

has won several trophies? for the school.

He is indeed a lovable boy. My daily cheers me up in difficulty. He

3. योग्यता, देवता।

इनाम, शिक्षा।

ing so...
morning. After her bath, she go...
akes simple food. She is an educat...
she reads religious books, but at times sh...
s many short stories and folk tales. She lo...
ains me by relating short stories.

of the Red Cross Society. She goes to that office dai...
s the problems of widows and estranged wives. She...
and looks after the orphans. Sometimes she goes to...
he welfare of the poor children. She is helpful to...
ous and charitable. She donates some money every...
her institution.

unch, she takes a nap. Though her eyesight is weak, su...
he can also knit sweaters with the help of spectacles. Sh...
ery year. In the afternoon, she plays and fondl...
my activities at school. She takes ple...
with me everything.

Psychology UNSEEN

up of a computer.

human set...
rendered home...
along with their ca...
diseases like cholera, g...
and other water-borne d...
flood-affected areas. Howe...
a few positive contributions...
deposit fertile silt over agricultu...
is good for the crops. Majuli (Assam...
riverine island in the world, is the be...
of good paddy crops after the annual...
Brahmaputra. But these are insign...
benefits in comparison to the grave loss

The Government of India as well as th...
governments are well aware of the...
created by floods every year. He

ional astrologer puts on 'Dhe...
e modern astrologer puts on mod...
according to their popularity. The tra...
een Rs.21 to Rs.51/-, but the modern ast...
per client. But all of them make good m...
ger is poor, but he supplements his income by...
off' the evil effects of the stars. The modern astrol...
de of 'pooja' and charges handsome amount. He a...
e to be worn in a particular finger to escape the evil...
Those who go to them are passing through the b...
erson whose dear one is critically ill goes to...
is having financial loss in business...
be frequent visitors. They want to

Title:

Behind the screen:

TRUTH vs ILLUSION

Acknowledgement

This is the first edition of the department's magazine. This has been created with the joint efforts of the students of psychology department who have contributed the articles and have helped in the designing of this magazine. Hope this magazine becomes a success with the help of its readers.

A note From The

PSYCHOLOGY Department

The Department of Psychology warmly welcomes you to this handmade magazine titled "Behind the Screen: Youth vs illusion!"

In today's digital world, where appearance often replace reality, understanding the human mind has become more important than ever. This magazine is a small effort to explore the contrast between what we present to the world and what we truly experience within ourselves.

Through creative expressions, thoughts and reflections, we invite you to look beyond the screen and connect with the deeper truths of emotions, identity and self-awareness.

We hope this journey encourages you to think, reflect and embrace your true self.

CONTENT

1. Introduction
2. Section A (English)
Digital Life (4 - 12)
3. Section B (Assamese)
দায়িত্ব (13 - 18)
4. Section C (Hindi)
परफेक्ट vs वास्तविकता (19 - 23)
5. Conclusion

Introduction



In today's digital world, social media plays a major role in our lives. We see pictures, stories and posts that look perfect and happy.

However, this perfection is often an illusion. Behind the screen, there are real emotions, struggles and untold stories that remain hidden.

This magazine "Behind the screen: youth vs illusion", explores the difference between what we see online and what actually exists in real life.

It encourages us to think beyond appearance, understand our true feelings and focus on reality rather than comparison and false perfection.

"Not everything we see is the truth."



DIGITAL
LIFE

Digital World

The digital world has completely transformed human life. From communication to education, entertainment to business, everything is now accessible at our fingertips. With the help of smartphones and the internet, people can connect instantly, no matter how far they are.

This rapid growth of technology has made life easier and more efficient. However, it has also changed the way we think, behave, and interact with others. The line between the real world and the virtual world is slowly becoming blurred.

While technology connects us globally, it often distances us from the people physically present around us. We are surrounded by people, yet deeply absorbed in our screens.



SOCIAL MEDIA LIFE



Social media platforms allow individual to express themselves and share their lives with others. People post pictures, achievements, celebrations and happy moments. These posts create an image of a 'joyful and successful life'.

However, what we see online is only a selected version of reality. People rarely share their failures, struggles or difficult memories moments. This create an unrealistic standard of happiness and success.

As a result, viewers begin to believe that everyone else is living a better life, leading to feelings of comparison and dissatisfaction.

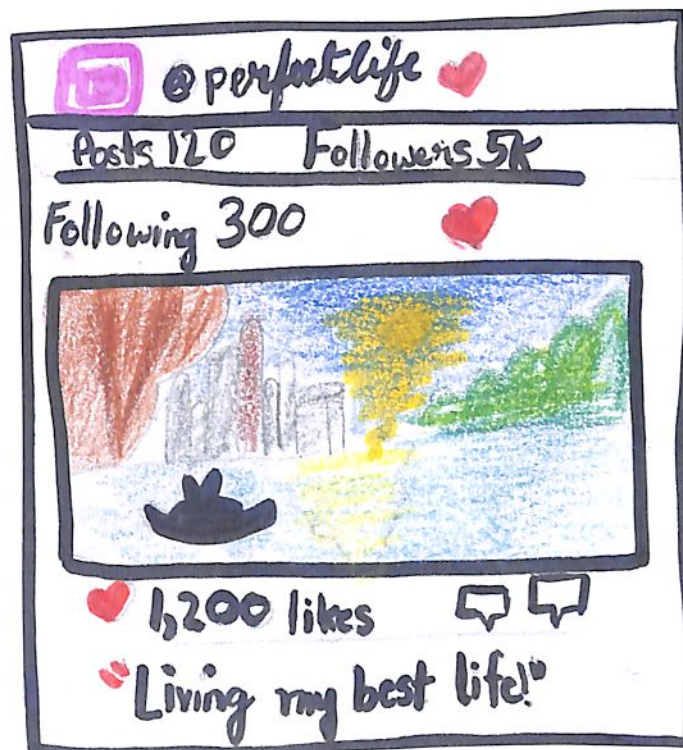
"We post our highlights and hide our struggles."

Instagram Illusion

Platforms like Instagram are designed to attract attention through attention and lifestyle and perfect settings create an illusion of an ideal life.

Most of these images are carefully planned, edited and filtered. What appears effortless is often the result of multiple attempts and adjustments.

This illusion makes people believe that perfection is normal, when in reality, it is carefully constructed.



** "Perfection online is often preparation offline."

FILTERS and EDITING CULTURE

Filters and editing tools have become a common part of social media.

They enhance features, remove imperfections and create visually appealing images.

While they may seem harmless, constant exposure to filtered content can

affect self-image and confidence. People begin to compare their natural selves with edited version of others.

This creates pressure to look perfect and meet unrealistic beauty standards, leading to insecurity and self-doubt.



* Comparing reality with filters leads to dissatisfaction.

NOTIFICATION ADDICTION

Notifications are designed to capture attention. Every like, comment or message releases a small amount of happiness, encouraging us to check our phones repeatedly.

Over time, this creates a habit where we constantly seek validation from others. Our mood begins to depend on how many likes or responses we receive.

This cycle can lead to addiction, reducing our focus, productivity, and ability to enjoy the present moment.

AMAZING FACTS

1. Crabs taste food with their feet.
2. Sharks do not have any bones.
3. A polar bear's hair is not white, it's colorless.
4. Your ears never stop growing!
5. A giraffe has seven bones in its neck, which is the same as a human has, but they are much larger.



ONLINE vs REAL COMMUNICATION

Online and real communication both play a crucial role in shaping human interaction in the modern world. Online communication, through platforms like WhatsApp, Instagram and Zoom, has made it possible to connect instantly with people across the globe, breaking barriers of distance and time. It allows easy sharing of ideas, media and information and time often gives individuals the confidence to express themselves more freely. However, it can sometimes feel impersonal, as it lacks non-verbal cues like facial expressions, eye contact and tone which are essential for conveying true emotions. This may lead to misunderstandings or shallow connections. In contrast, real communication, which occurs face to face, provides a deeper and more authentic experience. It helps in building trust, understanding emotions clearly and forming stronger relationships through direct interaction and immediate responses. Although it may not always be as convenient as online communication, especially in a fast-paced and geographically distant world, it remains more impactful and genuine. Therefore, a balanced use of both online and real communication is important to maintain meaningful relationships while enjoying the benefits of digital connectivity.

Riddle

1. I speak without a mouth and hear without ears.
I have nobody, but I come alive with wind.
What am I?

2. The more you take, the more you leave behind.
What am I?

3. I have keys but no locks, space but no room. You can enter, but you can't go outside.
What am I?

4. What has to be broken before you can use it?

5. What comes once in a moment, twice in a moment, but never in a thousand years?

PERFECT vs REALITY

In the modern digital world, appearance has become more important than reality. Social media encourages people to present only the most attractive and desirable parts of their lives. Beautiful pictures, smiling faces, luxurious places, and cheerful captions create an illusion that life is always perfect.

But perfection is rarely real. Behind every carefully edited image may exist stress, sadness, loneliness, insecurity or emotional pain that remains hidden from public view.

What we see on screens is often only a selected fragment of someone's life - not the whole truth. The real world contains struggles, imperfections, failure, and emotions that cannot always be captured in photographs.

This difference between appearance and reality creates misunderstanding, false expectations and emotional pressure both for those who post and those who watch.

पुस्तक

প্ৰকৃত চিন্তা

হাঁহি এখন মুখ্যত,
কিন্তু মানৱ এক জড়ৰ ধুমুহা।
অকাথিত সন্দেহৰ
ধূবি ফুৰে নীৰৱজত।
যি অনুভৱ কোৱা নহ'ল,
সেইকোৰেই বেছি জেৰেবেয়ে কয় -
মানৱ লুকমৰ থকা কাহিনী,
কোঁতহাও সম্বন্ধ নুপুমা।

স্বাৰাংশ

মানুহৰ মানৱত্ব এখন গভীৰ জাগৰণৰ দৰে, য'ত বহু চিন্তা আৰু
অনুভৱ লুকমৰি থাকে। কাহিনীৰ আঁহা যি দেখুৱায়, ভিতৰত
সেইটো নতমকিৰাও পাব। কোঁতহাও আঁহা হাঁহে, বিকল্প
অনুভৱ দুখোৱে গুৰু থাকে। এই লুকোকাৰ চিন্তাকোৰে অসহায়
কোঁতহাও সলল কৰে। কিন্তু এইকোৰ ছাঁকৰ কাৰণেও
প্ৰয়োজনীয়। মানৱ ভিতৰৰ সত্য চিন্তাকোৰ বুজি পালে
আঁহা নিজৰ মৈতে অধিক সত্য ৰখাৰ পাৰে।



স্বীকৃতি

"এই ঠিকই আছে" —
এই মিত্র কায়,
অক কেশক হয়
শক্তিবন্ধ।
অনুভব কিন্তু,
উষ্ণ সখা অক,
চুপেৰ কয় —
"এই ঠিক নহয়।"
সত্য কেশক কঠিন,
কিন্তু সত্যই আছে মুক্তি।

সাৰাংশ

অসহায় বহু সহায়তে অভিনয় কৰে — "এই ঠিকই আছে"। বুলি
যদিও বিতৰত অসহায় উষ্ণ হৈ থাকে। এই অভিনয়টোৱে
অসহায়ক এগৰা বেছি একেলগে দুখী কৰে। নিজৰ অনুভৱকোৰ
স্বীকাৰ কৰা কোনো দুৰ্বলতা নহয়, বৰঞ্চ ই সহায়ৰ পিনে।
যেতিয়া অসহায় সন্তোষে স্বীকাৰ কৰে, তেতিয়াই মানটো শাল কৰা
হয়। সকলো সহায় ক্ষতি কৰাৰে পৰা প্ৰয়োজন নাই, কেতিয়াবা
দুৰ্বলতা দেখুওৱাও প্ৰয়োজন।

যিবোৰ আমি দেখুৱাওঁ নে

ছবিবোৰত হাঁহি থাকে,
কিন্তু ব্যস্তত চকু লগনী।
পোহুট আনন্দৰ বং,
আঁতৰত দুখৰ কাহিনী।
যি সুহৃৎবোৰ লগাঠিওকা,
সেইবোৰেই আমাৰ জীৱন —
বৰ্হতা, ভয়, উৰাও পৰা,
আৰু পুনৰ উঠাৰ আঁহু।

আৰাংশ

ছাচিয়েল মিডিয়াত আমি আমাৰ জীৱনৰ কেৱল সুখৰ সুহৃৎবোৰে
দেখুৱাওঁ। কিন্তু বৰ্হতা, ভয়, আৰু চকু লগনীবোৰ লুকাই থাওঁ।
সেইবোৰেই জীৱনৰ প্ৰকৃত আংশ, যিবোৰ আমাক আঁহু কালী কৰে।
আকলমেৰে জীৱনত কঠিন সময় আহে, কিন্তু আমি সেইবোৰ প্ৰকাশ
নকৰো, এই 'নেপাঠী কৰা' সুহৃৎবোৰেই আমাৰ ব্যস্ততা, যাক আমি
লোকা উচিত।

তুমি কি দেখা পাও ?

অযত্নে চাইছে তুমি,
মুখ্যমান দেখা যায় ফাঁটে,
যিন্দু অন্তর ছাঁসে
মনে এককমণ্ডল লুকায়।
প্রশ্ন এটা নীরবে উঠে —
“এই জনেই নোঁকা গাই?”
নে এটা ছবি কান্টেন,
যা গাই নিজেই জানেনে প্রাণীদন।

আস্বাংস

অযত্নে এখন কেবল এটা শব্দ নয়, ই অসম্ভব শ্রিতব্য সত্যের প্রতিকল্পন।
যাতিয়া এটি নিজের মুখ্যমান চাঁও, যেতিয়া কেবল অন্যটোরে নয়,
নিজের চিত্তে, অন্তর অসম্ভব অস্বাভাবিক দেখা মেলায়।
কৌতুক্য দৃষ্টিও অন্তর্ভুক্ত হইবে, এমন কল্পনাও নিজকে চলে প্রবেশ
করবে। কিন্তু অযত্নেই কৌতুক্যও ছাড়া নকয়। ই দেখুর্গাই দিয়ে
এটি অসম্ভবে কেনেকুরা। প্রশ্নটোতে হলে — এটি কি সত্যটো
যেবেলে অসম্ভব জানেনে, নে কেবল কৌতুক্যে চাঁও যিটো এটি
যে বিবেক?

নিজৰ ওপৰত চিন্তা

নীৰব্ৰ ক্ৰান্তি, নিজেই জন্মগ্ৰেণ,
“গাই কোন? ক’ত আশ্ৰয়?
জীৱনৰ ডিৱত হেৰাই গ’লোঁ,
নিজকে মিনি মেপোকা এজন।

ভুলকোৰ শিকমই হেনক,
দুখকোৰে গঢ়ে হেনক,
নিজকে বুজা সম্ভৱতই
আছে স্নাতকৰ মুক্তি।

সাৰাংশ

নিজকে বুজা জীৱনৰ অৰ্ণৱতকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ দিক্ষাসমূহৰ এনে।
আত্মা ক্ৰান্তিৰ হানুহনোৰ বিষয়ে বহুত চিন্তা কৰোঁ, কিন্তু
নিজৰ ডিৱতৰ কখনোৰ বহু সাহায্যে উলক্ষ্য কৰি য়াওঁ।
আত্মা-চিন্তাই আমাক নিজৰ ক্ষতি আৰু দুৰ্বলতা বুজিবলৈ সহায়
কৰে। যোত্মা আত্মা নিজৰ ভুলকোৰ স্বীকাৰ কৰোঁ, তেতিয়াই
উদ্ধৃতিৰ পথ মুকলি হয়। নিজৰ হাতে কিছু সাহায্য কৰোঁক,
নিজৰ মানৱ কৰ্ম শূন্য - এইমোৰেই আমাক স্নাতকৰ ক্ষান্তি
দিয়ে।

परफेक्ट vs वास्तविकता

"परफेक्ट दिखना आसान है,
असली होना मुश्किल।"

1. परिचय:

वास्तविकता और विश्वास के बीच हमेशा एक अंतर होता है। आज के समय में लोग अपनी जिंदगी का वही दिखावा दिखाते हैं जो सुंदर, खुश और परफेक्ट लगता है, लेकिन उसके पीछे की सच्चाई अक्सर छिपी रहती है। सोशल मीडिया ने इस अंतर को और बढ़ा दिया है, जहाँ हर कोई अपनी जिंदगी को एक आदर्श रूप में प्रस्तुत करता है।

असल जिंदगी में हर व्यक्ति संघर्ष, असफलता और मुश्किलों से गुजरता है, लेकिन ये चीजें अक्सर सामने नहीं आती। इस कारण देखने वाले को लगता है कि बाकी सबकी जिंदगी बेहतर है, जिससे खुद के प्रति असंतोष बढ़ता है। हमें समझना चाहिए कि जो दिखावा है, वह पूरी सच्चाई नहीं होती।

2. Perfect vs Real

"Perfect" और "Real" के बीच बहुत बड़ा फर्क होता है। "Perfect" वह है जो हम दिखाना चाहते हैं - बिना "Perfect" किसी वही के, हर चीज सजी-संवरी हुई। वहीं "Real" वह है जो सच में होता है - जहाँ गलतियाँ, भावनाएँ और अपुणितारें शामिल होती हैं। जब हम सिर्फ परफेक्ट चीजों को देखते हैं, तो हमें लगता है कि वही सही है, लेकिन असल में असली जीवन उन्हीं अपुणितारों से बना होता है। यही असली अनुभव हमें दिखाते हैं और हमें मजबूत बनाते हैं, इसलिए "Real" हीना "Perfect" से कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण है।

3. तस्वीर बनाम सच्यार्डि

एक परफेक्ट फॉर्ले अक्सर एक परफेक्ट जिंदगी का भाग वेदा करती हैं। लोग अपनी सबसे अच्छी तस्वीरें चुनकर शेयर करती हैं, जिनमें रीशनी, एंगल और एडिटिंग का पूरा ध्यान रखा जाता है। इससे देखने वाले को लगता है कि उनकी जिंदगी भी उतनी ही सुंदर और खुशहाल है।

लेकिन सच्यार्डि यह है कि एक फॉर्ले सिर्फ एक पल को दिखाती है, पूरी कहानी नहीं। उस तस्वीर के पीछे की मेहनत, अंधाधुंध या दुख दिखाई नहीं देता। इसलिए हमें यह समझना चाहिए कि फॉर्ले हमें आ सच्यार्डि का पूरा प्रतिबिंब नहीं होती।

4. तुलना

तुलना करना इंसान की आदत बन चुकी है, खासकर सोशल मीडिया के कारण। जब हम दूसरी की जिंदगी को देखते हैं, तो अक्सर अपनी जिंदगी से उसकी तुलना करने लगते हैं। इससे हमें लगता है कि हम कहीं पीछे रह गए हैं या हम उतने अच्छे नहीं हैं।

यानी तुलना "Comparison steals joy" हमारी खुशी छीन लेता है। जब हम खुद को दूसरी से तुलना करते हैं, तो हम अपनी उपलब्धियाँ और खुशियाँ को नजरअंदाज कर देते हैं। इसलिए जरूरी है कि हम अपनी यात्रा पर ध्यान दें और सतीकार करें।

5. पहली

"मैं दूर से परफेक्ट दिखता हूँ, लेकिन पास आने पर मेरी सच्चाई बखल जाती है..."
इस पहली का उतर है - "थानी भ्रम। भ्रम हमें वैसे ही जीने "Illusion" पर विश्वास करने के लिए मजबूर करता है जो असल में वैसे नहीं होती। जैसे सोशल मीडिया पर दिखने वाली परफेक्ट जिंदगी, जो वास्तव में स्कज मजाया हुआ दृश्य होता है। यह हमें आकर्षित करता है, लेकिन जब हम सच्चाई के करीब जाते हैं, तो हमें असली रूप दिखाई देता है।"

6. सामाजिक दबाव

आज के समाज में परफेक्ट दिखने का दबाव बहुत बढ़ गया है। लोग चाहते हैं कि सामने स्क आकर्षक छवि बनाए रखें। यह दबाव ब्यासकर युवाओं पर ज्यादा असर डालता है। इस दबाव के कारण लोग अपनी असली पहचान छिपाने लगते हैं और दूसरों की उम्मीदों पर खरा उतरने की कोशिश करते इससे मानसिक तनाव और असंतोष बढ़ता है। हमें यह समझना चाहिए कि परफेक्ट होना जरूरी नहीं है, बल्कि खुद को स्वीकार करना ज्यादा महत्वपूर्ण है।

7. भावनात्मक पहलू

अक्सर हम लोगों की मुस्कुराते हुए देखाते हैं और मान लेते हैं कि वे खुश हैं। लेकिन कई बार उस मुस्कान के पीछे गहरी उदासी छिपी होती है। लोग अपनी भावनाओं को छिपाकर एक गजबुत छवि दिखाने की कोशिश करते हैं।

हर व्यक्ति अपने जीवन में किसी संघर्ष में गुजर रहा होता है, लेकिन वह जिसे जाहिर नहीं करता। इसलिए उसका जख्म है हम दूसरी की समस्या की कोशिश करें और सहानुभूति रखें। हर मुस्कान के पीछे एक कहानी होती है, जिसे समझना जरूरी है।

आशा

हमें यह सिखाता है "Perfect" vs "Real" जो हम देखते हैं, वह हमेशा पूरी सच्चाई नहीं सच्चाई नहीं होती। परफेक्शन एक श्रम है, जबकि असल जिंदगी में अपूर्णता ही ज्ञान बनती है। हमें इस अंतर को समझना चाहिए और खुद को उसी रूप में स्वीकार करना चाहिए जैसे हम हैं, जब हम तुलना करना छोड़ देते हैं और अपनी सच्चाई को अपनाते हैं, तब हम असली खुशी पा सकते हैं। हमें यह याद रखना चाहिए कि हर व्यक्ति की कहानी अलग होती है, और वही उसे खास बनाती है।

Conclusion

In a world driven by screens, it is easy to get lost in appearances and forget what is real. Social media often shows only the best moments, creating an image of perfection that does not reflect true life.

This magazine highlights the gap between illusion and reality, reminding us that behind every perfect post, there may be unseen struggles and emotions.

True happiness comes from accepting ourselves, building real connection and valuing our journey instead of comparing it with others.