

## CONTENTS

|     | ARTICLE   | PAGE    |
|-----|---|---------|
| 1.  | SPIRITUALITY, MEDITATION AND LONGEVITY<br><b>PARMITA CONTRACTOR</b>   | 02-12   |
| 2.  | तंजौर के राजवंशों का नृत्य के क्षेत्र में महत्वपूर्ण योगदान<br><b>DR. SMRUTI VAGHELA</b>  | 13-16   |
| 3.  | हिमाचल में 'बसंत पंचमी' का सांगीतिक एवं लोक तात्विक रूप<br><b>DR. KIRTI GARG</b>  | 17-20   |
| 4.  | मंडी जनपद का प्रसिद्ध लुड्डी लोकनृत्य एवं लुड्डी लोकगीत<br><b>DR. KALYAN CHAND MANDHOTRA</b>  | 21-33   |
| 5.  | संगीत:मानसिक तनाव दूर करने का एक सशक्त माध्यम<br><b>DR. PREMLAL</b>   | 34-40   |
| 6.  | POLITICAL POWER STRUCTURE OF HIMACHAL PRADESH IN TERMS OF PARTY-WISE REPRESENTATION IN PARLIAMENT<br><b>DR. POONAM CHANDEL</b>                          | 41-45   |
| 7.  | जाति गायन विधा: कैशिकी के परिप्रेक्ष्य में<br><b>DR. GIAN CHAND</b>   | 46-54   |
| 8.  | A STUDY OF THE ROLE OF HIMMAT SHAH'S ART IN THE CONTEXT OF MODERN DESIGN AND ARTISTIC EXPLORATION<br><b>DR. ARJUN KUMAR SINGH</b>                       | 55-61   |
| 9.  | SOLID WASTE MANAGEMENT-A STEP TOWARDS SUSTAINABLE DEVELOPMENT<br><b>DR. LEENA SHARMA, DR. ANJU, PITAMBER SINGH, ROHINI RANA</b>                         | 62-75   |
| 10. | BHAJAN AND IT'S WAY OF INTERPRETATION: A GENERAL STUDY<br><b>MANALI GHOSH</b>   | 76-82   |
| 11. | वर्तमान समय में शहनाई एवं शहनाई वाद्य बनाने वाले कारीगरों की स्थिति<br><b>VINAY GANDHARV &amp; DR. ANKIT BHATT</b>                                      | 83-86   |
| 12. | SCOPE OF RENEWABLE ENERGIES IN HIMACHAL PRADESH: PRESENT STATUS AND FUTURE PROSPECT<br><b>LEENA SHARMA &amp; ANJU</b>                                   | 87-98   |
| 13. | REDISCOVERING FOLK ART: A MULTIDISCIPLINARY EXPLORATION<br><b>RITU BALA &amp; DR. GANESH GULE</b>   | 99-107  |
| 14. | SIGNIFICANCE AND PRECIOUS GEMS OF VALUES AND WISDOM THAT THE RAMAYANA'S SUNDERKAND HAVE<br><b>SUNITA KUMARI</b>   | 108-114 |
| 15. | AESTHETIC ANALYSIS OF RELIEF ART WORK IN DEV RATH FROM THE REGION OF THUNAG, MANDI, HIMACHAL PRADESH.<br><b>NIVEDITA GAUTAM &amp; DR. ROHITA SHARMA</b> | 115-121 |
| 16. | वर्तमान समय में कथक नृत्य के जयपुर घराने की शैलीगत विशेषता<br><b>PAWAN KUMAR &amp; DR. ANKIT BHATT</b>  | 122-125 |
| 17. | सिरमौरी लोक वाद्य एवं प्रयुक्त ताल<br><b>DR. DEVRAJ SHARMA</b>  | 126-131 |
| 18. | कोरोना काल में संगीत के विभिन्न स्वरूप<br><b>DR. SUDHA SHARMA</b>   | 132-135 |
| 19. | शिक्षा नीति और बेनीपुरी जी का साहित्य<br><b>MEENU PAREEK</b>  | 136-141 |
| 20. | शिमला जनपद के जनमानस की मानसिक थकान पर आध्यात्मिक लोक गीतों का प्रभाव<br><b>MANOJ VERMA</b>   | 142-147 |