वर्ष 48 । अंक 12 । दिसम्बर 2021

₹ 15/-

हँसती दुनिया

● वर्ष 48 ● अंक 12 ● दिसम्बर 2021 ● पृष्ठ 52

बच्चों के बौद्धिक विकास की अनूठी पत्रिका

(पंजाबी, अंग्रेजी व मराठी में भी प्रकाशित)

प्रकाशक एवं मुद्रक : राज कुमारी
ने सन्त निरंकारी मण्डल, दिल्ली-9
हेतु एम. पी. प्रिंटर्स बी-220 फेस-II,
नोएडा-201 305 (उ.प्र.) से मुद्रित करवाकर
सन्त निरंकारी सत्संग भवन, सन्त निरंकारी कालोनी,
दिल्ली-09 से प्रकाशित किया।

प्रबन्ध-सम्पादक
सुलेख साथी

सम्पादक
विमलेश आहूजा

सहायक सम्पादक
सुभाष चन्द्र

Phone : 011-47660200
Fax : 01127608215
E-mail : editorial@nirankari.org
Website : www.nirankari.org

Available on Website

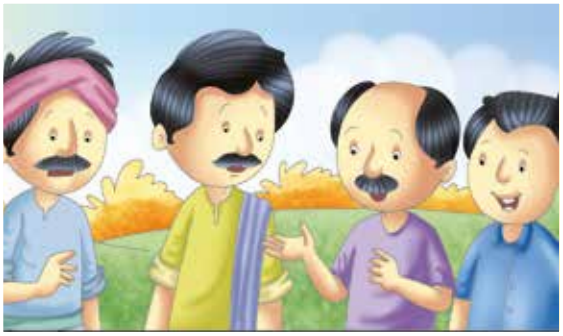
सदस्यता शुल्क

देश	1 वर्ष	3 वर्ष	5 वर्ष	11 वर्ष
भारत/नेपाल	₹ 150	₹ 400	₹ 700	₹ 1500
यू.के.	£ 15	£ 40	£ 70	£ 150
यूरोप	€ 20	€ 55	€ 95	€ 200
अमेरिका	$ 25	$ 70	$ 120	$ 250
कनाडा/आस्ट्रेलिया	$ 30	$ 85	$ 140	$ 300

अन्य देश : उपरोक्तानुसार अमेरिकी डालर के बराबर राशि देय होगी।

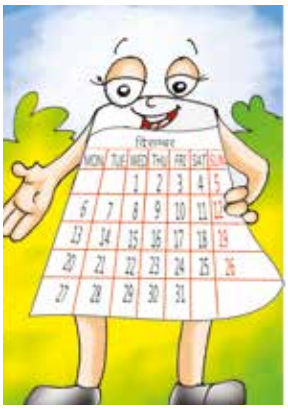
स्तम्भ

4. सबसे पहले
5. सम्पूर्ण अवतार बाणी
6. अनमोल वचन
38. कभी न भूलो
44. पढ़ो और हँसो
49. रंग भरो
50. आपके पत्र मिले



चित्रकथाएं

12. दादा जी
34. किट्टी



कविताएं

7. दिसम्बर की सुनो
: गफूर 'स्नेही'

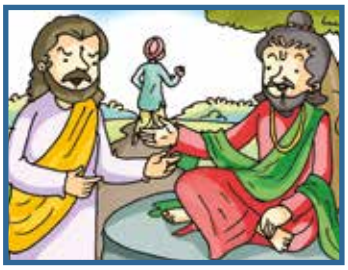
11. आ गई ठण्ड
: सुनील कुमार वर्मा

11. धूप सुहानी लगती ....
: राजेन्द्र निशेश

21. सांझ सुहानी
: गोविन्द भारद्वाज

33. ऐसा काम न करना
: राजकुमार जैन 'राजन'

33. चमक रहे हैं तारे
: अंकुश्री



कहानियां

8. सुनहरी पंख
: राजेश अरोड़ा

10. धैर्य, लगन और निष्ठा
: अर्चना जैन

18. सेवक की चतुराई
: राधेलाल 'नवचक्र'

26. गलती
: प्रियंका

31. ईर्ष्या का फल
: वैदेही शर्मा

39. विवेक का वरदान
: डॉ. विजयप्रकाश त्रिपाठी

47. इतने प्यार से ...
: कमल जैन

विशेष/लेख

16. विटामिन 'सी' के लिए खाइये आंवला
: राजकुमार जैन

20. पहेलियां
: राधा नाचीज

22. प्रवासी पक्षियों का ...
: गोपाल जी गुप्त

28. विचित्र समुद्री जीव
: किरण बाला

30. विज्ञान प्रश्नोत्तरी
: डॉ. घमंडीलाल अग्रवाल

42. कंगारू
: परशुराम शुक्ल

सबसे पहले

जागरूक बनें

जिस दिन से व्यक्ति जन्म लेता है, उसी दिन से वह समय चक्र में अपना जीवन व्यतीत करता है। दिन, माह, वर्ष बदलते रहते हैं और साथ ही साथ व्यक्ति की आयु भी बढ़ती जाती है। आयु और समय के साथ शरीर भी बदलता रहता है और हमारी सोच-विचार में भी निखार आता-जाता है।

हर व्यक्ति की आकांक्षा होती है कि उसका नाम हो, यश हो, ख्याति हो और उसको लोग सम्मान भी देते रहें। वह सम्मान की अपेक्षा दूसरों से करता है, यह अच्छी बात है परन्तु क्या वह स्वयं भी सबका सम्मान करता है। जो अपने से उम्र में छोटों को भी आदर और प्रेम देता है वह समाज में अधिक प्रतिष्ठित हो जाता है लेकिन क्या वह यह तो नहीं भूल जाता कि उसे अपने से बड़ों का भी सम्मान करना है?

शिक्षा जीवन का मूल है और शिक्षा केवल स्कूल, कॉलेज और विश्वविद्यालय से प्राप्त नहीं होती। समय से, परिस्थितियों से और विशेषकर जब परिस्थितियां विषम होती हैं, तब भी वह उनसे अवश्य सीख लेता है।

यह वर्ष 2021 समाप्त हो जाएगा। एक नया वर्ष उसका स्थान ले लेगा। इस वर्ष में हमने क्या सीखा और क्या सीखने का प्रयास किया और क्या हम नहीं सीख पाए या कर पाए? इस समय यही अवलोकन करने का समय है। जो भी व्यक्ति ईमानदारी से, सच्चाई से, निष्कपटता से अपने अन्तर में, अपने मन में देख सके कि उसने इस वर्ष में क्या खोया और क्या पाया? वह उसको स्वयं दिख जाएगा।

समय की रफ्तार तो रूकने वाली नहीं है परन्तु हमारे पास समय ही नहीं रहेगा कि कैसे हम एक अच्छे व्यक्तित्व के धनी बन पाएं?

हम दूसरों से चाहते हैं कि कोई हमारे से अमुक तरह से व्यवहार करे। उसे पहले हमें अपने जीवन में आचरण का हिस्सा बनाना होगा। प्यार चाहते हैं तो प्यार का बीज डालें। सहायता चाहते हैं तो दूसरों की सहायता करें। सम्मान चाहते हैं तो सम्मान करें, यही प्रकृति का नियम है। जिस वृक्ष का बीज बोएंगें उसी तरह का वृक्ष ही उत्पन्न होगा। इसमें भी समय अवश्य लगता है लेकिन तन्मयता से लगे रहने से, प्रयास करने से निहित फल हमेशा प्राप्त होता है। इस प्रकार जीवन के हर क्षेत्र में जैसा चाहेंगे वैसा बन पाएंगे। जो पल हाथ से गया वह गया, वह लौटकर नहीं आएगा। यह दिन, महीना, वर्ष भी इतिहास में समा जाएगा और जो भी पल हमने बिना बोध के जिया वह भी लौटकर नहीं आएगा इसलिए हर पल बोधपूर्वक, प्रेमपूर्वक और अपने प्रति भी जागरूक होकर जिएंगे तो जीवन भी सार्थक हो जाएगा।

– विमलेश आहूजा

हमारे पवित्र ग्रंथ :

सम्पूर्ण अवतार बाणी

पद संख्या 244

आलम होवे कुल इल्मां दा जग नूं सबक पढ़ावे जे।
हाकम दा मिल जावे रुतबा सभ ते हुकम चलावे जे।
शूरवीर वी होवे भारा लम्मी उमर गुज़ारे जे।
दुनियां भर दी दौलत होवे सुख वी होवण सारे जे।
भन्नी कौडी मुल नहीं पैणा जो कुझ वी ओह करदा ए।
कहे अवतार बिना रब जाणे मुड़ मुड़ जमदा मरदा ए।

भावार्थ : उपरोक्त पद में बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि अनेक योग्यताएं हासिल कर लेने के बावजूद इन्सान की कोई कीमत नहीं होती, अगर उसने अपना मूल कार्य नहीं किया अर्थात् परमात्मा को जाना नहीं। इन्सान अनेक प्रकार की विद्याएं हासिल कर लेता है और उसकी विद्वता के कारण लोग उसे सम्मान की दृष्टि से देखते हैं, उसे विद्वान कहते हैं। उसकी अवस्था ऐसी हो जाती है कि वह लोगों को सबक पढ़ाता है, उन्हें शिक्षा प्रदान करता है। कुछ ऐसे भी हैं जो अपनी योग्यता और विद्वता के कारण अधिकारी बनकर लोगों पर अपना हुकुम चलाते हैं। उन्हें हाकिम यानि अधिकारी कहा जाता है। उन्हें अलग रुतबा और सम्मान प्राप्त होता है।

बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि संसार में अनेक शूरवीर हैं जिनके शरीर में बहुत ज्यादा शक्ति है। वे साहसी हैं और लम्बी उम्र गुजारते हैं, उन लोगों की अपेक्षा जो अक्सर बीमार रहते हैं। ऐसे शूरवीर पूर्णत: स्वस्थ और अच्छा जीवन जीते हैं। कई लोग अनेक प्रकार के शारीरिक सामर्थ्य से युक्त होते हैं और खेलकूद जैसी गतिविधियों में भी आगे रहते हैं। संसार में ऐसे लोग भी हैं जिनके पास सुविधाओं के अम्बार लगे होते हैं। दुनिया भर की दौलत उनके पास होती है। यह सब कुछ होते हुए भी परमात्मा के ज्ञान के बिना वे अपूर्ण हैं, अधूरे हैं।

बाबा अवतार सिंह जी कह रहे हैं कि तन, मन, धन की तमाम ताकतों के बावजूद उस व्यक्ति का फूटी-कौड़ी के बराबर भी मूल्य नहीं पड़ता, अगर जिसने सद्गुरु की शरण में आकर प्रभु-परमात्मा का ज्ञान प्राप्त नहीं किया। परमात्मा की जानकारी प्राप्त किए बिना उसका संसार की तमाम विद्याओं की जानकारी हासिल कर लेना कोई महत्व नहीं रखता। यदि उसने परमपिता-परमात्मा की जानकारी हासिल नहीं की तो सब कुछ हासिल करना भी व्यर्थ ही होता है।

बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि संसार में आए हैं तो जो सर्वश्रेष्ठ विद्या है अर्थात् परमपिता-परमात्मा का ज्ञान, इसे सबसे ज्यादा महत्व देना है और सद्गुरु के चरणों में शीश झुकाकर इसे प्राप्त करना है। इसे प्राप्त करने से मानव का जन्म-मरण का चक्र समाप्त हो जाता है और वह मुक्ति पद पाकर जीवन-मुक्त हो जाता है।

भावार्थ : हरजीत निषाद

– संकलन : श्रीराम प्रजापति

अनमोल वचन

❖ जैसे किसी भी वस्तु को देखकर ही हम उस पर अपना पूर्ण विश्वास कर पाते हैं। ऐसे ही प्रभु-परमात्मा को भी ब्रह्मज्ञान के द्वारा देखकर ही पूर्ण विश्वास स्थापित हो सकता है। इस प्रभु का बोध जो कर लेता है फिर वह यही प्रयास करता है कि ये रोशनी दूसरों तक भी पहुँचे।

❖ हम जैसा संग करते हैं वैसा ही रंग लग जाता है। फूलों के बगीचे से निकलेंगे तो खुश्बू का आनंद ही मिलेगा। रंगों से कोई चित्र बनाएंगे तो रंग अवश्य ही हाथ पर भी लगेगा। आटा गूंधते वक्त हाथ में आटा ही लगेगा। ऐसे ही यदि जब हम बुराई का संग करेंगे तो वैसा ही प्रभाव हमारे जीवन में भी आ जायेगा।

❖ जब तक इस परमात्मा को जानने की जिज्ञासा मन में न हो इसे पाया नहीं जा सकता। जिज्ञासा हो तो ईश्वर को पलभर में पाया जा सकता है। अन्यथा इस परमात्मा के इतना निकट होने पर भी हम इसे जान नहीं पाते।

❖ यदि किसी ने हमें चोट पहुँचाई है तो हमें दर्द का अनुभव होता है। इसी एहसास से सीख लें और उसको वापिस चोट न पहुँचाए क्योंकि ऐसा ही दर्द हम भी उसको दे रहे होंगे।

– सद्गुरु माता सुदीक्षा जी महाराज

❖ सत्सम्पर्क से लोहा भी सोना बन जाता है।

– महर्षि वशिष्ठ

❖ जीवन का उद्देश्य है– आगे बढ़ते ही जाना।

❖ महान कार्य करने के लिए पहली आवश्यक वस्तु है– आत्मविश्वास। – जॉनसन

❖ उत्तम स्वास्थ्य ही धरती का सबसे बड़ा वरदान है। – बौद्ध शिक्षा

❖ परमेश्वर उसकी सहायता करता है जो दृढ़निश्चय के शिखर पर चढ़ता है।– पंचतन्त्र

❖ ईश्वर की निगाह में सभी बराबर हैं। जीवों से प्रेम करना वास्तविक पूजा है।

❖ जिस प्रकार सूर्य का प्रकाश समस्त संसार में व्याप्त है वैसे ही सभी जीवों में ईश्वर का निवास है। – सन्त रविदास

❖ धन के द्वारा अमरत्व प्राप्ति असम्भव है।

– स्वामी शिवानन्द

❖ सत्य भाषण द्वारा ही हम अपने आप को बुराइयों से बचा सकते हैं।

❖ सूर्य और चन्द्रमा की तरह हम भी कल्याण मार्ग का अनुसरण करें। – ऋग्वेद

❖ महान पुरुष वह है जिसके उद्देश्य महान हैं।

– इमर्सन

❖ मानव की सेवा करना मानव का सर्वप्रथम कर्तव्य है। – आचार्य विनोबा भावे

कविता : गफूर 'स्नेही'

दिसम्बर की सुनो

दिसम्बर माह की सुन लो बात,
साल की है ये आखिरी पांत।
दिला रहा है हमको याद,
साल खतम है मेरे बाद।।

जाता समय मांगे हिसाब,
गलती का दीजिए जवाब।
वरना नहीं मिलेगी माफी,
हो न कोई भी नाइंसाफी।।

समय पढ़ने का है पढ़िए,
उन्नति पथ पर आगे बढ़िए।
नहीं चलो तो तय है हार,
समय खोलता प्रगति द्वार।।

जिसने की है तैयारी,
हिम्मत कभी नहीं हारी।
इम्तिहान में उसकी जीत,
समय की यह रही है रीत।।

विदा साल की तुम ले लो,
नये साल खुशी से खेलो।
समय की कीमत पहचानो,
कहा बड़ों का नित मानो।।

बाल कथा : राजेश अरोड़ा

सुनहरी पंख

सुमित एक धावक था। उसने स्कूल, तहसील तथा जिला स्तर तक कई दौड़-प्रतियोगिताएं भी जीती थीं। वह अपना भविष्य (कैरियर) भी इस खेल में ही बनाना चाहता था। देश के लिए दौड़ना उसका सपना था।

आज सुमित स्कूल गया तो प्राचार्य ने उसे अपने कक्ष में बुलाया और कहा, 'बेटा! इस वर्ष प्रदेश स्तर की स्कूलों की दौड़-प्रतियोगिता में अपने जिले की ओर से तुम्हें भाग लेना है। आज जिला शिक्षा अधिकारी का आदेश आया है।' सुनकर सुमित की खुशी का ठिकाना नहीं रहा। फिर उसने पूछा, 'सर! प्रतियोगिता कब है?' प्राचार्य ने बताया, 'बेटा! परसों प्रदेश की राजधानी में होगी।'

यह सुन सुमित निराश हो गया और बोला, 'सर! प्रतियोगिता के लिए अभ्यास का तो समय ही नहीं मिला। अब क्या होगा? इस स्थिति में यदि मैं प्रतियोगिता हार गया तो जिले का नाम तो डूबेगा ही, मेरे 'कैरियर' का क्या होगा?'

प्राचार्य ने थोड़ी देर सोचा। फिर वे सुमित को कक्ष से बाहर ले आए और आकाश की ओर देखते हुए वे बोले, 'बेटा! आकाश में उड़ते हुए कौवों को देखो। क्या तुम जानते हो एक कौवे के पंखों में इतनी ताकत कहाँ से आती है? वह आकाश की ऊँचाइयां नाप लेता है।' सुमित बोला, 'सर! नहीं जानता।' तब प्राचार्य ने उसे समझाते हुए कहा, 'बेटा! कौवा आकाश की विशालता और गम्भीरता को अपने

हृदय में स्थापित कर निड़रता से उड़ता है। उड़ता ही रहता है। उसे यह ब्रह्मांड, यह पृथ्वी, ये घटनाएं और विचित्रताएं हल्की लगती हैं क्योंकि उस वक्त उसके हृदय में साहस बैठा होता है और वह उसे देखता है।'

प्राचार्य की यह बात सुमित के मन में घर कर गई। उसके मन में कौवे का चित्र उभरने लगा। उसे लगा जैसे उसके भी पंख लग गए हों।

प्राचार्य ने फिर पूछा, 'बेटा! बात समझ में आयी?' 'जी सर! समझ गया।' कहते हुए सुमित ने प्राचार्य के पांव छुए। प्राचार्य ने उसे शुभाशीष दी।

सुमित समय पर राजधानी पहुँच गया।

प्रतियोगिता का समय हुआ। सभी प्रतियोगी अपने-अपने स्थान पर पोजीशन लेकर खड़े हो गए।

गोली का धमाका सुनते ही सुमित हवा की रफ्तार से दौड़ा। उसके पांव धरती पर ही नहीं टिक रहे थे। ऐसा लगता था मानो वो हवा में उड़ रहा हो। दो अन्य स्कूलों के धावक सुमित को टक्कर देने लगे। अंततः सुमित ही नम्बर वन आया।

उसे सोने का मेडल मिला।

अगले दिन सुमित खुशी-खुशी स्कूल आया। सुमित की इस सफलता पर सारा स्कूल हैरान रह गया। प्रार्थना के पश्चात् प्राचार्य ने सुमित को सम्मानित करते हुए कहा, 'प्यारे बच्चों! आप सब यह सोचते होंगे कि बिना किसी पूर्व तैयारी के सुमित ने इतनी बड़ी सफलता कैसे हासिल कर ली? तो सुनो! इसके पीछे भी एक राज है। वह राज है– साहस। आज सुमित ने यह सिद्ध कर दिया कि साहस एक ऐसा हथियार है जिससे मनुष्य अपने जीवन की सबसे बड़ी कमजोरी को सबसे बड़ी ताकत में बदल सकता है।'

सभी छात्रों ने जोर-जोर से तालियां बजाकर सुमित का अभिनन्दन किया।

बाल कथा : अर्चना जैन

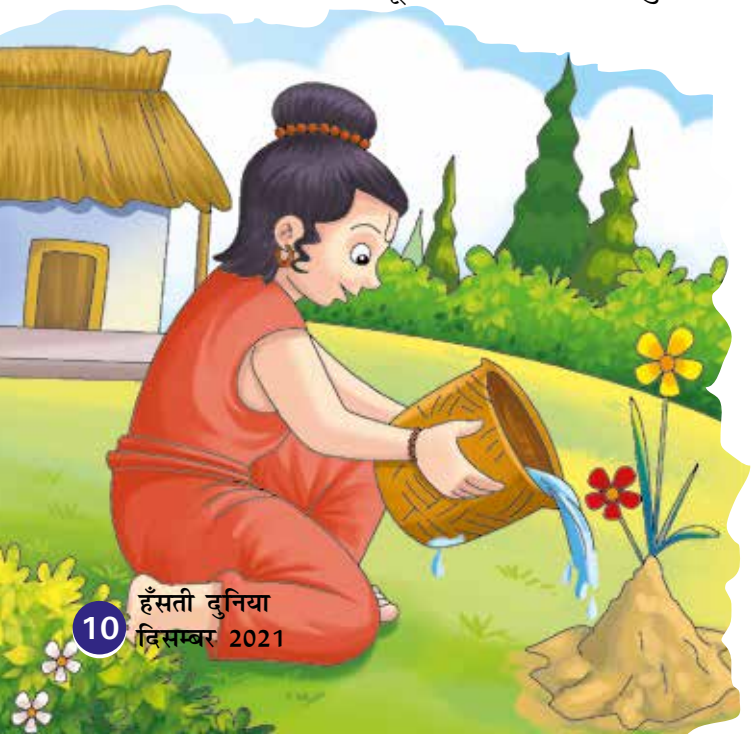
धैर्य, लगन और निष्ठा

एक गुरुकुल के आचार्य अपने शिष्यों की परीक्षा हर बार बड़े अनोखे ढंग से लिया करते। अनोखी परीक्षा के कारण ही शिष्यों को तरह-तरह की बातों का ज्ञान मिला करता।

ऐसे ही एक परीक्षा के वक्त उन्होंने अपने तमाम शिष्यों के हाथों में बांस की एक-एक टोकरी देते हुए कहा– इस टोकरी में गुरुकुल के पीछे बहने वाली नदी से जल भरकर लाना है और गुरुकुल के तमाम पेड़-पौधों की क्यारियों में डालना है।

यह सुनकर सभी शिष्य चकराये और एक-दूसरे का मुख देखकर चर्चा करने लगे। उफ्फ! ये कैसी परीक्षा है? भला, बांस की टोकरी में पानी कैसे भरा जा सकता है? पानी भरते ही वह निकलेगा फिर यहाँ की क्यारियों तक तो पानी की एक बूंद भी आना सम्भव नहीं?

लेकिन आचार्य की आज्ञा का पालन करना था। सो शिष्य अपने-अपने समूह में नदी किनारे पहुँचकर टोकरी में पानी भरने का प्रयास करने लगे। लेकिन जैसे ही पानी उसमें भरा जाता, छिद्रों से तुरन्त वह निकलता। इस अलबेली परीक्षा से शिष्यगण झुंझला उठे। कईयों ने टोकरी नदी में फेंक दी और कई गुपचुप रास्ते से गुरुकुल लौट आये।



हाँ, एक शिष्य जो कर्तव्य के प्रति गम्भीर था और जिसमें गुरु के प्रति पूर्ण सच्ची निष्ठा और आस्था थी। यह सोचकर बार-बार अपनी टोकरी में जल भरता कि आचार्य जी के वाक्य मिथ्या हो ही नहीं सकते। सांझ ढले तक टोकरी जल के बराबर सम्पर्क में रहने के कारण उसमें लगी तीलियां फूल गईं। अतः शिष्य ने तुरन्त टोकरी को नदी में डूबोकर जल भरा और गुरुकुल लौट आया।

अब आचार्य ने तमाम हताश हुए शिष्यों को एकत्रित किया और परिश्रम का महत्व समझाते हुए कहा– कार्य तो मैंने तुम्हें कठिन सौंपा था किन्तु विवेक, लगन और निष्ठा तथा निरन्तर प्रयास से कठिन से कठिन कार्य भी सम्भव हो जाता है।

यह सुनकर परीक्षा में हताश हुए शिष्यों को एक नई नसीहत मिली। शिष्य समझ चुके थे। सचमुच निरन्तर प्रयास से असम्भव कार्य को सम्भव किया जा सकता है।

कविता : सुनील कुमार वर्मा

आ गई ठण्ड

फ्रिज, कूलर, पंखे सब बन्द,
लो भैया आ गई है ठण्ड।

स्वेटर, कोट, मफलर, दस्ताने,
पहने सब हो गये मस्ताने।

आइस्क्रीम, ठण्डे शर्बत गुम,
गरम मूंगफली ले लो तुम।

थर-थर, थर-थर कांपे तन,
फिर भी भैया खुश है मन।

गई गर्मी झुलसाने वाली,
आ गई ठण्ड हर्षाने वाली।

बाल कविता : राजेन्द्र निशेश

धूप सुहानी लगती भैया

किट किट कर दांत किटायें,
सर्द हवा के झोंके आयें।

स्वेटर, कोट सब कुछ पहनो,
फिर भी जाड़ा खूब सताये।

धूप सुहानी लगती भैया,
चाय, पकौड़ी मन को भाये।

फूल खिले कितने रंगों के,
सारी बगिया को महकाये।

दादा जी

चित्रांकन एवं लेखन
– अजय कालड़ा

एक किसान था। वह अपना काम खूब मेहनत और लगन से करता था।

उसके रास्ते में एक हलवाई की दुकान थी। एक दिन वह अपने खेतों में काम करके घर लौट रहा था तो उसने देखा कि हलवाई मिठाइयां बना रहा है।

जब वह हलवाई की दुकान के पास गया तो उसे मिठाइयों की खुश्बू आने लगी। किसान को भूख लगी थी। वह अपने आपको रोक नहीं पाया और उसके पास जाकर खड़ा हो गया। किसान वहाँ कुछ देर तक खड़ा रहा और मिठाइयों की खुशबू का आनन्द लेता रहा।

जब हलवाई ने किसान को मजे से उसकी दुकान की मिठाइयों की खूश्बू का आनन्द लेते देखा, तो वह किसान के पास गया।
पैसे निकालो।

किसान हैरान होकर बोला- मैंने न तो तुम्हारे से मिठाई खरीदी है और न ही खाई है। फिर पैसे किस बात के।
किसान की यह बात सुनकर हलवाई उससे झगड़ा करने लगा।

झगड़ा सुनकर एक व्यक्ति उसके पास आया और बोला– तुम दोनों क्यों लड़ रहे हो?

किसान ने पूरी बात बताई।
अरे! भाई मैं आपको एक सुझाव देता हूँ।

किसान हलवाई के पास गया। उसने अपनी जेब से कुछ सिक्के निकाले और उन्हें दोनों हाथों के बीच में डालकर खनकाया।

किसान फिर वापस जाने लगा तो हलवाई उसके पीछे चलने लगा और उससे पैसा मांगने लगा।

मेरे पैसे तो दो।

जैसे मिठाई की खुश्बू का आनन्द लेना मिठाई खाने के बराबर ही है तो फिर वैसे ही सिक्कों की खनक सुनना भी पैसे लेने के बराबर ही है।

यह सुन कर सभी लोग जोर-जोर से हँसने लगे और हलवाई शर्मिंदा होकर वापस चला गया।

शिक्षा : सूझ-बूझ से हर समस्या को सुलझाया जा सकता है।

आलेख : राजकुमार जैन

विटामिन 'सी' के लिए खाइये

आंवला

चौंकिये नहीं, आमलकी, अमृतफल, धात्रीफल आदि सब आंवले के पर्याय हैं। अरबी भाषा में आंवले को 'आमूलज' कहा गया है। भारतीय चिकित्सा पद्धति में आंवला एक अत्यंत महत्वपूर्ण फल माना गया है। प्राचीन ऋषि चरक और सुश्रुत से लेकर आधुनिक चिकित्सा शास्त्रियों ने एक मत से आंवले की स्वास्थ्य के लिए उपयोगिता और गुणवत्ता को सदैव स्वीकारा है।

आंवले को विटामिन 'सी' का भण्डार कहा जाता है। भारत सरकार की 23वीं हेल्थ-बुलेटिन के अनुसार, प्रति सौ ग्राम आंवले में 600 मिलीग्राम विटामिन 'सी' उपलब्ध रहता है। सामान्य मान्यता के अनुसार एक ताजे आंवले में एक नारंगी की अपेक्षा 20 गुना अधिक विटामिन 'सी' होता है। डॉक्टरों के अनुसार विटामिन 'सी' की कमी से 'स्कर्वी' नामक रोग हो जाता हे। यह एक प्रकार से त्वचा से सम्बद्ध रोग है। वैसे सामान्य स्वास्थ्य के लिए शरीर में विटामिन 'सी' प्रचुर मात्रा में होना आवश्यक माना जाता है। विटामिन 'सी' की कमी से त्वचा शुष्क और बाल निर्जीव, रूखे तथा सफेद होने लगते हैं। शरीर में कमजोरी और थकावट महसूस होती है। मसूढ़े फूलने लगते हैं। विटामिन 'सी' शरीर के तंतुओं को शक्ति और स्वास्थ्य प्रदान कर उन्हें सुचारू और रक्त को साफ रखता है। रोगों के रोगाणुओं को शरीर से मुक्त कर बुढ़ापा न आने देने में भी विटामिन 'सी' की महत्वपूर्ण भूमिका रहती है। इस तरह यह जीवन-शक्ति और कार्यक्षमता में वृद्धि करता है।

आंवला एक सस्ता फल है। मगर अनेकानेक गुणों से युक्त होने के कारण इसे 'अमृतफल' की संज्ञा दी गई है। आंवला ताजा और सुखाया हुआ दोनों ही रूपों में उपयोग में लाया जा सकता है। कई व्यक्तियों की धारणा है कि ताजा आंवला अधिक गुणकरी होता है। मगर विविध प्रयोगों द्वारा यह साबित हो चुका है कि सूखा आंवला ताजे आंवले की अपेक्षा अधिक गुणकारी होता है। यह एक ऐसा फल है जिसको सुखाने या उबालने पर भी इसके गुण स्थिर और ज्यों के त्यों रहते हैं। सूखे आंवले में विटामिन 'सी', अम्ल स्टार्च, टेनिन, प्राकृतिक शर्करा आदि ताजे आंवले की अपेक्षा अधिक मात्रा में मौजूद रहते हैं।

आंवले का रासयनिक विश्लेषण इस प्रकार किया गया है–

प्रोटीन 0.5 प्रतिशत, खनिज लवण 0.7 प्रतिशत, कार्बोज 14.1 प्रतिशत, वसा 0.1 प्रतिशत, रेशा 0.05 प्रतिशत, जल 81.2 प्रतिशत।

पके हुए आंवले में इन तत्वों के अतिरिक्त गैलिक एसिड, निर्यास, शर्करा तथा एल्युमिनियम

भी थोड़ी मात्रा में होता है। हाँ विटामिन 'ए' तथा 'बी' भी आंवले में प्रचुर मात्रा में विद्यमान रहता है। आंवले में अम्लता बहुत अधिक होती है। इसी वजह से यह स्वाद में कसैला होता है। आयुर्वेद में आंवले को एक औषधीय फल की संज्ञा दी गई है। आयुर्वेद के अनुसार आंवला तीखा, शीतल और मृदु विरेचक होता है तथा वात, कफ और पित्त का नाश करता है।

❖ मोतियाबिन्द होने पर ताजे आंवले का एक चम्मच रस प्रतिदिन शहद के साथ चाटने से और प्रतिदिन आँखों को सूखे आंवले अथवा त्रिफला पानी से धोने से बहुत आराम मिलता है।

❖ ताजे हरे आंवले को कच्चा चबाने से पेट की गर्मी दूर हो जाती है। आँखें स्वस्थ रहती हैं तथा चेहरे पर नई चमक आ जाती है। हाँ, इसके लिए नियमित रूप से प्रयोग करें।

❖ सूखे आंवले को लोहे के बर्तन में रात भर भिगोकर अगले दिन उसमें शिकाकाई और रीठे का चूर्ण मिलाकर इससे केश धोएं। केश काले, घने, लम्बे व जड़ें मजबूत होंगी।

❖ आंवले का तेल सिर पर मलने से सिर का दर्द दूर हो जाता है। इस तरह ये स्पष्ट है कि आंवला एक बहु-गुणकारी सस्ता फल है। इसका नियमित उपयोग कीजिए।

जानकारी

दो महीने सूर्य नहीं दिखता

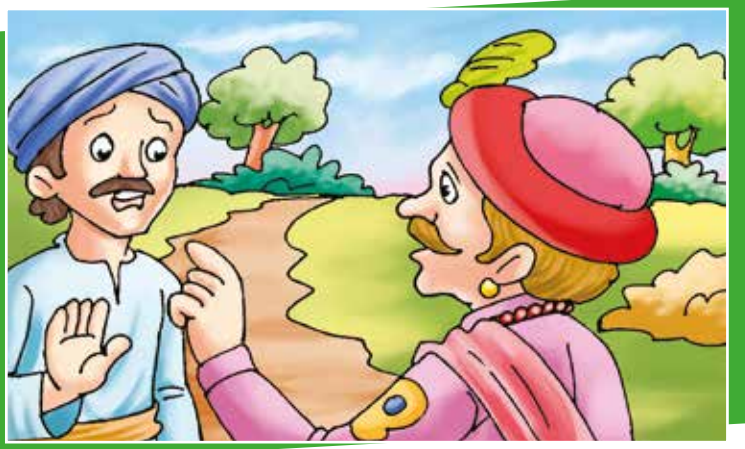
रूस के नोरिल्स्क शहर में लगभग दो माह तक अन्धकार ही अन्धकार छाया रहता है। यह दुनिया में सबसे अधिक ठण्ड पड़ने वाला शहर है। सर्दी के समय में यहाँ का न्यूनतम तापमान माइनस 61 डिग्री सेल्सियस तक चला जाता है। यहाँ का औसत तापमान भी माइनस 10 डिग्री सेल्सियस रहता है।

नोरिल्स्क शहर में नौ महीने तक बर्फ जमी रहती है और हर तीसरे दिन बर्फीले तूफान आते रहते हैं। यहाँ दिसम्बर और जनवरी महीने में सूर्य दिखता ही नहीं है क्योंकि अधिक ठण्ड होने के कारण लगातार बर्फ गिरती रहती है। जिससे दिसम्बर और जनवरी के दोनों महीनों में अंधेरा ही रहता है।

कहानी : राधेलाल 'नवचक्र'

सेवक की चतुराई

एक राजा था। उसने अपने एक सेवक के किसी गम्भीर अपराध पर उसे फांसी की सजा सुना दी। अब तो वह सेवक बहुत घबराया। उसने राजा से जब खूब आरजू-मिन्नत की तो वह बोला– ''कल मेरे दरबार में तुम्हें दो पर्चियों में



से एक उठानी होगी; जिनमें से एक में 'फांसी' और दूसरे में 'मुक्ति' शब्द लिखा होगा। जैसी पर्ची तुम उठाओगे तुम्हारे साथ वैसा ही सलूक किया जाएगा। अब तुम्हारा जीवन तुम्हारे भाग्य पर निर्भर है।'' राजा ने उपस्थित सभी मंत्रियों के सामने यह बात कही।

राजा के इस निर्णय से सेवक को थोड़ी आशा हुई। वह घर लौटा। रात्रि में उसके किसी भरोसेमंद व्यक्ति ने उसे एक राज की बात बताई– ''राजा तुम पर बहुत नाराज है। वह तुम्हें 'फांसी' की सजा देकर ही रहेगा।''

''ऐसा किस आधार पर कह रहे हो?'' सेवक ने उससे जिरह किया।

''कल जो दो पर्चियां तुम्हारे सामने रखी जाएंगी। जानते हो उन दोनों में सिर्फ 'फांसी' शब्द ही लिखा रहेगा, 'मुक्ति' बिल्कुल नहीं और पर्चियां तुम्हें खोलकर भी दिखाई नहीं जायेंगी।''

यह सुनकर सेवक को जो थोड़ी बहुत आशा बंधी थी वह तुरन्त निराशा में बदल गयी। रातभर वह सो नहीं सका। नींद आई ही नहीं।

सुबह वह उदास मन से राजदरबार में पहुँचा। वहाँ दर्शकों की काफी भीड़ थी। सब उसके भाग्य का फैसला सुनने के लिए बेहद उत्सुक थे। सबकी उपस्थिति में जब उसके सामने दोनों पर्चियां रखी गयीं तो एकाएक उसके दिमाग में अपने बचाव के लिए एक बात सूझी। खुश हो उसने राजा से निवेदन किया– ''पर्ची उठाने से पहले मुझे एक मोमबत्ती और एक दियासिलाई दी जाए।''

राजा को कौतूहल हुआ कि भला इन चीजों का क्या करेगा? अत: राजा के आदेश से तुरन्त दोनों चीजें उसके सामने लाकर रख दी गयीं। सेवक ने दियासिलाई से मोमबत्ती जला दी। फिर सबको सम्बोधित कर वह बोला– ''इन दो पर्चियों में

एक में 'फांसी' और दूसरे में 'मुक्ति' शब्द लिखा है। एक में मेरी मौत है तो दूसरे में मेरा जीवन है।'' यह कहकर सेवक ने झट एक पर्ची उठाई और उसे बिना खोलकर पढ़े, मोमबत्ती की लौ में डाल दी। पर्ची तुरन्त जलकर राख हो गई। कोई नहीं जान सका कि उसमें क्या लिखा था?

''तुमने ऐसा क्यों किया?'' राजा सेवक पर आग-बबूला हो उठा।

सेवक शान्त भाव से बोला– ''राजन्, धृष्टता के लिए क्षमा करें। मैंने पर्ची को बिना खोले-पढ़े इसलिए जला दिया कि जो पर्ची मैंने उठाई उसमें 'फांसी' शब्द भी लिखा हो सकता था और मुझमें इतना साहस नहीं था कि मैं अपने हाथों से अपनी मृत्यु के संदेश को खोलूं और पढ़ूं।''

''वह तो ठीक है।'' राजा थोड़ा शान्त हो बोला– ''मगर अब किस आधार पर तुम्हें फांसी या मुक्ति दी जाएगी?''

''बिल्कुल सरल उपाय है हुजूर! ऐसा किया जाए कि जो पर्ची बची है, उसे खोलकर पढ़ा जाए। उसमें जो लिखा हो, उसका ठीक उल्टा सलूक मेरे साथ किया जाए क्योंकि जली पर्ची में भी तो आखिर उल्टी ही बात लिखी थी न।'' सेवक ने अपनी बात समझायी।

राजा को छोड़कर सभी को यह तरीका उचित प्रतीत हुआ। इसलिए मजबूर होकर राजा को वैसा ही करना पड़ा। बची पर्ची खोलकर पढ़ी गई। उसमें 'फांसी' शब्द लिखा था। फलतः सेवक को मुक्ति का आदेश मिला।

समय पर सूझ और अपनी चतुराई से सेवक फांसी के फंदे पर झूलने से बाल-बाल बच गया। ◆

प्रस्तुति : राधा नाचीज

पहेलियां

1. अजब सुनी है इक बात,
नीचे फल और ऊपर पात।

2. मेरे नाम से सब डरते हैं,
मेरे लिए परिश्रम करते हैं।

3. ये धनुष है सबको भाता,
मगर लड़ने के काम न आता।

4. जरा सी बिटिया,
गज भर की चुटिया।

5. न देखे न बोले,
फिर भी भेद खोले।

6. लाल है वो लकड़ी खाए,
पानी पिए मर जाए।

7. लाल लाल डिबिया पीले हैं खाने,
डिबिया के भीतर मोती के दाने।

8. दिन में सोए, रात को रोए,
जितना रोए, उतना खोए।

9. अगर नाक में चढ़ जाऊँ,
कान पकड़कर तुम्हें पढ़ाऊँ।

10. खुद कभी वह कुछ न खाए,
लेकिन सबको खूब खिलाए।

(पहेलियों के उत्तर किसी अन्य पृष्ठ पर देखें)

बाल कविता : गोविन्द भारद्वाज

सांझ सुहानी

डूब रहा है सूरज फिर से,
धरे लाल रंग का रूप।
समा रही है फिर धरती में,
अति सुन्दर सुनहरी धूप।।

बदल गयी खेतों की काया,
झूम रही है हरियाली।
अम्बर ने ओढ़ लिया भगवा,
हवा चली है मतवाली।।

लौट चले पंछी घर अपने,
है लगा गगन में रेला।
पेड़ों की सूनी शाखों पर,
लगा पंछियों का मेला।।

लगता सूरज लाल रंग में,
जैसे माथे का टीका।
बिन टीके के नभ का मस्तक,
लगता बिल्कुल ही फीका।।

बादल के आंचल में लिपटा,
धरती का सुहाना भूप।
सबके मन को लुभा रहा है,
दृश्य सुन्दर यह अनूप।।

आलेख : गोपाल जी गुप्त

अतिथि देवो भवः
प्रवासी पक्षियों का स्वागत

भारतीय संस्कृति में अतिथियों को देवता के समान मानते हुए उनका स्वागत किया जाता है। वैसे अतिथि के रूप में हम केवल अपने घर आने वालों का ही स्वागत करते हैं किन्तु भारत के जंगलों, पक्षीविहारों, अभयारण्यों में दूर-दराज से आने वाले अतिथियों (पक्षियों) के स्वागत की बात सुनकर हो सकता है आश्चर्यजनक लगे पर यह सच है कि प्रतिवर्ष शरद ऋतु में विश्व के विभिन्न देशों से अनगिनत पक्षी लगभग 6 महीनों के लिए हमारे देश में अतिथि के रूप में आते हैं और सारा जंगल उनका स्वागत करता है।

वास्तव में भारत के उत्तर में स्थित ठंडे देशों से प्रतिवर्ष हजारों-लाखों की संख्या में परिन्दे वहाँ की कड़ाके की ठंड से बचने के लिए हजारों मील की यात्रा कर शरद ऋतु के प्रारम्भ में (अक्टूबर-नवम्बर के महीने में) भारत आते हैं और बसन्त ऋतु में मूल स्थान को वापस लौट जाते हैं। समूहों, दलों में आने वाले परिन्दों में खंजन, सारस, चक्रवाह, जंगली बतखें, गौरैया, पपीहा, फुदकी, गुलाबी मैना, धोबिन पक्षी, स्वर्णचूड़ आदि न जाने कितनी जातियों-उपजातियों के छोटे-बड़े परिन्दे होते हैं। इनमें से कुछ पहाड़ों को लांघते हुए, कुछ सागरों-महासागरों को पार करते हुए, कुछ साइबेरिया की बैकाल झील से, कुछ अरब सागर के मध्य से यहाँ आते हैं। ये भारत में इतना समय बिताते हैं कि ऐसा हमें लगता ही नहीं कि वे प्रवासी हैं, परदेसी हैं बल्कि वे हमें अपने ही देश के मालूम होते हैं। इन सभी के बारे में इस छोटे से लेख में लिखना सम्भव नहीं है। इस समय हम केवल खंजन, सारस और चक्रवाक का ही जिक्र कर रहे हैं।

खंजन : किसी की आँखों की सुन्दरता का वर्णन करते हुए हिन्दी के कविगण आँख की उपमा खंजन की आँख से देते हैं और इसी से तुलना करते हैं। सचमुच खंजन की आँख होती ही इतनी सुन्दर है। खंजन को अंग्रेजी भाषा में वैगटेल (Wagtail) कहा जाता है। इसकी तीन प्रजातियां- श्वेत, श्याम तथा पीत या गोपीत हैं तथा कई उपजातियां होती हैं।

श्वेत खंजन : लगभग 20 सेंटीमीटर लम्बे श्वेत खंजन पानी के पास दल बनाकर रहते हैं। नर

खंजन के सिर पर काले धब्बे होते हैं जो सीने पर चन्द्रमा के आकार में दिखते हैं। ये सफेद रंग के होते हैं तथा पंख काले रंग के जिन पर सफेदी लिए भूरे रंग की किनारी होती है। मादा का रंग नर से हल्का होता है पर उसके सिर पर धब्बे नहीं होते। नर-मादा दोनों के चोंच तथा पाँव चटख काले रंग के होते हैं। ये तेजी से दौड़ते हैं और दौड़ते हुए इनकी दुमनुमा पूँछ उठती-गिरती रहती है।

इनकी केवल एक उपजाति हिमालय तथा कश्मीर के ऊँचे शिखर पर अंडे देकर प्रवास हेतु आती है। कुछ उपजाति चीन तथा पूर्वी साइबेरिया में अंडे देकर उत्तर प्रदेश के मिर्जापुर, सोनभद्र से लेकर आसाम तथा नेपाल के जंगलों में प्रवास करती है। इसकी कुछ उपजाति ईरान, अफगानिस्तान, तुर्कीस्तान में अंडे देने के बाद अगस्त-सितम्बर में दक्षिण भारत के बेलगाँव से कोलकाता में मई तक प्रवास करने आती है। तीसरी उपजाति पश्चिमी साइबेरिया, यूराल पर्वत श्रृंखलाओं में अंडे देने के बाद अक्टूबर तक त्रावणकोर में आकर अप्रैल तक प्रवास करती है।

श्याम खंजन : इसकी लम्बाई 18 से 20 सेंटीमीटर तक होती है। ये प्रायः अकेले ही जल के नजदीक रहती हैं। इसके शरीर का ऊपरी हिस्सा नीला-भूरा, निचला हिस्सा पीला, पंख गहरा भूरा, कंठ तथा गर्दन का अगला हिस्सा सफेद, दुम लम्बी-पतली पीलापन लिए हरे रंग के धब्बे वाली होती है। इसकी अनेक उपजातियों में से केवल एक प्रशान्त महासागर के पास तथा हिमालय की उत्तरी श्रृंखलाओं पर अंडे देने के बाद पूरे भारत में अक्टूबर से अप्रैल तक प्रवास करती है।

पीत खंजन : अधिकतम 18 सेंटीमीटर लम्बे पीत खंजन के शरीर का ऊपरी भाग हरा तथा

निचला भाग पीला होता है सिर का ऊपरी भाग थोड़ा भूरा, चोंच हल्का काला-भूरा, पैर भी हल्का काला-भूरा होता है। इसकी एक उपजाति साइबेरिया के पश्चिमी हिस्से में अंडे देकर बेलगाँव से कोलकाता के बीच सितम्बर से मई तक प्रवास करती है।

क्रौंच या सारस : लम्बी गर्दन, लम्बी टांग तथा एक टांग से नदी तालाब के जल में ध्यानमग्न मुद्रा में खड़े मछली का शिकार करने वाले सारस को अंग्रेजी में क्रेन (Crane) तथा संस्कृत में क्रौंच कहते हैं। ये बड़े ही अनुशासनप्रिय होते हैं तथा दल नेता के पीछे एक पंक्ति के रूप में अंग्रेजी की वी (V) के आकार में उड़ते हुए भारत आकर अक्टूबर से मार्च तक प्रवास करते हैं।

इनकी अनेक प्रजातियों में से मात्र तीन– स्वर क्रौंच (सारस) प्राच्य क्रौंच (विलायती सारस) तथा साइबेरियन सारस ही भारत आते हैं। इनमें से साइबेरियन सारस तो केवल भरतपुर में प्रवास करता है जबकि शेष दोनों पूरे भारत में प्रवास करते हैं।

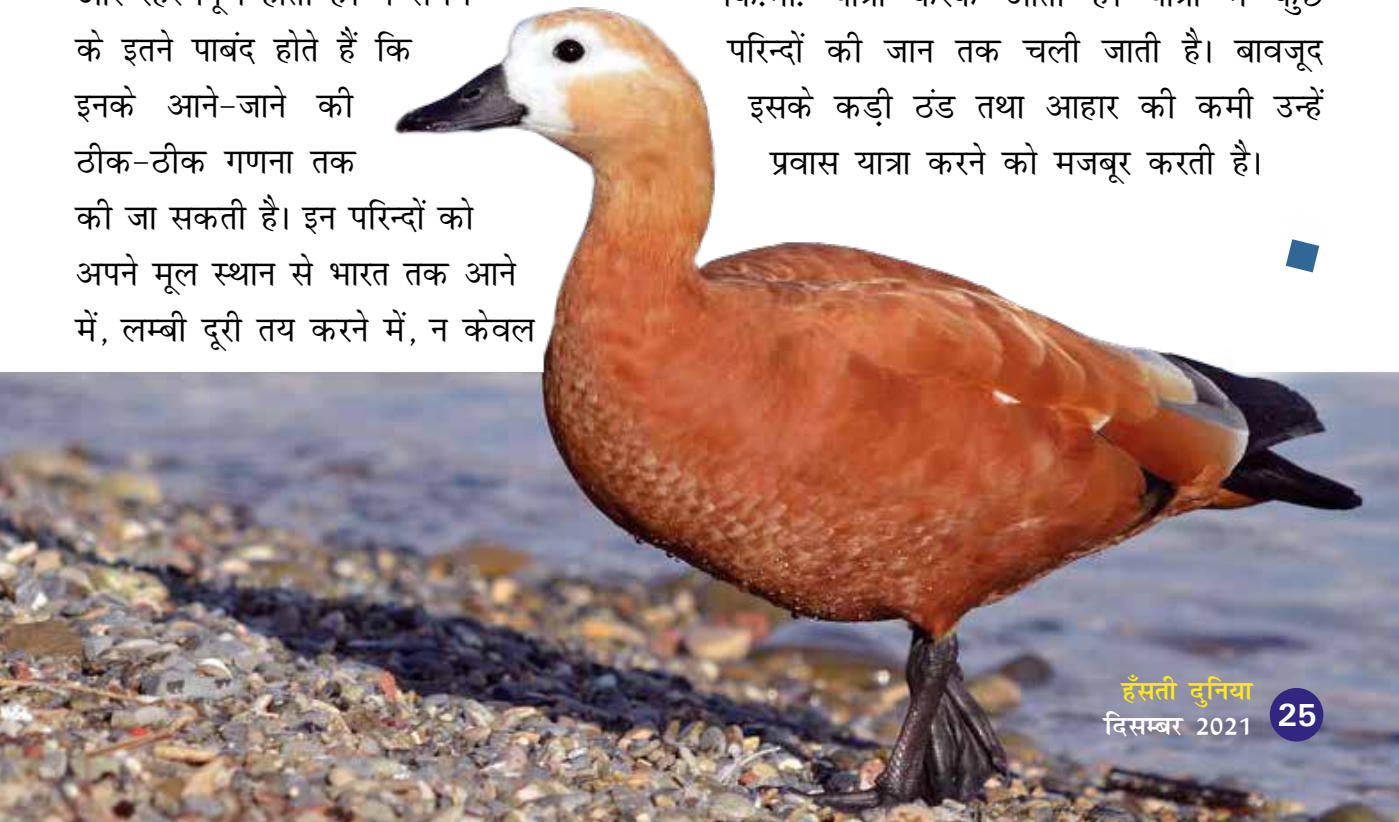
धूसर रंग वाले विलायती सारस के सिर तथा शरीर पर आकर्षक काले रंग के धब्बे होते हैं, गर्दन का पिछला हिस्सा हल्के लाल रंग के धुंधले धब्बे से सुन्दर लगता है जबकि नीचे वाला हिस्सा काले रंग का होता है। काले रंग वाले इसके पंख लटकते रहते हैं। आँख के पास सफेद मुलायम पर की कलगी होती है। ये दल बनाकर रहते हैं तथा कुर्र-कुर्र की आवाज़ करते रहते हैं।

साइबेरियन सारस लगभग 4500 किलोमीटर की यात्रा करके भारत में भरतपुर (राजस्थान) के घना अभयारण्य में नवम्बर के प्रारम्भ में आकर फरवरी-मार्च तक प्रवास करते हैं। यहीं अंडे देकर परिवार बढ़ाते हैं तथा शावकों के साथ वापस लौट जाते हैं। लगभग एक मीटर ऊँचे साइबेरियन सारस एकदम सफेद रंग वाले होते हैं। इनकी

गर्दन काफी पतली, लम्बी पतली टांग तथा चोंच लाल रंग की होती है। शरीर बोझिल होता है। जब ये उड़ते हैं तब इनके पंख के अन्त में काली पट्टियां दिखती हैं। ये जोड़े में रहते हैं। इनकी संख्या में निरन्तर गिरावट आती जा रही है।

चक्रवाक (चकवा-चकवी) : नारंगी, भूरे रंग के शरीर तथा पंख (जिसका किनारा सफेद लिए होता है।) चमकीला भूरा पेट, काली चोंच, पैर के दंड तथा काली पूँछ सिर तथा गर्दन मटमैला, काली पीठ वाला चक्रवाक पक्षी कुशल तैराक होने के बावजूद पानी से दूर रहते हैं। पर निवास जल के पास ही करते हैं। नर-मादा दिनभर आराम करते हैं पर रात में दाना-पानी की खोज में निकल पड़ते हैं। ये मध्य एशिया, चीन, जापान, रूस आदि से वहीं पर अंडे देने के बाद अक्टूबर तक भारत आते हैं तथा मई के शुरूआत में यहाँ से वापस लौटते हैं।

प्रवास यात्रा : परिन्दों की प्रवास यात्राएं विचित्र और रहस्यपूर्ण होती हैं। ये समय के इतने पाबंद होते हैं कि इनके आने-जाने की ठीक-ठीक गणना तक की जा सकती है। इन परिन्दों को अपने मूल स्थान से भारत तक आने में, लम्बी दूरी तय करने में, न केवल काफी कष्ट सहना होता है बल्कि अनेक खतरों का भी अक्सर सामना करना पड़ता है। जंगलों, मैदानों, पहाड़ों, सागरों के ऊपर से गुजरना पड़ता है। कभी भयंकर तूफानों का सामना करना होता है। कभी वे मार्ग तक भटक जाते हैं। ये पूरी गति से नहीं उड़ते प्राय: इनकी उड़ान की गति 50-65 कि.मी. प्रतिघंटा होती है परन्तु छोटे परिन्दे 45 कि.मी. की गति से अधिक तेज नहीं उड़ पाते। कुछ परिन्दे रूक-रूककर यात्रा करते हैं। कुछ बिना रूके, कुछ केवल दिन में उड़ते हैं कुछ दिन-रात दोनों में। इनके आने-जाने के मार्ग भी भिन्न-भिन्न होते हैं। भारत आने का मुख्य मार्ग हिमालय के उत्तर पश्चिमी और उत्तर पूर्वी दर्रों में से होता है। तूती (Woodcock) शायद बिना रूके यात्रा करती है। मध्य एशिया तथा साइबेरिया से आने वाली जंगली बत्तखों हिमालय के ऊपर से 3200-5000 कि.मी. की यात्रा करके आती है। इसी तरह फुदकी (Warbler) लगभग 3500 कि.मी. यात्रा करके आती है। यात्रा में कुछ परिन्दों की जान तक चली जाती है। बावजूद इसके कड़ी ठंड तथा आहार की कमी उन्हें प्रवास यात्रा करने को मजबूर करती है।



कहानी : प्रियंका

गलती

साहिल इन दिनों खेलकूद में मस्त था। वार्षिक परीक्षा में अभी दो-तीन महीने बाकी थे। स्कूल में उसका ज्यादातर समय खेल के मैदान में ही बीतता था। उसके सहपाठी उसे कक्षा में आने के लिए कहते तो वह कोई न कोई बहाना बनाकर खेल में लग जाता।

दरअसल साहिल अपने आपको बहुत होशियार समझता था। उसका मानना था कि परीक्षा जब सिर पर आ जाए तभी तैयारी करनी चाहिए। साहिल अब तक ऐसा ही करता आया था।

एक दिन साहिल अपने दोस्त देवेन के घर गया। देवेन उस समय पढ़ाई कर रहा था। उसे पढ़ता देख साहिल पहले तो खूब हँसा। फिर बोला– अभी तो परीक्षा में काफी समय है। परीक्षा से एक हफ्ते पहले पढ़ना चाहिए। ऐसे में पढ़ा हुआ याद रहता है।

साहिल के सभी दोस्त स्कूल में थोड़ा बहुत खेलने के साथ क्लास की पढ़ाई भी करते थे। लेकिन साहिल स्कूल में ज्यादातर खेलता ही रहता। क्लास में भी वह ध्यान से नहीं पढ़ता था। स्कूल से लौटकर आता तो घर पर 'वीडियो-गेम' खेलने लगता।

शाम होते ही वह मैदान में दोस्तों के साथ खेलने चला जाता। साहिल के सभी दोस्त तो शाम को एक-दो घंटे खेलकर घर जाकर पढ़ने लगते। लेकिन साहिल खेलकर घर आता तो खा-पीकर सो जाता।

अब वार्षिक परीक्षा में एक सप्ताह रह गया था। साहिल ने अब जोर-शोर से पढ़ाई शुरू कर दी। उसने अब खेलना-कूदना, यहाँ तक कि घर से बाहर निकलना तक छोड़ दिया था। उसने सबसे मिलना-जुलना भी बन्द कर दिया था। पढ़ते-पढ़ते साहिल को अब खाने-पीने और सोने तक का होश न रहता। उसका स्वभाव अब कुछ चिड़चिड़ा-सा हो गया था। उसे परीक्षा की चिन्ता सताने लगी। अगले दिन परीक्षा थी और उसे कुछ भी नहीं आता था। वह पूरी तरह निराश हो गया।

महीने भर बाद जब परिणाम आया तो वह रोने लगा। वह फेल हो गया था। शाम हो आई थी। साहिल अभी भी एक पेड़ के नीचे बैठा रो रहा था। साहिल का दोस्त देवेन बगल से गुजर रहा था। साहिल को रोता देख वह उसके पास गया और बोला– ''क्या बात है साहिल?''

साहिल ने सुबकते हुए पूरी बात बताई– मैंने पढ़ने की बहुत कोशिश की लेकिन मैं फेल हो गया।

देवेन ने उसे चुप कराते हुए कहा– साहिल, जब परीक्षा सिर पर आ जाए तब हड़बड़ी में पढ़ने से कुछ नहीं होता। समय पर पढ़ना और खेलना चाहिए। अति हर चीज की बुरी होती है।

साहिल को देवेन की बात बुरी नहीं लगी। देवेन ने साहिल को बड़े प्यार से समझाया– पूरे साल हमें खेल के साथ पढ़ाई पर भी ध्यान देना चाहिए। जिससे परीक्षा के समय दिमाग पर ज्यादा दबाव नहीं पड़ता।

देवेन ने साहिल को सांत्वना दी और उसे घर जाने के लिए कहा। साहिल ने घर जाने से मना कर दिया। साहिल को घर जाने में बड़ी शर्म महसूस हो रही थी। अब देवेन ने उसे बड़े अपनेपन से समझाया– ऐसी गलती मत करना साहिल, घर जाकर मम्मी-पापा को पूरी बात बताओ और अपनी गलती स्वीकार कर लो। तुम्हारे मम्मी-पापा तुम्हें माफ कर देंगे क्योंकि वे तुमसे प्यार करते हैं।

इतने में पीछे से आवाज़ आई– ''हाँ बेटा, हम तुम्हें बहुत प्यार करते हैं।''

यह साहिल के माता-पिता थे। साहिल जब घर नहीं पहुँचा तो वे उसे ढूंढते-ढूंढते यहाँ चले आए थे।

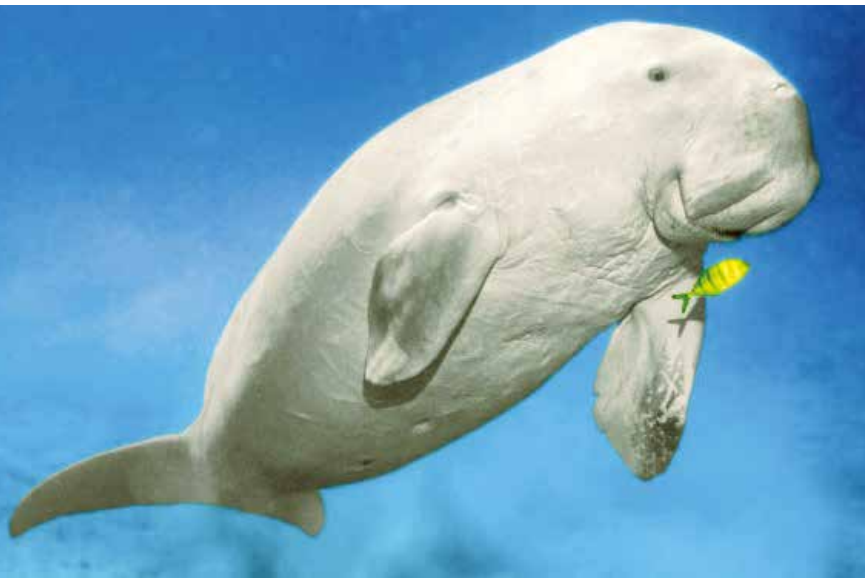
मम्मी-पापा को देख साहिल रोने लगा। मम्मी ने प्यार से सिर पर हाथ फेरा और कहा– कोई बात नहीं साहिल। फिर से तैयारी करो। समय पर पढ़ाई करो और खेलो। तुम जरूर पास हो जाओगे।

साहिल मम्मी से लिपटकर रोने लगा। उसने वादा किया कि वह समय पर खेलेगा और पढ़ाई करेगा। उसे अपनी गलती का एहसास हो गया था।

प्यारे बच्चो! कहीं आप भी साहिल की तरह तो नहीं; अगर हो तो अभी सम्भल जाइए क्योंकि आपने देखा कि साहिल का एक साल तो खराब हुआ ही और वह अपने दोस्तों से भी एक क्लास पीछे रह गया। आपकी भी परीक्षा आने वाली है इसलिए आप भी अभी से पढ़ना शुरू कर दो।

रोचक जानकारी : किरण बाला

विचित्र समुद्री जीव

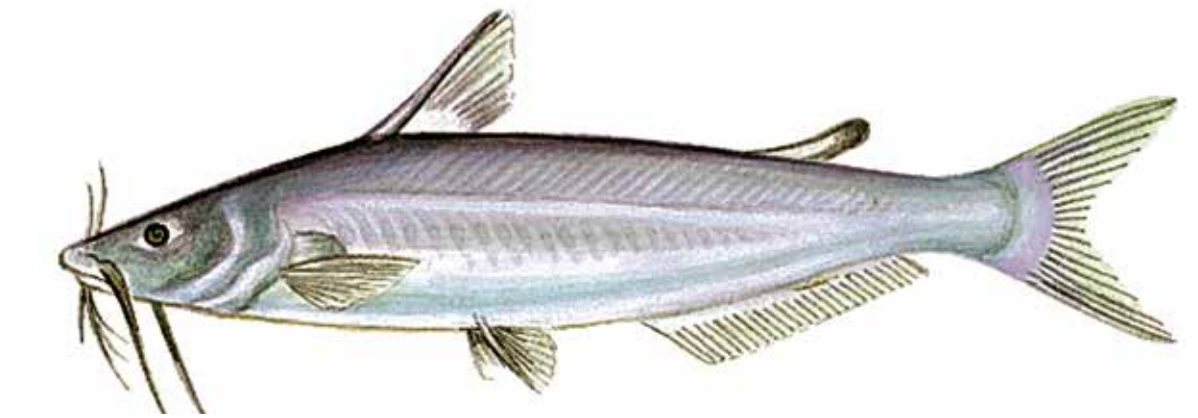


विशाल समुद्र में तरह-तरह के जीव-जन्तु पाये जाते हैं। इनमें से कुछ बड़े ही विचित्र हैं। आइये, जानते हैं ऐसे ही कुछ जीवों के बारे में–

समुद्री गाय : धरती पर विचरण करती गायों को तो आपने देखा होगा और उनका दूध भी पीया होगा लेकिन क्या कोई गाय समुद्र में भी रहती है? सचमुच समुद्र में भी एक विशालकाय स्तनपायी जीव होता है जिसे समुद्री गाय के नाम से जाना जाता है। समूह में रहने वाली इन गायों की कमर के ऊपर के अंग नहीं होते हैं। इसके स्थान पर एक क्षैतिज समतल पूँछ होती है। आगे के अंग पिलपर जैसे होता है। त्वचा एकदम चिकनी तथा बाल रहित होती है। ये गाय शाकाहारी होती है।

समुद्री गायों की अब तक चार प्रजातियों का पता लगाया जा चुका है। आकार में ये 8 से 9 फुट तक लम्बी होती हैं और भार 500 पौंड तक होता है। ये स्तनापायी जीव हैं तथा अपने बच्चों को स्तनों से दूध पिलाती हैं। प्रजाति के अनुसार इनके समुद्री घास चरने के तरीके भिन्न-भिन्न हैं। ये एक दिन में सौ पौंड तक घास खा सकती हैं। इनके दांत गिरते रहते हैं और नये आते रहते हैं। इससे इन्हें चरने में कोई परेशानी नहीं होती।

बात करने वाला पोरपोइज : क्या कोई समुद्री जीव इन्सान की नकल और भाषा में बात कर सकता है? मगर पोरपोइज इसमें माहिर है। यद्यपि इनकी बनावट मछली जैसी होती है लेकिन ये मछली न होकर स्तनपायी जीव हैं जो अंडे न देकर बच्चे पैदा करते हैं। ये फेफड़ों से सांस लेते



हैं। इनके मुँह में 100 तक दांत होते हैं। ये बड़ी आसानी से आदमी की आवाज की नकल करते हैं। यहाँ तक कि इनके पास जाकर आप हँसे तो ये भी हँसने लगेंगे। इनमें आवाज पैदा करने वाले ऐसे अंग हैं जो हमारी तरह आवाज़ निकाल सकते हैं। ये बहुत चतुर होते हैं।

मुँह में अण्डे रखने वाली मछली : क्या कोई जीव अपने अण्डे अपने मुँह में रखता है? कैटफिश नामक समुद्री मछली जो कि अमेरिका के पूर्वी किनारे पर अटलांटिक सागर में पाई जाती है। अपने अण्डे अपने मुँह में रखती है। जैसे ही मादा मछली अण्डे देती है और निषेचन हो चुकती है तो नर उसे मुँह में रख लेता है। अण्डे इतने ज्यादा होते हैं कि पूरा मुँह उनसे भर जाता है। इस वजह से एक माह तक नर कुछ खा नहीं सकता। अण्डों से बच्चे निकलने पर वे दो हफ्तों तक मुँह में ही तैरते रहते हैं।

समुद्री घोड़ा : घोड़े तो आपने कई देखे होंगे। घोड़ागाड़ी अथवा तांगे में चलते भी देखा होगा लेकिन क्या आप जानते हैं समुद्र में भी एक घोड़ा रहता है जिसे समुद्री घोड़ा कहा जाता है। दरअसल ये एक विशेष प्रकार की मछली है जिसका सिर घोड़े से मिलता है। इसका शरीर कड़ा और चिकना होता है तथा पूँछ सांप जैसी होती है। समुद्री घोड़े की 50 से अधिक किस्म होती हैं। इनकी दोनों आँखें स्वतन्त्र रूप से काम करती हैं। नर समुद्री घोड़े के पेट पर कंगारूओं की भांति एक थैली होती है जिसमें मादा अण्डे देती है। ■

उत्तम आचरण

- सदा सत्य बोलो झूठ बोलने वालों का लोग विश्वास नहीं करते और उनका तिरस्कार होता है।
- प्रत्येक काम सावधानी से करो किसी काम को छोटा समझकर उसकी उपेक्षा मत करो।

प्रस्तुति : सोनी निरंकारी

विज्ञान प्रश्नोत्तरी

प्रश्न : मिट्टी का तेल पानी की अपेक्षा जल्दी क्यों गर्म हो जाता है?

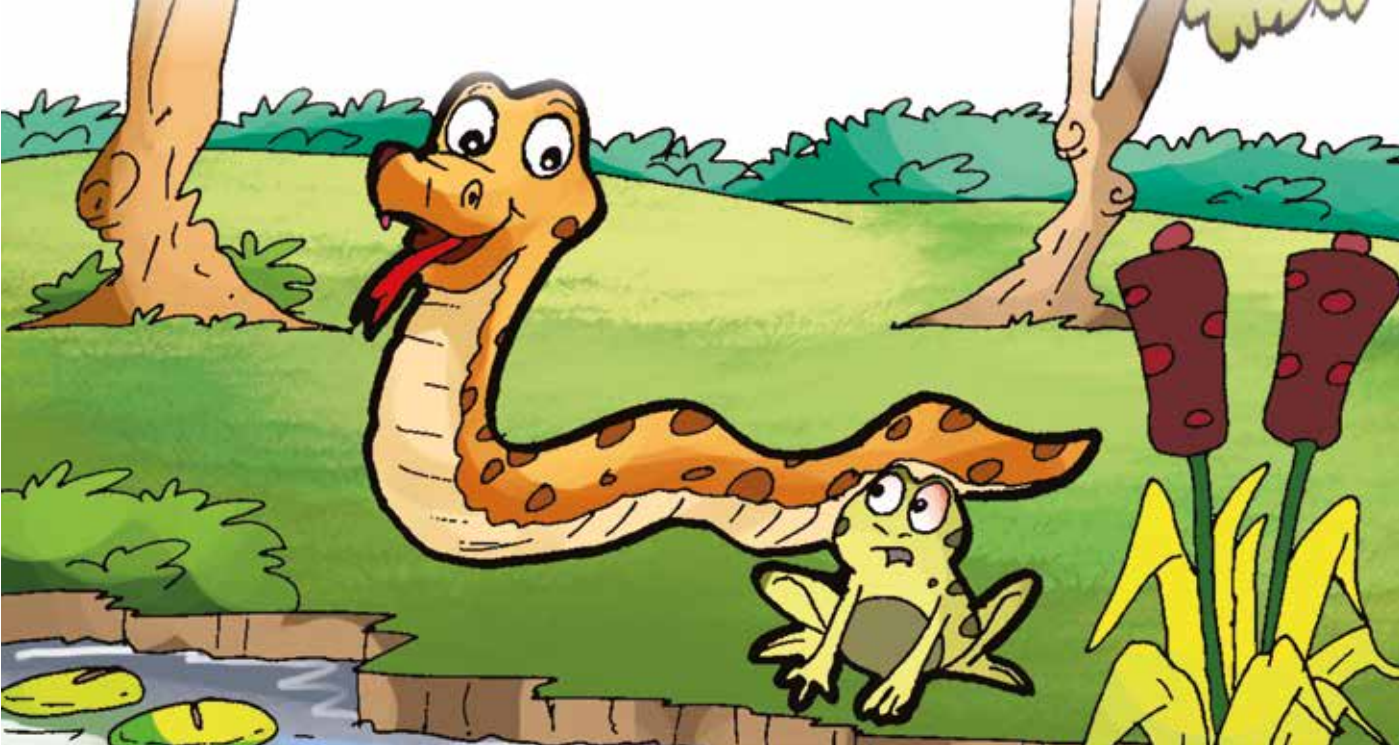
उत्तर : पदार्थ का जल्दी या देर में गर्म होना उसकी विशिष्ट ऊष्मा पर निर्भर करता है। किसी पदार्थ की एक ग्राम संहति का ताप 1^0C बढ़ाने अथवा घटाने के लिए आवश्यक ऊष्मा को विशिष्ट ऊष्मा कहते हैं। भिन्न-भिन्न पदार्थों की विशिष्ट ऊष्मा भी भिन्न-भिन्न होती है। मिट्टी के तेल की विशिष्ट ऊष्मा 0.51 है जो कि पानी की विशिष्ट ऊष्मा (1) से कम होती है। यही वजह है कि मिट्टी का तेल पानी की अपेक्षा जल्दी गर्म हो जाता है।

प्रश्न : घोड़े के पांव में लगी नाल सड़क से टकराकर चिंगारी क्यों उत्पन्न करती है?

उत्तर : ऊष्मा एक भौतिक साधन है जिससे तुम्हें गर्मी अथवा सर्दी का अनुभव होता है। घोड़े के पांव में लगी लोहे की नाल जब सड़क के सम्पर्क में आती है तो दोनों के मध्य घर्षण होता है। घर्षण से ऊष्मा उत्पन्न होती है जो चिंगारी के रूप में तुम्हें दिखाई देती है।

प्रश्न : कार, बस अथवा ट्रक ड्राइवर की सीट के सामने एक समतल दर्पण क्यों लगा रहता है?

उत्तर : जब ड्राइवर सड़क पर वाहन (कार, बस अथवा ट्रक) चलाता है तो उसे पीछे से आते हुए अन्य वाहनों का ज्ञान होना भी अत्यन्त जरूरी होता है ताकि कोई भी दुर्घटना न हो। समतल दर्पण इसी उद्देश्य की पूर्ति के लिए लगाया जाता है। समतल दर्पण में प्रतिबिम्ब उतनी ही दूर पीछे की ओर बनता है जितनी दूरी पर वस्तु उसके सामने होती है। अतः ड्राइवर पीछे आ रही गाड़ियों को देखकर उनकी दूरी का अनुमान लगा सकता है।



बाल कहानी : वैदेही शर्मा

ईर्ष्या का फल

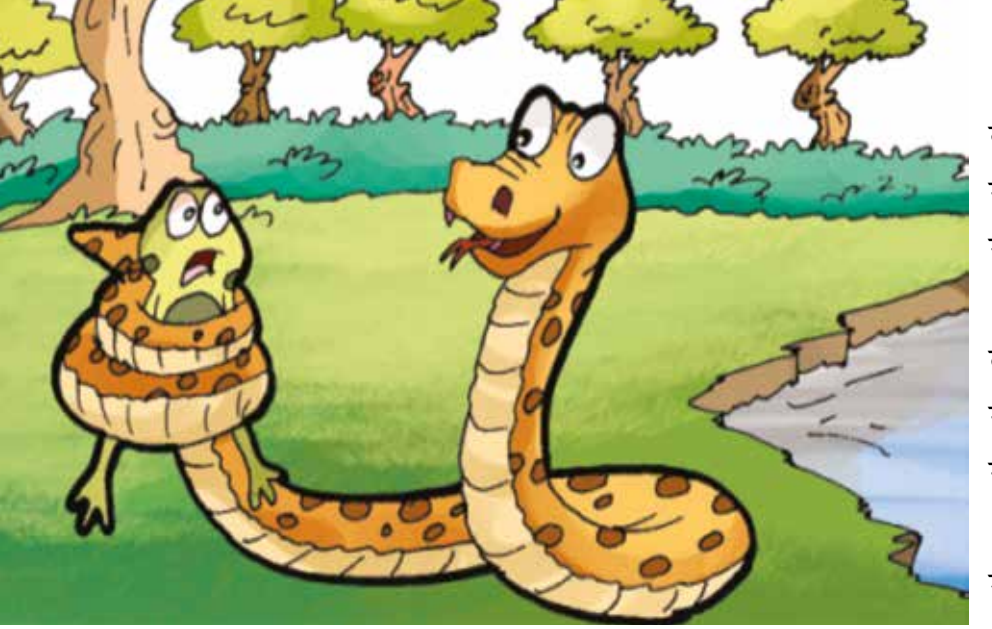
एक तालाब में बहुत सारे मेढक रहते थे। उन सब मेढकों का मुखिया बहुत ही सज्जन था लेकिन उन मेढकों में चमकू मेढक बहुत चालाक था। वह मुखिया मेढक से बहुत जलता था, वह मुखिया मेढक को मारकर स्वयं मुखिया बनना चाहता था।

चमकू मेढक मुखिया को अपनी ताकत से नहीं मार सकता था। मुखिया से सभी मेढक बहुत प्यार करते थे। एक दिन चमकू मेढक घूमता हुआ पास के एक जंगल में चला गया। तभी एक सांप उस पर झपटा। सांप को देखकर चमकू घबरा गया लेकिन तभी वह सम्भलकर बोला, ''अरे भाई! मुझे क्यों मारकर खाते हो? मेरी बात सुनो। मैं तुम्हें ऐसी जगह ले चलता हूँ जहाँ तुम्हें सैकड़ों मेढक खाने को मिल सकते हैं।''

चमकू की बात सुनकर सांप को लालच आ गया। सांप चमकू के साथ तालाब के पास पहुँचा। चमकू ने सांप से कहा, ''देखो! इस तालाब में सैकड़ों मेढक रहते हैं। मैं तुम्हारे लिए रोज एक मेढक को अपने साथ लाऊँगा। तुम उस मेढक को मारकर खा जाना।''

सांप ने चमकू की बात मान ली। सांप वहाँ एक पेड़ के नीचे बने बिल में छिपकर बैठ गया। चमकू अगले दिन सुबह एक मेढक के साथ वहाँ आया। तभी सांप ने झपटकर उस मेढक को पकड़ लिया और पलक झपकते ही निगल गया।

अगले दिन चमकू फिर एक दूसरे मेढक को साथ लेकर आया। सांप उस मेढक पर झपटा और उसे भी निगल गया। इस तरह एक-एक करके चमकू ने तालाब के सारे मेढक सांप के शिकार बनवा दिये।



कराया, अब तुम मुझे भी खा जाना चाहते हो। यह तो गलत बात है।''

''मुझे बहुत जोर से भूख लगी है। अब तो तुम्हें ही खाकर पेट भरना होगा।'' सांप ने कहा।

चमकू अपने फैलाये जाल में स्वयं फंस चुका था। वह अब मरता क्या करता। सांप उसे भी निगल गया।

जब सारे मेढक समाप्त हो गये तो सांप चमकू के बेटे को निगल गया। चमकू अपने बेटे की मौत से बहुत दु:खी हुआ लेकिन उस भयंकर सांप के सामने कर भी क्या सकता था? एक दिन सांप ने चमकू को ही पकड़ लिया। चमकू ने सांप से कहा, ''मैंने तुम्हें इतने मेढकों का शिकार

किसी ने सच ही कहा है जो व्यक्ति अपने लोगों को धोखा देता है, एक दिन उसके साथ भी धोखा होता है। चमकू अपने परिवार के साथियों को समाप्त करवा देने के बावजूद वह नहीं बच सका और उसे भी अपने प्राणों से हाथ धोना पड़ा। ◆

आश्चर्यचकित कर देने वाली बातें

- ❖ अफ्रीका की पैराडाइज चिड़िया व्हाडाह हमेशा अपने अंडे वैक्सविंग पक्षी के घोसले में देती है। पर पूरी तरह तसल्ली करके। उसके पंख और बोली भी व्हाडाह के जैसे ही होते हैं।
- ❖ गैलापागोस द्वीप समूह की समुद्री छिपकलियां आपस में लड़ते समय सिरों को आमने-सामने करके ही एक-दूसरे को पीछे धकेलती हैं।
- ❖ गरनार्ड मछली के छाती पर तीन अंगुलियों जैसे अंग होते हैं। इसकी सहायता से वह समुद्र की कीचड़ भरी तली से भोजन खोदकर मुँह में डालती है।
- ❖ बोफिन नामक मादा मछली अंडे देने के बाद स्वयं उन्हें खा लेती हैं। इसलिए नर बोफिन को उससे इन अंडों की रक्षा करनी पड़ती है।
- ❖ मैक्सिको की अंधी गुफा में चैरासिन मछली के बचपन में तो आँखें होती हैं किन्तु वयस्क मछली हमेशा अंधी होती है।

प्रस्तुति : विभा वर्मा ■

कविता : राजकुमार जैन 'राजन'

ऐसा काम न करना

हँसना और हँसाना अपना
जीवन का आदर्श हो,
देशहित में मर मिट जायें
जितना भी संघर्ष हो।

दीन-दुखियों की करेंगे सेवा
मानव का कल्याण करें,
उच्च आदर्शों को अपनायें
राष्ट्र का उत्थान करें।

ऐसा काम कभी न करना
जिससे सबका मान घटे,
महापुरुषों की वाणी से
कभी न हमारा ध्यान हटे।

बुरी आदतें न अपनाएं
सदा जगत में आदर पाएं,
बुजुर्गों की सेवा करके
उनका स्नेह संबल पाएं।

बाल कविता : अंकुश्री

चमक रहे हैं तारे

जगमग दीप जलें हो वैसे,
चमक रहे हैं तारे।
अंधकार में और चमकते,
दमक रहे हैं तारे।।

कहीं धीमा, कहीं तेजी से,
हुलस रहे हैं तारे।
उड़ती है चिनगारी जैसे,
झुलस रहे हैं तारे।।

सूरज से भी बड़े-बड़े पर,
सिमट रहे हैं तारे।
भू से दिखने पर लगता कि,
लिपट रहे हैं तारे।।

बन शटल गाड़ियो के स्टेशन,
सुतर रहे हैं तारे।
मानव के सोच समझ को ये,
कुतर रहे हैं तारे।।

किट्टी

चित्रांकन एवं लेखन
-विकास कुमार

चिंटू, तुम तो दूर ही रहो। तुम तो मेरी घड़ी खराब ही कर दोगे।
देखो, चिंटू कक्षा से बाहर है! मैं घड़ी उसके बस्ते में छिपा दूँगी और टीचर जी को बोलूंगी कि मेरी घड़ी मिल नहीं रही।
इस तरह झूठ बोलना अच्छी बात नहीं है, किट्टी। चिटूं को बहुत डांट पड़ेगी।

तभी तो मज़ा आएगा। जल्दी से घड़ी छिपा देते हैं।
टीचर जी, मेरी नई घड़ी खो गई है। मिल नहीं रही। प्लीज आप सब के बस्ते चैक करवाइए।
बच्चों! सभी अपनी-अपनी कॉपियां किताबें व बस्ते अच्छी तरह देखो। उनमें किट्टी की घड़ी तो नहीं है।

ऐसा कैसे हुआ कि किसी के बस्तें में घड़ी नहीं मिली, अभी-अभी तो मैंने चिंटू के बस्ते में ही रखी थी वो घड़ी।
ये रही तुम्हारी घड़ी। जब तुम मेरे बस्ते में घड़ी छिपा रही थी तब मैंने बाहर से देख लिया था और मैंने निकाल कर तुम्हारे बस्ते में रख दी थी।
किट्टी ये गलत बात है। अब तुम दूसरों पर चोरी का झूठा इल्ज़ाम भी लगाने लगी हो। तुम्हें सज़ा भी ज़रूर मिलेगी।
मुझे माफ कर दीजिए, टीचर जी। मैं तो सिर्फ मज़ाक कर रही थी। मैं दोबारा ऐसा नहीं करूँगीं।
तुम्हारी सजा यह है कि अभी सब बच्चों से माफी मांगों और तुम कल से स्कूल में घड़ी पहनकर नहीं आओगी।

संकलन : जगतार 'चमन'

कभी न भूलो

❖ हम खुद के लिए ही नहीं बल्कि पूरे विश्व की शांति, विकास और कल्याण में विश्वास रखते हैं। – लाल बहादुर शास्त्री

❖ अभिमान की अपेक्षा नम्रता से अधिक लाभ होता है। – भगवान गौतम बुद्ध

❖ दृढ़ता हो, जिद नहीं। बहादुरी हो, जल्दबाजी नहीं। दया हो, कमजोरी नहीं।
– ए. पी. जे. कलाम

❖ प्रत्येक अच्छा कार्य पहले असम्भव नज़र आता है। – भारतेन्दु हरिश्चन्द्र

❖ राष्ट्र धर्म सबसे बड़ा धर्म है व राष्ट्र प्रेम सबसे उत्कृष्ट कोटि का प्रेम है।
– भगत सिंह

❖ हर सफल व्यक्ति सुन्दर नहीं होता पर हर सफलता उस व्यक्ति को सुन्दर बना देती है।
– बंकिमचन्द्र चटर्जी

❖ इस दुनिया में कुछ भी स्थाई नहीं है, हमारी मुसीबत भी नहीं। – चार्ली चैपलिन

❖ यदि तुम अन्याय व अपराध का विरोध नहीं करते हो तो समझ लो कि तुम स्वयं भी अन्याय, अधर्म व शोषण के समर्थक हो।
– महाराणा प्रताप

❖ मनुष्य जन्म हमारे लिए ईश्वर का सबसे बड़ा उपहार है। – महर्षि दयानन्द सरस्वती

❖ असफलता केवल यह सिद्ध करती है कि सफलता का प्रयास पूरे मन से नहीं हुआ।
– रवीन्द्रनाथ टैगार

❖ जो समय का सम्मान नहीं करता समय उसे कभी माफ नहीं करता। – महर्षि अरविन्द

❖ सुबह से शाम तक काम करके आदमी उतना नहीं थकता जितना क्रोध या चिन्ता के एक घंटे में थक जाता है। – स्वेट मार्डेन

❖ समय सालों में नहीं गिना जाता। हमने क्या किया है, कैसा महसूस किया है, क्या प्राप्त किया है? उससे देखा जाता है।
– जवाहरलाल नेहरू

❖ जब तक शरीर में दम है, हमें बेदम नहीं होना चाहिए। – सुभाषचन्द्र बोस

❖ गलतियों की पुनरावृति से प्रगति अवरुद्ध हो जाती है। – डॉ. होमी जहाँगीर भाभा

❖ चित्र की नहीं चरित्र की पूजा करें, व्यक्ति की नहीं गुणों की पूजा करें।
– स्वामी श्रद्धानन्द सरस्वती

❖ सच्चा प्रेम दुर्लभ है, सच्ची मित्रता और भी दुर्लभ है। – डॉ. राजेन्द्र प्रसाद

❖ दूसरों को बदलने से पहले स्वयं को बदलना आवश्यक है। – लोकमान्य तिलक

पहेलियों के उत्तर

1. अनानास, 2. परीक्षा, 3. इन्द्रधनुष,
4. सुई-धागा, 5. पत्र, 6. आग, 7. अनार,
8. मोमबत्ती, 9. चश्मा, 10. चम्मच।

कहानी : डॉ. विजयप्रकाश त्रिपाठी

विवेक का वरदान

महाराज वीरभद्र जहाँ विद्याप्रेमी थे, वहीं वे साहित्य, कला के भी पारखी थे। विविध विषयों पर चर्चा करना उनका स्वभाव बन गया था। एक बार उन्होंने अपने दरबार में विद्वानों की मण्डली एकत्रित की और उनके समक्ष एक प्रश्न रखा– 'जब भाग्य पहले से ही निश्चित है तो मनुष्य के प्रयासों का क्या औचित्य है?'

विद्वानों ने अपनी बुद्धि के अनुसार प्रश्न का उत्तर देने का भरसक प्रयास किया पर महाराज वीरभद्र विद्वानों के उत्तर से सन्तुष्ट नहीं हुए।

महाराज के दरबार में चतुरसिंह नाम का एक व्यक्ति था। उसकी बुद्धिमानी के किस्से पूरे राज्य में सुने-कहे जाते थे। इन किस्सों में जहाँ उसकी बुद्धि-कुशलता की झलक मिलती थी, वहीं उसकी कुटिल स्वार्थ भावना भी दिखाई देती थी।

दरबार में महाराज द्वारा सवाल उठाए जाने पर चतुरसिंह को अपने बचपन का साथी विशाल का स्मरण आ गया। विशाल अपने अध्ययनकाल में अपनी विलक्षण बुद्धि-कौशल से गुरुजनों तक को चकित कर देता था। उसकी बुद्धि जितनी तेज थी, भावना उतनी ही उदात्त थी। इसी कारण कई बार राजसेवा का प्रस्ताव मिलने पर भी उसने शिक्षा को अपना कार्यक्षेत्र चुना। विशाल उस समय राजधानी से कुछ दूर अपने बनाये गुरुकुल का संचालन कर रहा था। चतुरसिंह के मन में यह विचार आया कि यदि विशाल ने महाराज के प्रश्न का समुचित उत्तर दिया तो महाराज मुझसे प्रसन्न होंगे। साथ ही यदि विशाल उत्तर देने में असफल रहा तो उसकी बनी-बनायी इज्जत धूल में मिल जाएगी। एक तीर से दो निशाने लगाने की कूटनीतिक योजना पर वह मन ही मन बड़ा प्रसन्न हो रहा था।

उसके मन में विशाल के प्रति ईर्ष्या थी। गुरुकुल के दिनों में वही उसका प्रतिद्वंद्वी था। अध्ययन में उसने कभी उसे आगे नहीं बढ़ने दिया। अतः ईर्ष्या बहुत पुराने समय से चल रही थी। वैसे विशाल के मन में चतुरसिंह के प्रति किसी भी तरह का द्वेष भाव न था। विशाल अपना मस्त जीवन बिता रहा था।

एक दिन मौका पाकर चतुरसिंह ने महाराज वीरभद्र से विशाल की विद्वता का बखान कर दिया। महाराज ने उसे दरबार में बुलाने हेतु आमंत्रण भेज दिया। निमंत्रण पाकर विशाल कुछ चिन्तित हुआ कि आखिर महाराज ने उसे क्यों बुलाया? महाराज की नीति व न्याय पर उसे पूरा भरोसा था।

उचित समय पर वह दरबार में उपस्थित हुआ। अपना परिचय दिया। महाराज ने विशाल का उचित सम्मान-सत्कार किया और अपना प्रश्न उसके सामने दुहरा दिया।

विशाल बोला, ''श्रीमान्! यहाँ पर कई श्रेष्ठ विद्वान उपस्थित हैं। मैं तो सामान्य शिक्षक हूँ। फिर भी अपनी छोटी बुद्धि से आपके प्रश्न का उत्तर देने का प्रयास करूँगा। मेरी समझ में मनुष्य भाग्य का दास नहीं है। यदि सब कुछ पूर्व में ही

निश्चित हो तो मनुष्य की सभी गतिविधियां मशीनरी युक्त हो जाएंगी। वह एक निरीह प्राणी से अधिक कुछ नहीं रह जाएगा। जबकि वस्तुस्थिति ऐसी नहीं है। मनुष्य स्वयं अपने भाग्य का निर्माता है।''

उपस्थित विद्वान और महाराज वीरभद्र विशाल की बातें ध्यानपूर्वक सुन रहे थे। विशाल का कथन जारी था। ''जीवन की अनेक दुर्भाग्यपूर्ण घटनाओं के समय व्यक्ति के जीवन में जब कभी मानसिक संघर्ष की घड़ी आती है तो उस समय वह अपनी इच्छा और विवेक के अनुसार मार्ग चुनने को स्वतंत्र होता है। यदि वह कुमार्ग को चुनता है तो उसके दुष्परिणाम उसे भुगतने ही होंगे।''

अपनी बात कहते-कहते विशाल धाराप्रवाह बोलने लगा कि 'बुराई का एक अपना आकर्षण होता है विवेकी व्यक्ति उसके जाल में नहीं फंसता। वह सही निर्णय लेकर उन्नति पथ का राही बन जाता है। जबकि गलत रास्ता चुनने वाला पतन के गर्त में पहुँच जाता है और अपनी गलती छिपाने के लिए वह कहता है कि उसके भाग्य में बर्बाद होना ही लिखा था। श्रम, पुरुषार्थ, लगन व विवेक से किया गया कार्य सदैव मंगलदायक होता है।'

इतनी सुन्दर विवेचना सुनकर महाराज वीरभद्र का हृदय गद्‌गद् हो उठा। उन्होंने अपने गले से मोतियों की माला उतारकर विशाल को भेंट कर दी। विशाल प्रसन्नता के साथ घर को लौटा। उसके परिवारजन माला देखकर खुश हो उठे परन्तु चतुरसिंह के मन में ईर्ष्या की धधकती ज्वाला छल-कपट की योजनाएं बनाने लगीं।

एक रात वह चुपके से विशाल के घर में घुस गया। विशाल और उसकी पत्नी घर पर सो रहे थे। उसने धीरे से सांकल खोली और अन्दर गया। उसे सामने एक छोटा-सा बक्सा दिखाई दिया। उसको लगा कि मोतियों की माला इसी

बक्से में होगी। उसने ज्योंही बक्सा खोला वह जोर से चीख उठा। विशाल और उसकी पत्नी जाग उठे। इतनी रात को वे चतुरसिंह को अपने घर पर देखकर आश्चर्यचकित हो गये।

''तुम इस समय यहाँ पर क्या कर रहे हो? तुमने इस बक्से को क्यों खोला? लगता है तुमको बिच्छू ने काट लिया है? सोने से पहले मैंने यहाँ एक बिच्छू देखा था। मैंने सोचा कि सुबह होने पर इसे जंगल में छोड़ दूंगा। यही सोचकर मैंने इसे बक्से में बन्द कर दिया था।''

चतुरसिंह का चेहरा देखने लायक था। वह घबराकर विशाल के पैरों पर गिर पड़ा और कहने लगा, ''तुमने दरबार में ठीक ही कहा था, मनुष्य स्वयं अपने दुर्भाग्य को बुलाता है। तुम मुझे माफ कर दो। मुझे मेरी दुष्टता का फल मिल गया।'' उसकी आँखों में पश्चाताप के आँसू बह रहे थे।

विशाल ने कहा, ''यदि तुम्हें मोतियों की माला की इतनी ही चाह थी तो तुम मुझसे कहकर देखते। मैं उसी समय यह माला तुम्हें भेंट कर देता। विवेक के वरदान को ठुकराकर तुमने गलत मार्ग चुन लिया।'' चतुरसिंह अपना सिर झुकाए हुए खड़ा था। आज उसे मालूम हो गया था कि मनुष्य अपने भाग्य का निर्माण विवेक के द्वारा ही कर सकता है। ◆

संख्या मिलाकर देशों की राजधानियां बताओ

1.	चेक गणराज्य	9.	अल्जीयर्स
2.	आयरलैंड	4.	नासाऊ
3.	अर्जेंटीना	12.	बीजिंग
4.	बहामा	8.	बर्लिन
5.	साइप्रस	10.	बगदाद
6.	डेनमार्क	2.	डबलिन
7.	जॉर्जिया	13.	पेरिस
8.	जर्मनी	3.	ब्यूनस आयर्स
9.	अल्जीरिया	11.	कैनबरा
10.	इराक	14.	ब्रसेल्स
11.	ऑस्ट्रेलिया	5.	निकोसिया
12.	चीन	6.	कोपेनहेगन
13.	फ्रांस	7.	त्बिलिसी
14.	बेल्जियम	15.	तेहरान
15.	ईरान	1.	प्राग

प्रस्तुति : प्रेरणा निषाद

रोचक जानकारी

बच्चे देने वाली मछली : लिमिया बिडाटाटा नामक मछली अण्डों के बजाय बच्चे देती हैं। इसने एक बार शिकागो शेड नामक मछली गृह में एक बार में 224 बच्चों को जन्म दिया था।

गधे के कान जैसा कान : मिस्र में बकरियों की ऐसी नस्ल पायी जाती है जिसके कान गधे के कान से मिलते-जुलते हैं।

मछली के शौकीन बकरे : ऑस्ट्रेलिया के कई प्रदेशों में ऐसे बकरे पाये जाते हैं जो मछलियां बड़े शौक से खाते हैं तथा वे पेड़ों पर भी आसानी से चढ़ सकते हैं।

प्राणी जगत : परशुराम शुक्ल

ऑस्ट्रेलिया का अद्भुत वन्य प्राणी

कंगारू

कंगारू मार्सूपियल प्रजाति का स्तनपायी प्राणी है। इस प्रजाति के पेट में एक थैली होती है तथा ये अपरिपक्व शिशु को जन्म देते हैं। कंगारू की लगभग पचास जातियां पायी जाती हैं। सभी का आकार प्रकार तथा रहन-सहन अलग-अलग होता है। कुछ भूमि पर विचरण करते हैं तो कुछ बन्दरों की तरह पेड़ों पर उछलते-कूदते हैं। इसकी सबसे छोटी प्रजाति 'मस्करैट कंगारू' है। इसका मुँह चूहे की तरह होता है तथा इसकी अधिकतम लम्बाई एक फुट होती है। 'लार्ज-ग्रे कंगारू' इस प्रजाति का सबसे बड़ा कंगारू है। इसकी लम्बाई ढाई मीटर से अधिक तथा वजन लगभग सौ किलोग्राम होता है।

कंगारू ऑस्ट्रेलिया महाद्वीप के विभिन्न भागों, न्यूगिनी तथा आसपास के अनेक द्वीपों में पाया जाता है। इसकी शरीर की संरचना बड़ी विचित्र होती है। इसके आगे का भाग दुबला-पतला और पीछे का भाग भारी होता है। इसकी पूँछ मोटी तथा शक्तिशाली होती है। जिसका प्रयोग यह पांचवीं टांग की तरह करता है। कंगारू की अगली टांग छोटी और कमजोर होती हैं किन्तु पिछले पैर काफी मजबूत होते हैं। कंगारू के पूरे शरीर की संरचना इस प्रकार की होती है कि यह सरलता से लम्बी-लम्बी छलांगें लगा लेता है और उसके पेट की थैली में बच्चा सुरक्षित बना रहता है।

कंगारू एक शाकाहारी प्राणी है। इसका मुख्य भोजन जंगली घास तथा विभिन्न प्रकार की वनस्पतियां हैं। यह बड़ा सीधा-सादा जीव है और कभी किसी को सताता नहीं है। सामान्यतया इसे बड़े आराम से जंगल में घास चरते देखा जा सकता है। किन्तु यदि इसे कोई खतरा अनुभव होता है तो यह लम्बी-लम्बी छलांगें मारता भाग खड़ा होता है। इसकी भागने की गति पचास किलोमीटर प्रति घंटा होती है तथा यह कभी-कभी चालीस-चालीस फुट लम्बी छलांगें लगाता है।

कंगारू की आँखों की बनावट इस प्रकार की होती है कि यह अपने ठीक सामने की वस्तु को देख नहीं पाता। इसकी श्रवणशक्ति तथा घ्राण शक्ति भी बड़ी कमजोर होती है।

कंगारू की प्रजनन प्रक्रिया बड़ी अद्भुत होती है। इसका प्रजननकाल मात्र चार सप्ताह है। मादा कंगारू एक समय में केवल एक बच्चे को जन्म देती है। जन्म के समय इसका बच्चा अपूर्ण होता है। उसके न आंख होती है, न कान, आकार मात्र एक इंच तथा वजन पच्चीस ग्राम से भी कम होता है। मादा कंगारू के पेट में पिछली टांगों के मध्य मुलायम, रोयेंदार एक थैली होती है। मादा कंगारू जन्म के तुरन्त बाद बच्चे को अपनी थैली में रख लेती है। उसके स्तन भी थैली के भीतर

ही होते हैं। कंगारू का नवजात बच्चा इतना शक्तिहीन होता है कि अपने आप स्तनपान भी नहीं कर पाता। मादा कंगारू के स्तन बच्चे के मुँह में स्वत: पहुँचकर फूल जाते हैं तथा उनसे दूध निकलने लगता है। मादा कंगारू अपने बच्चे को सात-आठ महीने इसी तरह अपने पेट की थैली में रखकर पालती है। जब बच्चा सात महीने का हो जाता है तो थैली के बाहर झांकना आरम्भ कर देता है। मादा कंगारू जब चरती है तो वह भी दो-चार पत्तियां तोड़ लेता है। कभी-कभी वह थैली के बाहर भी आ जाता है लेकिन जैसे ही आस-पास हल्की सी आहट भी होती है वह थैली में जाकर छुप जाता है। एक वर्ष तक यही स्थिति रहती है। इसके बाद वह थोड़ा बहुत स्वतंत्र रूप से विचरण करने लगता है। दो-ढाई वर्ष में कंगारू पूर्ण रूप से युवा हो जाता है।

कंगारू एक सीधा-सादा शाकाहारी प्राणी है। अत: इसे जंगल के मांसाहारी हिंसक पशुओं से सदैव खतरा बना रहता है। बड़े-बड़े जीव तो इसके शत्रु हैं ही, शिकारी कुत्तों, विषैले सर्पों तथा अनेक प्रकार के मांसाहारी पक्षियों से भी इसे बचकर रहना पड़ता है।

प्रेरक प्रसंग

दृढ़ निश्चय

एक बार किसी नदी में बाढ़ आई। कई गाँव उस बाढ़ की चपेट में आ गये। ऐसे समय में एक व्यक्ति ने अपना काम-धन्धा छोड़कर कोलकाता से कुछ रुपया-पैसा चन्दे द्वारा इकट्ठा किया और उन पैसों से उसने बाढ़-पीड़ितो की खूब सहायता की। वह दिन-रात नाव से बाढ़-पीड़ितों की सहायता करने में लगा रहा।

उसकी मेहनत और लगन को देखकर दूसरे लोग भी उसके साथ जुड़ते गये और बहुत से लोगों को मौत के मुँह और बाढ़ की विभिषिका से बचा लिया।

जानते हो, बाढ़-पीड़ितों की सहायता करने वाला वह व्यक्ति कौन था? वह था हमारे देश के प्रथम राष्ट्रपति स्व. डॉ. राजेन्द्र प्रसाद।

प्रस्तुति : किशोर डैनियल

पढ़ो और हँसो

बच्चों की देखभाल के लिए महिला उम्मीदवार से पूछा– क्या आपको बच्चों के साथ रहने का कुछ अनुभव है?

जी हाँ, मैं बचपन में बच्चों के साथ रही हूँ।– महिला ने जवाब दिया।

माँ : बेटा, टाइम क्या हुआ है?
बेटा : माँ, मुझे टाइम देखना नहीं आता।
माँ : बेटा यह देखकर बता कि घड़ी की सुईयां कहाँ पर हैं?
बेटा : माँ, घड़ी की सुईयां घड़ी के अन्दर ही हैं।

लाली : अरे मोना, आजकल तो तू अंग्रेजी बहुत बोलती है?
मोना : अरे दीदी, पेपरों में मैंने अंग्रेजी का पूरा पेपर चबा लिया था।

एक आदमी ने रेलवे के स्टेशन मास्टर से शिकायत की और कहा– साहब, दो घंटे हो गये और गाड़ी का अभी तक कुछ अता-पता नहीं।

इस पर स्टेशन मास्टर ने जवाब दिया– घबराओ मत भैया, यह टिकट चौबीस घंटे तक चल सकता है।

– श्याम बिल्दानी (बड़नेरा)

तीन मूर्ख थे। उन्होंने सोचा, क्यों न हम एक मकान बनायें। तीनों एक चौराहे पर एक-दूसरे के ऊपर खड़े हो गये।

इतने में एक पुलिसमैन आया और उन्हें वहाँ से हटने के लिए बोला।

मूर्ख बोले– देखते नहीं हमारा मकान बना है।

पुलिसमैन ने सबसे नीचे वाले को एक थप्पड़ मारा तो ऊपर वाला मूर्ख बोला– देखो कौन दरवाजा खटखटा रहा है?

बेटा : पापा, क्या आप आँख बंद करके 'साइन' कर सकते हो?
पापा : हाँ, हाँ क्यों नहीं।
बेटा : तो बस फिर आँखें बंद करके मेरे रिपोर्ट कार्ड पर साइन कर दीजिए।

इंजीनियर : सर, हमने एक ऐसी चीज बनायी है जिससे हम दीवार के उस पार भी देख सकते हैं।
बॉस : क्या है वो?
इंजीनियर : खिड़की।

– अंजली (अमरावती)

एक कंजूस व्यापारी ने अपने मुंशी को बुलाकर कहा– श्याम, तुम्हें हमारे यहाँ नौकरी करते हुए पूरे पचास साल हो गये।

श्याम ने कहा– जी हाँ।

व्यापारी बोला– हम तुम्हारी स्वामिभक्ति से बेहद प्रसन्न हैं और तुम्हारे लिए कुछ करना चाहते हैं।

सुनकर श्याम की आँखें आशा से चमक उठीं।

व्यापारी ने कहा– हमने सोचा है कि हम तुम्हें श्याम न कहकर 'श्यामबाबू' कहा करेंगे।

अध्यापक : बंटी, 'बीमार' का एक वाक्य में अनुवाद करके बताओ।

बंटी : जी सर, कल मैं बहुत बीमार था और स्कूल नहीं आ सका।

पापा : बेटा, अमेरिका में 15 साल के बच्चे भी अपने पैरों पर खड़े हो जाते हैं।

बेटा : लेकिन पापा, भारत में तो एक साल का बच्चा भागने भी लगता है।

मोनू : डॉक्टर साहब, देखो मुझे चोट लग गई है।

डॉक्टर : चोट लगने के बाद कुछ लगाया था।

मोनू : हाँ, डॉक्टर साहब व्हाट्सएप स्टेटस।

एक महिला के पास फोन आया। आपका बेटा हमारे पास है, 5000 लेकर आओ।

महिला : मैं अभी पुलिस को फोन करती हूँ।?

फोन करने वाला : हम पुलिस ही बोल रहे हैं। आपके बेटे का अपहरण नहीं, चालान हुआ है।

– दिशा बिलदानी (बड़नेरा)

पत्नी : तुम्हें कोई भी काम ढंग से करना नहीं आता है।

पति : क्यों, क्या हुआ, मैंने ऐसा क्या कर दिया?

पत्नी : तुमने कल सिलेंडर लगाया था?

पति : हाँ, तो ...।

पत्नी : पता नहीं कैसे लगाया? कल से दो बार दूध उबाला और दोनों बार ही फट गया।

रमेश ने मेडिकल स्टोर से दवा खरीदी, फिर बोला चीनी भी दे दो।

स्टोर मालिक : यहाँ चीनी नहीं मिलती।

रमेश : दवा पर लिखा है शुगर फ्री ...।

शिक्षक : (विद्यार्थी से) हमारे क्लास में सबसे ज्यादा कौन से शब्दों का उपयोग होता है?

विद्यार्थी : सर! मुझे नहीं मालूम।

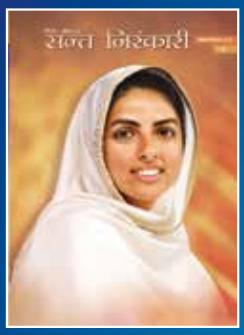
शिक्षक : बहुत अच्छा। बैठ जाओ।

इस कमरे की छत में कई दरारें हैं जिसके कारण बरसात का पानी सीधा कमरे में आता है। आखिर यह सब कब तक चलेगा।– किरायेदार ने मकान मालिक से शिकायत करते हुए कहा।

बरसात के खत्म होने तक।– मकान मालिक ने जवाब दिया।

अध्यापक : (राजेश से) यह बताओ बेटा जब कई राजनीतिक दल मिल जाएं तो उसे क्या कहेंगे?

राजेश : जी दलदल। – संदीप (वडसा)



सन्त निरंकारी

ग्यारह भाषाओं में प्रकाशित विशुद्ध आध्यात्मिक मासिक

इस पत्रिका में आप पढ़ सकते हैं:

- सद्गुरु वचनामृत
- तर्कपूर्ण लेख
- काव्य प्रवाह
- गीत माधुर्य
- जीवन दर्शन
- बाल वाटिका
- लोकगीत
- नारी शक्ति
- अमृत कलश
- सुनहरी यादें
- पुराने अंकों से

हिन्दी | पंजाबी | अंग्रेजी | मराठी | नेपाली | गुजराती | बांग्ला | तमिल | तेलुगू | कन्नड | ओड़िया

सदस्य बनने के लिए सम्पर्क करें : patrika@nirankari.org | वार्षिक शुल्क ₹ 150/-

'पाक्षिक समाचार पत्र

एक नज़र

स्वयं भी पढ़ें, औरों को भी पढ़ायें

मिशन की सामाजिक/आध्यात्मिक गतिविधियों की जानकारी

- विचार प्रवाह
- दार्शनिक लेख
- प्रेरक प्रसंग
- बाल जगत/खेल जगत
- गीत, कविताएं
- स्वास्थ्य
- नारी जगत

एक नज़र
(पंजाबी व मराठी में भी प्रकाशित)
निरंकार पर दृढ़ विश्वास रखें और भक्ति मार्ग पर आगे बढ़ें
निरंकारी बाबा गुरबचन सिंह मैमोरियल क्रिकेट टूर्नामेंट
74वाँ निरंकारी सन्त-समागम 27, 28 व 29 नवम्बर 2021 को

हिन्दी | पंजाबी | मराठी

सदस्य बनने के लिए सम्पर्क करें : patrika@nirankari.org | वार्षिक शुल्क ₹ 150/-

बोधकथा : कमल जैन

इतने प्यार से ...

एक महात्मा एक पेड़ के नीचे प्रभु ध्यान में थे। तभी गुस्से से भरा एक आदमी आया और उसने महात्मा के शरीर पर थूक दिया। उसने उन्हें अनेक गालियां भी दी। जब वह चुप हुआ तो महात्मा ने थूक को चादर से पौंछा और कहा– ''मित्र! कुछ और भी कहना चाहत हो?''

महात्मा की बात सुनकर वह आदमी चौका– ''थूकने और गाली देने वाले को भी कोई इतने प्यार से मित्र कह सकता है।'' वह चुपचाप वहाँ से चला गया।

महात्मा के एक शिष्य ने सब कुछ देखा था, वह क्रोध से भर उठा। उसने कहा– ''गुरुदेव! वह दुष्ट आदमी आप पर थूक कर गया और आप पूछते हैं कि और कुछ कहना है?''

यह सुनकर महात्मा ने शिष्य से कहा– ''कभी-कभी भाव इतना बड़ा होता है कि शब्द छोटे हो जाते हैं। कोई प्रेम से इतना भर जाता है कि शब्दों में कह नहीं पाता, इसलिए गले लगा लेता है। कोई क्रोध से इतना भर जाता है कि शब्दों के द्वारा कह नहीं पाता, इसलिए थूककर कहता है।''

इधर महात्मा पर थूकने वाला आदमी रात भर सो नहीं सका। वह यकीन नहीं कर पा रहा था कि ऐसा भी आदमी हो सकता है, जो थूकने पर गुस्सा करने की बजाय मित्र कहकर पुकारे और पूछे कि कुछ और कहना है, सुबह होते ही वह महात्मा के पास पहुँचा और माफी मांगने लगा।

महात्मा ने उस आदमी को सच्चे दिल से क्षमा करते हुए कहा– ''जो हो गया सो हो गया, हम तो आगे बढ़ गए हैं, कल की बात भूल गए हैं, लेकिन तुम कल की बात पर क्यों रूके हुए हो? अब खुशी-खुशी जाओ और एक नेक काम करो, इसी में तुम्हारी भलाई है...।''

इतना कहकर महात्मा अपने शिष्य के संग आगे कदम बढ़ाने लगे ...।

अब वह आदमी खुद को ही घृणा से देखने लगा, दूसरे ही पल जब उसके मस्तिष्क में महात्मा के ये शब्द गूंजे– ''जो हो गया सो हो गया...'' इन शब्दों की ऊर्जा से उसने अपने आपको बदल लिया।

सितम्बर अंक रंग भरो के श्रेष्ठ चित्र

1. **निशिका मनवानी** — 11 वर्ष
   44, ग्रीन पार्क सोसाइटी,
   अंकलेश्वर महादेव रोड,
   गोधरा (गुजरात)

2. **कृष्णा भाषानी** — 13 वर्ष
   लिम्बच माता एन.वी. फलिया, शेरा,
   भागोल, श्री स्वामिनारायण मंदिर के पास,
   गोधरा (गुजरात)

3. **ओम सोमजनी** — 14 वर्ष
   योगेश्वर सोसाइटी, सोमनाथ नगर,
   गोधरा (गुजरात)

4. **स्नेहा वालिया** — 14 वर्ष
   गाँव ठाकुरपुरा, बराड़ा,
   अम्बाला (हरियाणा)

5. **आरव मोहन** — 8 वर्ष
   25/60, पंजाबी बाग वेस्ट,
   नई दिल्ली

इनके अतिरिक्त जिनकी प्रविष्टियों को पसन्द किया गया वे हैं-

सोजल वर्मा (पंजाला, कांगड़ा), अवनीश सिंह (मुलायम नगर, कर्वी), खुशी (तुलजापुर, उस्मानाबाद), रिद्धि सैनी (पालम कॉलोनी, नई दिल्ली), अक्षरा सिंह (पुरानी कटरा रोड, प्रयागराज), कीर्ति (हुड्डा पार्ट-2, शाहाबाद), यशपाल (दिल्ली), स्वस्तिका (सिडको) लक्ष्मी (संजय नगर, आज़मगढ़) अमित (अतरौलिया, जौनपुर) हार्दिक इसरानी, मुस्कान, सुमीत, यशिका देवजानी, हार्दिक मूलचंदानी, चिराग गुरनानी मोहित गुरनानी, मंथन पंजवानी, कुश, चांदनी, जय मनवानी, आर्या, कबीर, विधि, लहर, यशिका पंजवानी, आंचल (गोधरा)

दिसम्बर अंक रंग भरो

पेज नं. 49 पर एक चित्र दिया गया है। इस चित्र में सुन्दर-सुन्दर रंग भरकर **10 जनवरी 2022** तक कार्यालय **'हँसती दुनिया'**, निरंकारी कॉम्प्लेक्स, निरंकारी सरोवर के पास, निरंकारी कालोनी, दिल्ली-110009 को भेज दें।

पांच श्रेष्ठ चित्रों के प्रतिभागियों के नाम (पते सहित) मार्च 2022 अंक में प्रकाशित किये जाएंगे।

चित्र के नीचे दिये गये रिक्त स्थान पर अपना नाम और पता अवश्य भरें।

15 वर्ष की आयु तक के बच्चे ही रंग भरकर भेज सकते हैं।

कृपया चित्र में रंग भरकर डाक द्वारा ही भेजें। 'ई-मेल' या 'व्हाट्सएप्प' से नहीं।

रंग भरो

नाम : ..... आयु : .....

पिता का नाम : .....

पूरा पता : .....

.....

..... पिन कोड : .....

आपके पत्र मिले

हँसती दुनिया एक ऐसी पत्रिका है जिससे बच्चो का बौद्धिक विकास होता है। इस पत्रिका में 'सबसे पहले' जहाँ शिक्षाप्रद होता है वहीं 'दादा जी', 'किट्टी' (चित्रकथा) कहानियां, कविताएं तथा पढ़ो और हँसो इत्यादि पढ़ने में बहुत आनन्द आता है।

– पूर्णसिंह सैनी (राजनगर, दिल्ली)

मैं हँसती दुनिया का नियमित पाठक हूँ। यह पत्रिका ज्ञान से भरपूर और बच्चों का सही मार्गदर्शन करती है। पत्रिका का अगस्त अंक मिला। हर बार की तरह 'सबसे पहले' प्रशंसनीय लगा। जिन्दगी को खुशी से जीने का एक नया पाठ पढ़ाया।
कहानियां 'जैसा को तैसा' और 'ऐसे थे शिवाजी' शिक्षाप्रद एवं अच्छी हैं।

'इस झण्डे को प्रणाम करें', 'तिरंगा ध्वज' और 'भारत वतन' कविताएं भी लाजवाब लगीं और देश के प्रति निरंतर आगे बढ़ने का नया पैगाम सिखा गयीं।

– श्याम बिल्दानी 'सादगी' (बडनेरा अमरावती)

हँसती दुनिया पत्रिका एक अच्छी पत्रिका है। हमें यह बहुत पसन्द है। हम इस पत्रिका को मन लगाकर पढ़ते हैं। हम सबको यह पत्रिका अच्छी लगती है। पहले की अपेक्षा इस पत्रिका में अब काफी कुछ रोचकता आ गई है। जिसके लिए आप धन्यवाद के पात्र हैं।

– अरुण भाटी 'सागर' (झाबुआ)

मैं हँसती दुनिया का पुराना पाठक हूँ। इस पत्रिका की जितनी भी तारीफ की जाए कम है। मैं हर महीने बेसब्री से इसका इन्तजार करता हूँ क्योंकि हँसती दुनिया हँसाती ही नहीं बल्कि तरह-तरह के ज्ञान और मनोरंजन भी करवाती है। इसमें मुझे छोटी-छोटी कहानियां और 'पढ़ो और हँसो' बहुत पसन्द हैं।

– मो. आरिफ (जालौर)

मैं हँसती दुनिया को नियमित रूप से पढ़ती हूँ। मुझे हर पल इसका इन्तजार रहता है। हँसती दुनिया जब आती है तो मेरा पूरा परिवार इसे बड़े ही उत्साहपूर्वक पढ़ता है। मैं तो हमेशा ईश्वर से यही प्रार्थना करूंगी कि यह पत्रिका 'दिन-दुगूनी रात चौगुनी' तरक्की करे तथा बुलन्दियों की ऊँचाई तक पहुँचे। मैं इसको पूरे मोहल्ले के लोगों को पढ़ाती हूँ तथा मेरी सहेलियां भी लगन के साथ इसे पढ़ती हैं। उन्हें भी हँसती दुनिया बेहद पसन्द है।

– प्रतीक्षा कुशवाह (इटावा)

हमें हँसती दुनिया बहुत अच्छी लगती है। मुझे हँसती दुनिया में कविताएं, कहानियां, चुटकले बहुत पसन्द हैं।

'पढ़ो और हँसो' पढ़कर मैं अपने दोस्तों को सुनाती हूँ। पढ़कर हम सभी हँसते हुए लोटपोट हो जाते हैं।

हँसती दुनिया मनोरंजन कराने के साथ-साथ ज्ञानवर्द्धक भी है। मेरे परिवार के सभी सदस्य हँसती दुनिया को बहुत पसन्द करते हैं। हँसती दुनिया को जो कोई भी पढ़ता है। इसकी प्रशंसा करता है।

– ज्योति शर्मा (चार के.एस.पी.)

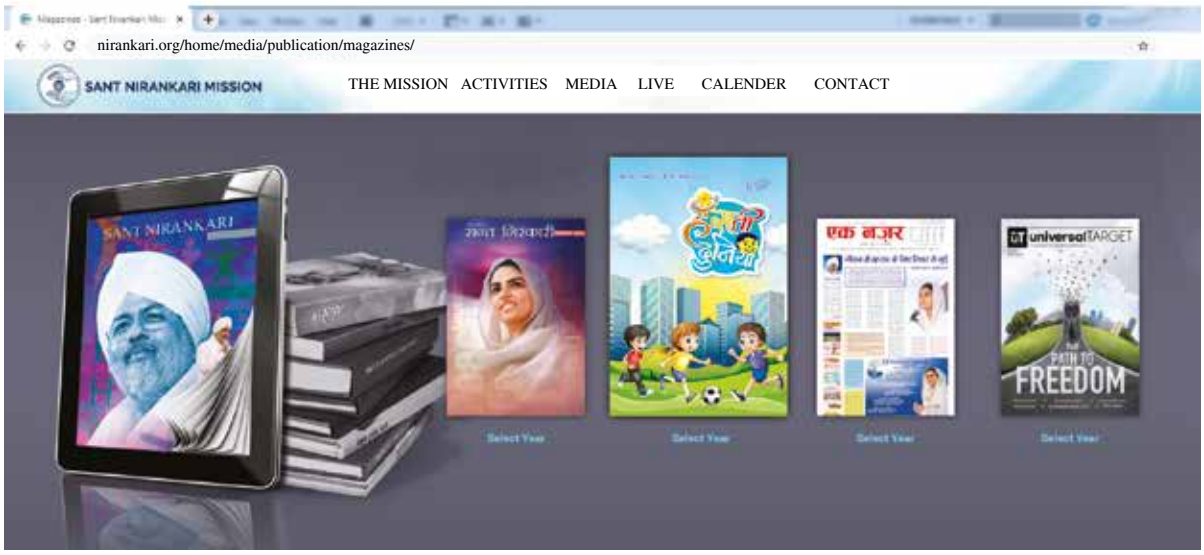
Video & Audio Webcasts on www.nirankari.org - Every month

SANT NIRANKARI MISSION

Prescribed Dates 21st & 22nd , Date of Publication: 16th & 17th (Advance Month)
Posted at LPC Delhi RMS Delhi - 110006

Registered with the : Delhi Postal Regd. No. DL (N) 136/2021-2023
Registrar of Newspaper : License No. U (DN) -23/2021-2023
For India Under RNI No. 25672/1973 : Licensed to post without Pre-payment

निरंकारी पत्र-पत्रिकाएं 'निरंकारी वेबसाइट' पर



निरंकारी वेबसाइट पर सभी भाषाओं की 'हँसती दुनिया' , 'सन्त निरंकारी' एवं 'एक नज़र' को पढ़ने के लिए इन निर्देशों का पालन करें–

www.nirankari.org को **open** करेंगे तो **Main** पेज पर आपको **THE MISSION, ACTIVITIES, MEDIA and GALLERY** दिखाई देंगे। आपको **MEDIA** के **PUBLICATIONS option** को क्लिक करना है। यहाँ आपको सम्पूर्ण अवतार बाणी, सम्पूर्ण हरदेव बाणी, **E-BOOKS, Articles** और **Magazines** दिखाई देंगे। **Magazines** को क्लिक करते ही सन्त निरंकारी, हँसती दुनिया, एक नज़र तथा **Universal Target** के पेज खुल जाएंगे। यहाँ आप जो भी पत्रिका पढ़ना चाहते हैं, पढ़ सकते हैं।

– प्रबन्ध सम्पादक, पत्रिका विभाग

पाठकों के लिए सूचना ...

❖ क्या आपको हँसती दुनिया (हिन्दी) मासिक निरन्तर मिल रही है?

❖ पत्रिका विभाग द्वारा हर माह 22 तारीख को पत्रिका Dispatch (प्रेषित) कर दी जाती है। यदि **एक सप्ताह तक भी आपको प्राप्त न हो तो कृपया–**

1. अपने नजदीकी पोस्ट ऑफिस से सम्पर्क करें।
2. पत्रिका विभाग को फोन नं. 011-47660224 अथवा Help Line 011-47660360 पर सूचित करें ताकि आपको उसकी दूसरी प्रति भिजवाई जा सके।

– प्रबन्ध सम्पादक

पत्रिका विभाग, सन्त निरंकारी मण्डल,
निरंकारी कॉम्प्लेक्स, बुराड़ी रोड, दिल्ली-110009

पत्र-पत्रिकाओं के प्रसार अभियान में योगदान देकर सद्गुरु माता जी के आशीर्वाद के पात्र बनें।