शाशनी

उप संपादक:
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल:
के० अंगरूप लाहुली,
आचार्य प्रेम सिंह

सम्पर्क:
मुख्य संपादक - चन्द्रताल
पोस्ट बॉक्स 25, मुख्य डाकघर ढालपुर
कुल्लू-175101 (हि०प्र०) फोन: 24986

वितरण प्रबन्धक:
रणवीर चन्द ठाकुर, 19 फैशन सैन्टर
मॉडल टाउन, मनाली-175131 (हि०प्र०)

लाहुल में सब्स्कृप्शन व वितरण एजेंट
श्री रूपसिंह वारपा, लक्ष्मी बुक शॉप,
अपर केलंग, लाहुल-स्पीती - 175132

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि:
वार्षिक : पचास रुपये
एक प्रति: पन्द्रह रुपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यावसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक

प्रकाशक एवं मुद्रक स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए सतीश कुमार लोप्पा द्वारा, नमन, कुल्लू से टाईप सैटिंग व मॉडर्न स्टेशनर्ज़, दुकान नं० 5, संकन गार्डन, मण्डी से मुद्रित।

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नही

आवरण रेखांकन : सुरेन्द्र शौन्डा

आवरण डिज़ाईन व लेआउट : घरसंगी

क्रम

2 संपादकीय

3 पाठकीय

5 कसौटी

6 कविता
भटकन — सूरी शौन्डा
चन्द्रताल — शिवदयाल
मानव — विनीता ठाकुर
इतिहास — अजेय
एक सफ़र — सरला

8 कहानी
आत्महत्या से दस मिनट पहले — अजेय

11 डायरी
एक गूंगे-बहरे की डायरी — सतीश व घरसंगी

16 क्षेत्रीय दृष्टि

18 इतिहास
लाहुल का इतिहास एक परिचय — राहुल ठाकुर

22 लोक गाथा
तन्दी संगम में हाड़ (बाढ़) — के० अंगरूप लाहुली

25 पर्यावरण
पोलीथीन की थैलियां फैलाता यह पर्यटन — सरला

26 स्वास्थ्य
ठिकपा-लाहुल की प्रमुख बीमारी — डा० रणजीत वैद

27 बचाव
री — कर्नल प्रेम

29 बहस
लाहुल की महिलाओं से जुड़े कुछ सवाल — नोरबू बौद्ध

30 मतान्तर — सुरेश विद्यार्थी, अजेय

32 दृष्टिकोण
लाहुल संघर्षों की धरती — शेरसिंह वेद

33 एरतोकि खबर-रे

35 निबन्ध
लाहुली समाज में रूढ़िवादिता समस्या व समाधान

संस्थापक
स्वंगला एरतोग
लाहुल-स्पिति कला व संस्कृति उत्थान हेतू सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42 / 93 सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21,1860.

मुख्य संपादक
सुश्री डा० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल
के० अंगरूप लाहुली
आचार्य प्रेम सिंह,

सम्पर्क
मुख्य संपादक-चन्द्रताल

पोस्ट बाक्स 25, मुख्य डाक घर. ढालपुर कुल्लू-175101 (हि० प्र०) फोन न० 4986

वितरण प्रबन्धक:
रणवीर चन्द ठाकुर 19, फैशन सैन्टर मॉडल टाउन मनाली -175131 (हि० प्र०)

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि
वार्षिक : पचास रूपये
एक प्रति : पन्द्रह रूपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यवसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक

प्रकाशक एवं मुद्रक
स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए सतीश कुमार लोप्पा द्वारा मॉड्रन स्टेशनर्ज दुकान न० ५, शंकन गार्डन, मण्डी द्वारा लेज़र टाईप सैटिंग व मुद्रित

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं

आवरण व लेआऊट : घरसंगी
आवरण फोटो : हीरा लाल

क्रम

1. संपादकीय
3. पाठकीय
5. कसौटी

कविता

6. हिम बाला — ज्ञान शावला
6. श्रद्धांजलि — टशी अंगरूप
7. यादें — रंजीत सिंह शाशनी

कहानी

8. कानून के आगे — काफका

इतिहास प्रसंग

9. वीरों में वीर — बलदेव घरसंगी
12. क्षेत्रीय दृष्टि

लोक गाथा

13. चेम्बक ग्राम के वज़ीर राम स्नेही — अंगरुप लाहौली

संस्कृति

15. सुरजणी मेला योर — प्रेम सिंह 'शौण्डा'

स्वास्थ्य

19. लाहुल में स्वास्थ्य सेवाएं — डा० रंजीत वेद

पर्यावरण

21. सीबकथॉर्न की उपयोगिता व उगाने की विधियां — डा० वीरेन्द्र सिंह
23. पिन वैली नैशनल पार्क में प्रथम हिमालयी टंगरोल को रेडियो कॉलर लगाने का अभियान — बी० एस० राणा

यात्रा विवरण

24. मैरी जापान के सेब बागानों की यात्रा — हीरा लाल

मानव सम्पदा

26. हिमालय का अजन्ता — मोहन लाल

अनुभव

28. सामाजिक संगठनों के साथ मेरे अनुभव — देवी सिंह सेवाही
29. श्वेत आंतक — जगत पाल
30. एरतोकि खबर-रे
32. पुस्तक परिचय

अंक - ३

संस्थापक
स्वंगला एरतोग
लाहुल-स्पिति कला व संस्कृति उत्थान हेतू सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42 / 93 सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21,1860.

मुख्य संपादक
सुश्री डा० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल
के० अंगरूप लाहुली
आचार्य प्रेम सिंह,

सम्पर्क
मुख्य संपादक-चन्द्रताल

पोस्ट बाक्स 25, मुख्य डाक घर ढालपुर कुल्लू-175101 (हि० प्र०) फोन न० 4986

वितरण प्रबन्धक:
रणवीर चन्द ठाकुर 19, फैशन सैन्टर मॉडल टाउन मनाली -175131 (हि० प्र०)

चन्द्रताल त्रैमासिक सहयोग राशि
वार्षिक : पचास रूपये
एक प्रति : पन्द्रह रूपये

पत्रिका पूर्णत: अव्यवसायिक तथा संपादन व प्रबन्धन अवैतनिक

प्रकाशक एवं मुद्रक
स्वंगला एरतोग सोसाईटी रजि० के लिए सतीश कुमार लोप्पा द्वारा मॉड्रन स्टेशनर्ज दुकान न० ५, शंकन गार्डन, मण्डी द्वारा लेज़र टाईप सैटिंग व मुद्रित

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं

आवरण फोटो व लेआऊट : बलदेव घरसंगी

क्रम

1. संपादकीय

2. पाठकीय

कविता

4. स्वार्थ — निवेदिता
4. फिर भी मुस्कराती हो तुम — शकुन्तला लोप्पा 'शकुन'
4. मौत — सरला
5. एक दीप जल उठा — निर्मला वैद
5. बचपन — आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा'

कहानी

6. कैसे-कैसे दर्द — शकुन्तला लोप्पा 'शकुन'

इतिहास प्रसंग

8. खल्त्से एपीसोड — बलदेव घरसंगी
11. क्षेत्रीय दृष्टि

लोक गाथा

13. नन्दी द्वारा तन्त्रानुष्ठान — सतीश कुमार लोप्पा

पर्यावरण

15. दवताआ का वृक्ष 'शुर' — सानम अगरूप

लोक संगीत

16. लाहौल जनपद के लोक संगीत में राग छाया — डॉ सूरत राम ठाकुर
21. कसौटी

स्वास्थ्य सेवाएं

25. तिब्बती चिकित्सा पद्धति-एक सर्वेक्षण — डॉ रनधीर सिंह मनेपा

लोक साहित्य

28. बिम-शची (पहेलियां) — आचार्य प्रेम सिंह शौण्डा
30. गुरू घंटाल गोम्पा — छिमे अंगमो साहनी

बहस

31. लाहौल का क्या होगा? — सरला
33. लाहौल की भौगोलिक स्थिति अभिशाप या वरदान — विनिता ठाकुर
34. महापण्डित राहुल सांस्कृत्यायन — शिव चन्द ठाकुर
37. एरतोकि खबर-रे

संस्मरण

अंक - 4/5

संस्थापक
स्वंगला एरतोग
लाहुल-स्पिति कला व संस्कृति उत्थान हेतू सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42 / 93 सोसाईटीज़ रजिस्ट्रेशन एक्ट 21,1860.

मुख्य संपादक
सुश्री डा० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल
के० अंगरूप लाहुली
आचार्य प्रेम सिंह, तोबदन.

सम्पर्क
मुख्य संपादक-चन्द्रताल
हिन्दी विभाग, राजकीय महाविद्यालय,
कुल्लू (हि० प्र०)

उप संपादक-चन्द्रताल पोस्ट बाक्स 33
मनाली-175131 (हि० प्र०)
वितरण प्रबन्धक:
रणवीर चन्द ठाकुर 19, फैशन सैन्टर मॉडल टाउन मनाली -175131 (हि० प्र०)
प्रकाशक एवं मुद्रक
श्री सतीश कुमार लोपा द्वारा
'स्वंगला एरतोग सोसाईटी (रजि०) के लिए
मॉर्डन स्टेशनर्स,
दुकान नं० 5, संकन गार्डन, शॉपिंग कॉम्पलैक्स मण्डी हि० प्र० द्वारा लेज़र टाईप सैटिंग व मुद्रित:- Ph. 22544
चन्द्रताल त्रैमासिक
वार्षिक शुल्क : पचास रूपये
एक प्रति : पन्द्रह रूपये

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमति आवश्यक नहीं

आवरण डिज़ाईन व फोटो : घरसंगी

क्रम

1. संपादकीय
2. पाठकीय
3. कसौटी
4. कविता
   - एक फूल — रंजीत सिंह शाशनी
   - मैं और मेरी ज़िन्दगी — डॉ० रंजीत वेद
   - क्रांति का इन्तज़ार — सुरेश राणा 'रवि'
5. क्षेत्रीय दृष्टि
6. आवरण कथा
   - लाहुल आलू सोसाईटी अन्तर्विरोध या पतन?
7. इतिहास प्रसंग
   - वीरों में वीर — बलदेव घरसंगी
8. संस्मरण
   - रोहतांग पर तेतीस घन्टे — शेर सिंह
9. लोक गाथा
   - चेपि की मृत्यु — सतीश लोप्पा
10. समाज
    - संयुक्त परिवार का विघटन — राहुल ठाकुर
11. संस्कृति
    - सुरजणी मेला योर — प्रेम सिंह 'शोंडा'
    - स्पिति क्षेत्र के संस्कृति की विवेचना — कृष्ण कुमार
12. बहस
    - लाहुल की सांस्कृतिक अस्मिता:पूर्वाग्रह, चुनौतियां और उत्तरदायित्व — अजय
13. जनचेतना
    - साक्षरता, शिक्षा एवं जागरुकता — रुप सिंह ठाकुर

अंक-2

संस्थापक
स्वंगला एरतोग
लाहुल-स्पिति कला व संस्कृति उत्थान हेतू सोसाईटी (रजि०) संख्या ल स/42 /93

मुख्य संपादक
सुश्री डा० छिमे शाशनी

उप संपादक
बलदेव कृष्ण घरसंगी

संपादक मण्डल
के० अंगरूप लाहुली
आचार्य प्रेम सिंह
तोबदन,

सम्पर्क
मुख्य संपादक-चन्द्रताल
हिन्दी विभाग, राजकीय
महाविद्यालय, कुल्लू
(हि० प्र०)

उप संपादक-चन्द्रताल पोस्ट बाक्स 33
मनाली-175131 (हि० प्र०)

प्रकाशक एवं मुद्रक
श्री सतीश कुमार लोपा द्वारा
'स्वंगला एरतोग सोसाईटी (रजि०) के लिए **मॉर्डन स्टेशनर्स,**
दुकान नं० 5, संकन गार्डन, शॉपिंग कॉम्पलैक्स मण्डी हि० प्र० द्वारा लेज़र टाईप सैटिंग व मुद्रित:- Ph. 22544

चन्द्रताल त्रैमासिक
वार्षिक शुल्क : पचास रूपये
एक प्रति : पन्द्रह रूपये

रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, उनमें संपादकीय सहमती आवश्यक नहीं।

आवरण डिज़ाईन : घरसंगी
आवरण फोटो : बीरबल शर्मा

क्रम

कामना: **ज्ञान शाबला**

1. संपादकीय

कविता

3. बदलता दर्द: **अजेय**
4. विनाश : **कृष्ण ठाकुर**
23. याद : **राणा 'रवि'**

कहानी

5. सर्दियों की सुबह : **सतीश**

व्यंग्य

7. कहां खो गए सब फूल : **अजेय**

इतिहास प्रसंग

8. लाहौल, अतीत के झरोखे से : **ठा० शिव चन्द**
12. लाहौल, को मौराविyन मिशनरियों की देन : **तोबदन**

संस्मरण

13. और फिन्च दक्षिण की और उड़ गई। : **कर्नल प्रेम चन्द**

लोक गाथा

16. त्रिलोकनाथ यात्रा बनाम जातरा : **के० अंगरूप लाहुली**

समाज

18. लाहुल में संयुक्त परिवार की ढहती दीवारें : **छाया राम**

पर्यावरण

20. लाहौल घाटी में पारिस्थितिक संतुलन एंव पर्यावरण ह्रास : **सोनम अंगरूप**

पर्यटन

24. पर्यटन स्थल थान पट्टन : **जगतपाल शास्त्री**

कला

25. कला का स्वरूप व लाहौल में इस की स्थिति : **सुख दास**

संस्कृति

'योर' एक पर्व जोबरंग का : **सतीश चन्द्र 'बुगी'**

वाणिज्य

27. हॉप्स व्यापार का इतिहास : **अनुवाद घरसंगी**

अंक - 1