• वर्ष 49 • अंक 03
• मार्च 2022

₹ 15/-

हँसती दुनिया

हँसती दुनिया

● वर्ष 49 ● अंक 03 ● मार्च 2022 ● 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

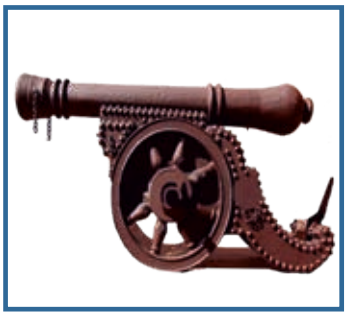
अन्य देश : उपरोक्तानुसार अमेरिकी डालर के बराबर राशि देय होगी।

स्तम्भ

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

चित्रकथाएं

12. जैसा को तैसा
34. किट्टी



कहानियां

8. जम्पी बन्दर की बहादुरी
: कल्पनाथ सिंह
11. सरपंच की सूझ
: रूपनारायण काबरा
16. तोप की रक्षा के लिए ...
: कमल सौगानी
18. मिक्की गिलहरी और विक्की चूहा
: डॉ. घमंडीलाल अग्रवाल
22. चुगलखोर मैना
: सुकीर्ति भटनागर
26. इस होली में ...
: डॉ. देशबन्धु 'शाहजहाँपुरी'
30. समय का पाठ
: जयेन्द्र
46. बुद्धि का कमाल
: अर्चना जैन
46. चुनमुन की चतुराई
: राजकुमार 'राजन'

कविताएं

7. दिन पढ़ने के आये हैं
: महन्थ राजपाल
7. आई परीक्षा
: महेन्द्र सिंह शेखावत
17. खुशियों का त्योहार है होली
: अमृत 'हरमन'
17. रंगीली होली
: अश्वनी कुमार 'जतन'
25. होली
: डॉ. सत्यनारायण
25. बच्चों की टोली
: जगतार 'चमन'
33. आगे ही बढ़ते जाएंगे
: नवीन चतुर्वेदी
39. आई है भइया होली रे
: राजेंद्र निशेश
39. खुशियों का संसार होली
: गोविन्द भारद्वाज

विशेष/लेख

20. एक होली ऐसी भी
: चित्रेश
29. भोजन के आवश्यक घटक (तत्व)
: डॉ. विनोद गुप्ता
31. हरड़
: राजकुमार जैन
40. पौराणिक कहानियों में होली
: दिनेश दर्पण
42. पंखा कृमि
: परशुराम शुक्ल

सबसे पहले

खुद को स्वयं ही खुश रखें

हर व्यक्ति खुश रहना चाहता है। कोई भी निराश या दु:खी नहीं रहना चाहता। फिर भी व्यक्ति खुश नहीं है। इस खुशी को वह चारों तरफ ढूंढता रहता है। जब से बच्चा जन्म लेता है, माता-पिता हमेशा उसे खुश रखने के लिए कई कार्य करते हैं। उसके खान-पान, रहन-सहन, शिक्षा-दीक्षा में कोई कमी न रह जाए इसका वे अधिकतर जरूरत से ज्यादा ध्यान भी रखते हैं, क्योंकि वे इसको अपनी जिम्मेदारी से ज्यादा कर्तव्य मानते हैं और अपने पूरे परिश्रम से इसमें तल्लीन रहते हैं। धीरे-धीरे बच्चे को समझ आ जाती है कि सभी मेरी जरूरतों को पूरा करते हैं। इसी कारण मैं खुश रह पाता हूँ।

हम सब भी कभी न कभी बच्चे थे। हमारे अन्दर भी इस तरह की धारणा का विकास अनायास ही होता गया है। हम भी बड़े होते-होते दूसरों पर निर्भर होते चले गये और यही क्रम हमें अपनों से और दूसरों से अपेक्षा करने की आदत को बनाता चला जाता है। हम समझ ही नहीं पाते कि हम कब हर छोटे-छोटे कार्यों के लिए भी दूसरों पर निर्भर हो चुके हैं। यह समझ आ जाने के बावजूद भी वह व्यक्ति बाहर से, अपने चारों ओर से सुविधाएं ग्रहण करने के क्रम को जारी रखता चला जाता है और इसी को ही अपनी खुशी और खुशी का कारण मानने लगता है।

हम जिससे भी खुशी चाहते हैं यह आवश्यक नहीं कि वे हमें उतना ही खुश रखना चाहते हैं या हमें उचित सम्मान देना चाहते हैं। हर व्यक्ति की अपनी-अपनी प्राथमिकता या वरीयता होती है। वह किस व्यक्ति को समय देना चाहता है या नहीं, वह उसको महत्वपूर्ण समझता भी है या नहीं और तो और उसका कोई निहित स्वार्थ पूरा होता है या नहीं।

प्यारे साथियो! हमें यह सोचना अवश्य है कि कहीं हम दूसरों से जरूरत से ज्यादा तो उम्मीद नहीं कर रहे हैं? और अनेकों बार हम अच्छी चीजों की उनसे आशा कर लेते हैं जिनके पास वह है ही नहीं या जिनके पास केवल स्वार्थ ही होता है और जब तक उनका स्वार्थ पूरा न हो तो वह आपका न कोई कार्य करेंगे न आपको खुशी दे सकते हैं, न सम्मान और न ही आपसे उचित व्यवहार करेंगे।

साथियो! अब यह हमारी अपनी ही जिम्मेदारी है कि हम पहले छोटे-छोटे कार्य स्वयं करने का अभ्यास करें जितना भी हो सके स्वयं को इस योग्य बनाएं कि हमें दूसरे का सहारा कम से कम लेना पड़े। इस तरह हम बड़े-बड़े कार्य भी स्वयं कर सकेंगे और अपने लक्ष्य को भी ऊँचा कर पाएंगे। यह कदम हमारा हमें आत्म-संतुष्टि भी देगा और मन को प्रसन्नता भी। हमें निराशा का सामना इसलिए करना पड़ता है क्योंकि हम दूसरों से अच्छी-अच्छी चीजें पाना चाहते हैं जो उनके जीवन में पहले ही नदारद हैं और हम अनेकों शुभ कार्यों से चूक जाते हैं क्योंकि हम अच्छे, उच्च और महान व्यक्तियों में गलतियां ढूंढते रहते हैं।

हमें हर व्यक्ति का सम्मान करना है, आदर करना है क्योंकि हर किसी में कुछ न कुछ सद्गुण अवश्य होते हैं जिनको हम नजरअन्दाज कर देते हैं। हम स्वयं को भी शाबाशी दें जब कोई अच्छा कार्य करें और अगर नहीं कर पाए तो प्रयत्न अवश्य करें तो खुशी हमेशा हमारा दामन पकड़े रखेगी।

– विमलेश आहूजा

हमारे पवित्र ग्रंथ :

सम्पूर्ण अवतार बाणी

पद संख्या 247

संगी साथी सभ मतलब दे इक्को है ग़मखार गुरु।
दुनियां दे सभ रिश्ते झूठे सच्चा रिश्तेदार गुरु।
धन दौलत ढलदा परछावां कायम दायम दातार गुरु।
बाकी सभ सहारे झूठे सच्चा है पतवार गुरु।
ऐसे सत्गुर नूं जो पूजे उस दी शान निराली ए।
कहे अवतार गुरु बिन सभ कुझ लगदा ख़ाली ख़ाली ए।

भावार्थ : उपरोक्त पद में बाबा अवतार सिंह जी कह रहे हैं कि संसार के संगी-साथी मतलब के हैं। इन्सान जिनके बारे में सोचता है कि ये लोग मेरे साथ रह रहे हैं, मेरे साथ कार्य कर रहे हैं तो समय पड़ने पर काम आयेंगे या सहायक बनकर मेरे काम को आसान करेंगे लेकिन ऐसा नहीं है। दुनिया के सभी रिश्ते-नाते झूठे हैं, ये रिश्ते-नाते झूठ की नींव पर खड़े हैं। सच्चा साथी, सच्चा रिश्तेदार केवल सत्गुरु है जो बिना किसी स्वार्थ के दुख-पीड़ा के समय मदद करने को आगे आता है। दुनिया के गम में सत्गुरु ही ग़मखार है, दुख मिटाने वाला है, बाकी सभी रिश्ते-नाते किसी काम आने वाले नहीं हैं।

बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि दुनिया की दौलतें, यहाँ की धन-सम्पदाएं परछाई की भांति हैं जो समय के साथ ढल जाती हैं। हम देखते हैं कि सूर्य निकला होता है तो हमारी परछाई हमारे साथ चलती है, जहाँ भी जाओ वह पीछे-पीछे चलती नज़र आती है लेकिन वही हमेशा साथ चलने वाली परछाई सूर्य ढल जाने के साथ ही गायब हो जाती है। इसी प्रकार कोई व्यक्ति अगर अपनी धन-दौलत का मान करे या यह समझ कर चले कि धन-दौलत हमेशा काम आने वाला है तो ऐसा नहीं है। यह सांसारिक सम्पदाएं सहारे एक दिन साथ छोड़ देती हैं केवल दातार-सत्गुरु ही हर पल, हर क्षण साथ देता है।

जीवन नैया मझधार में फंसी हो तो पतवार के बिना उसको किनारा मिलने वाला नहीं है। दुनियावी सहारों पर भरोसा रखने वालों का जल्द ही पता लग जाता है कि सच्चा सहारा देने वाला केवल सत्गुरु होता है।

बाबा अवतार सिंह जी कह रहे हैं कि सत्गुरु हर पल साथ निभाता है, हर आपदा से बचाता है। जन्म और मृत्यु के चक्र से छुड़ाता है। संसार में ऐसे सत्गुरु की शान निराली है। जो सत्गुरु की पूजा-उपासना करता है, इसके वचनों पर अपने जीवन को ढालता है, उसकी शान भी निराली होती है। ऐसे परोपकारी सत्गुरु की प्राप्ति के बिना अन्य बहुत कुछ क्यों न हासिल हो जाये लेकिन सब कुछ खाली-खाली सा, अधूरा सा ही लगता है। इन्सान को झूठे रिश्तेदारों-मित्रों का सहारा न लेते हुए इस हमेशा साथ देने वाले सत्गुरु-दातार का ही सहारा लेना चाहिए।

भावार्थ : हरजीत निषाद

अनमोल वचन

- कई बार हम दूसरों से इसलिए नहीं मिलते क्योंकि हम समझते हैं कि हम उनसे ज्यादा पढ़े-लिखे और विद्वान हैं। हमें इन सभी भेदभावों से ऊपर उठना है।
- भक्त सुख में अत्यधिक खुश न होकर और दुख में अत्यधिक दुखी न होकर अनासक्त भाव से इस संसार में विचरण करते हैं। वे यह भली-भांति जानते हैं कि चाहे सुख हो या दुख हो दोनों ही कुछ समय के लिए हैं।
- किरदार (आचरण) आदतों से बनता है। आदतें हमारे दोहराए गये कर्मों को कहते हैं और कर्मों का निर्णय हमारे विचारों द्वारा होता है। अत: हमें सबसे पहले अपने विचार नेक करने होंगे। अपने विचारों का आधार परमात्मा को बनाकर सबके भले के लिए सोच रखनी होगी। तभी हमारे कर्म और फिर हमारा किरदार भी सुंदर बनेगा।
- अहंकार हमारी गलतफहमियों के फासले को बढ़ा देता है। हमने सभी के साथ अहम् भाव से ऊपर उठकर, प्यार से व्यवहार करना है।
- सेवा में जज्बा देखा जाता है, सामर्थ नहीं।
- सहनशीलता-भक्तिमय आचरण का प्रतीक है।
- मानवता की पहचान परस्पर मिलवर्तन और भाईचारा है।

–सत्गुरु माता सुदीक्षा जी महाराज

- शिक्षा के बिना मानव पशु के समान है।
- पुस्तक पास में हो तो मित्रों की कमी नहीं खटकती है। – महात्मा गाँधी
- बुराई के सामने झुकना कायरता है।

– सुभाषचन्द्र बोस

- सफलता का पहला रहस्य है– आत्मविश्वास।
- जीवन में आशा और निराशा धूप-छांव के समान होते हैं। – इमर्सन
- भय और शक जीवन की गंगा में विष घोल देता है। – लोकमान्य तिलक
- पुस्तक प्रेमी सबसे अधिक धनी और सुखी होते हैं। – बनारसीदास चतुर्वेदी
- दया ही धर्म की जन्मभूमि है।

– चाणक्य नीति

- धरती के सारे खजाने भी एक खोया हुआ क्षण वापस नहीं ला सकते।

– फ्रांसिस लोकोक्ति

- भाग्य साहसी का साथ देता है। – वर्जिल
- साहस वीरों का प्रथम गुण है। – सुभाषित
- स्वास्थ्य ही धन है। – बुलवर लिटन
- अहिंसा के भाव से ही मानवता का बचाव होगा।
- संयम सफलता का सर्वोच्च स्थान है।
- अहंकार अज्ञानता के अतिरिक्त और कुछ नहीं। – अज्ञात

संकलन : श्रीराम प्रजापति

कविता : महन्थ राजपाल

दिन पढ़ने के आये हैं

जमकर करो पढ़ाई बच्चो,
दिन पढ़ने के आये हैं।
मेहनत करने वालों ने ही,
गीत विजय के गाये हैं।।

जो करते हैं आलस बच्चो,
वो ही पीछे पछताये हैं।
जमकर करो पढ़ाई बच्चो,
दिन पढ़ने के आये हैं।।

पढ़ने लिखने वाले ही,
सारी दुनिया में छाये हैं।
ज्ञान-कर्म के संगम से,
दुनिया को स्वर्ग बनाये हैं।।

पढ़ने-लिखने वालों ने ही,
मानवता का पाठ पढ़ाये हैं।
जमकर करो पढ़ाई बच्चो,
दिन पढ़ने के आये हैं।।

प्रेरक बाल कविता : महेन्द्र सिंह शेखावत

आई परीक्षा

आलस त्यागो करो पढ़ाई,
घड़ी परीक्षा की अब आई।

मेहनत रास जिसे न आये,
गया समय तो फिर पछताये।

करे परिश्रम जो भी बच्चे,
सबको लगते वो ही अच्छे।

सच्चे मन से जो पढ़ता है,
आगे सबसे वो बढ़ता है।

कहानी : कल्पनाथ सिंह

जम्पी बन्दर की बहादुरी

गोलू खरगोश की मौसी सेमरीवन में रहती थी। सेमरीवन बहुत सुन्दर था। गोलू पहली बार ही अपनी मौसी के घर आया था। गोलू दूसरे ही दिन अपनी मौसी के घर के बाहर निकलकर चकित होकर सेमरीवन को देखने लगा।

जम्पी बन्दर वहीं पास में ही पेड़ पर बैठा गोलू को देख रहा था। कुछ ही मिनट में जम्पी पेड़ से उतरकर गोलू के पास आया और पूछ बैठा– अरे भाई, तुम तो इस वन में नये-नये आये लगते हो। क्या नाम है तुम्हारा और किसके घर आये हो?

–मेरा नाम गोलू है। मैं अपनी मौसी के घर आया हूँ।

–क्या नाम है तुम्हारी मौसी का और कहाँ से आये हो?

–मेरी मौसी का नाम पिंकी है। वह देखिये उनका घर दिखाई दे रहा है।– गोलू अपनी मौसी का घर दिखाते हुए बोला।

–अच्छा-अच्छा, तुम पिंकी आंटी के घर आये हो।

–हाँ भैया! आपका क्या नाम है?

–मेरा नाम जम्पी है। मैं भी इसी वन में रहता हूँ।

–मेरा घर बहुत दूर पहाड़ पर पलाशवन में है। मैं पहली बार ही अपनी मौसी के यहाँ आया हूँ।

उतने में गोलू को ढूंढ़ती-ढूंढ़ती उसकी मौसी पिंकी आ गई। पिंकी को देखकर जम्पी बन्दर उछलकर पेड़ पर चढ़कर छिप गया। जम्पी अपनी दुष्टता के लिए पूरे सेमरीवन में बदनाम था।

तभी गोलू की मौसी पिंकी गोलू से पूछ बैठी– बेटा, तुम जम्पी से क्या बात कर

रहे थे?

–मौसी वह मुझसे पूछ रहा था कि तुम किसके घर आये हो, कहाँ रहते हो?

–देखो जम्पी बहुत ही दुष्ट बन्दर है। जरा-जरा सी बात पर नाराज हो जाता है और बच्चों को काट खाता है। उससे कभी भी बात न करना बेटा। वरना तुमको भी किसी दिन घायल कर देगा।

वैसे गोलू को जम्पी की प्यारी-प्यारी बातें बहुत अच्छी लगीं लेकिन मौसी के मना करने पर गोलू ने फिर कभी जम्पी से बात नहीं की। जम्पी को देखकर वह मौसी के डर से छुप जाता था। जम्पी बहुत चाहता था कि गोलू से फिर बातें हों लेकिन गोलू नहीं मिलता था।

दो-तीन दिन तो गोलू सेमरीवन में घूमने का आनन्द लेता रहा। गोलू की मौसी के दो लड़के टिन्नू और मिन्नू थे। दोनों पास के स्कूल में पढ़ने जाते थे।

एक दिन गोलू अपनी मौसी से बोला– मौसी मैं भी टिन्नू-मिन्नू भैया के साथ उनके स्कूल जाऊँगा।

–जाओ बेटा। मैं तो चाहती हूँ कि तुम जम्पी-सम्पी से दूर रहो। कल से तुम भी अपने भाइयों के साथ स्कूल जाया करो।

दूसरे दिन टिन्नू-मिन्नू के साथ पिंकी ने गोलू को भी तैयार करके स्कूल भेज दिया।

टिन्नू-मिन्नू का स्कूल जंगल से बाहर एक बाग में था। स्कूल जाते हुए रास्ते में एक गहरा तालाब था। उसी के किनारे स्कूल जाने का

रास्ता था।

बसन्त का मौसम था। तालाब में सवेरे-सवेरे खूब कुमुदिनी के फूल खिले थे।

गोलू का घर पलाशवन पहाड़ पर था। वहाँ न कोई तालाब था न गोलू ने कभी कुमुदिनी के महकते फूलों को देखा था।

स्कूल जाते समय तालाब में खिले कुमुदिनी के फूलों को देखकर गोलू का मन रीझ गया। वह तुरन्त तालाब में घुसकर फूल तोड़ना चाहता था। तभी टिन्नू-मिन्नू उसकी बांह पकड़कर चिल्ला पड़े– अरे, अरे यह क्या कर रहे हो? कभी तालाब में उतरना नहीं। वरना तुम डूब जाओगे। किनारे से ही यह तालाब बहुत गहरा है।

–भैया मुझको फूल चाहिए। गोलू उदास होकर बोला तो टिन्नू बोला– गोलू तालाब बहुत गहरा है कोई इस तालाब में उतरता नहीं है। अभी मैं भी डूब जाऊँगा और तुम भी डूब जाओगे।

गोलू मन मारकर स्कूल तो गया लेकिन उसका मन तो फूलों में ही लगा हुआ था। वह मन ही मन सोचने लगा कि टिन्नू और मिन्नू भैया मुझे फूल नहीं देना चाहते हैं इसलिए बहाना बनाकर मुझे फूल लेने से मना कर दिया।

कुछ देर बार टिन्नू और मिन्नू अपनी-अपनी कक्षा में पढ़ने लगे तो वह चुपके से स्कूल के पिछवाड़े से निकला और तालाब पर पहुँच गया।

जम्पी बन्दर भी उसी समय पेड़ों पर फल-फूल खाने के लिए पहुँच गया था। अचानक उसकी नज़र गोलू पर पड़ी तो वह बहुत खुश हो गया। मन ही मन सोचने लगा कि कुछ फल-फूल खाकर भूख मिटा लूँ फिर आज जी भरकर गोलू से खूब बात करूँगा।

उधर गोलू कुछ पल इधर-उधर ताकता रहा। सुनसान देखकर वह चुपके से ज्योंही तालाब में उतरकर चार कदम चला और फूलों की तरफ हाथ बढ़ाया था कि वह डूबने लगा।

जम्पी बन्दर ने गोलू की तरफ देखा तो गोलू कहीं दिखाई नहीं दिया। इतने में उसकी नज़र तालाब की तरफ गई तो उसने देखा कि गोलू डूब रहा है।

जम्पी बन्दर बिना एक पल गंवाये गोलू को बचाने दौड़ा और छलांग लगाकर पानी में कूद पड़ा और डूबते हुए गोलू को बाहर घसीट लाया।

इतने में कई और दूसरे जानवर भी आ गये। गोलू के पेट में बहुत पानी जा चुका था। इसलिए पहले गोलू के पेट से पानी निकाला।

गोलू के डूबने की खबर सुनकर उसकी मौसी भी दौड़ी-दौड़ी आई।

गोलू को बचाने में जम्पी ने बहादुरी का काम किया था। सारे सेमरीवन के जानवरों ने जम्पी बन्दर की इस बात के लिए तारीफ की।

गोलू की मौसी पिंकी ने जम्पी बन्दर को गोलू को बचाने का बहुत-बहुत धन्यवाद किया।

जम्पी के इस कार्य की चारों और प्रशंसा होनी लगी। अब वह अपनी सारी शरारतें और दुष्टता छोड़कर अच्छे कार्यों में ध्यान देने लगा अब जानवर जम्पी से डरकर दूर नहीं भागते थे। वह भी दूसरों की सहायता करके खुश होता था। अब वह अच्छा और नेक बन गया था।

◆

प्रेरक-प्रसंग : रूपनारायण काबरा

सरपंच की सूझ

एक गाँव था सल्हदीपुर। इसी गाँव में रहता था एक गरीब किसान। उसके पास ज्यादा जमीन-जायदाद नहीं थी। बस थोड़ी-सी जमीन थी और कुछ गायें थीं। उसके तीन लड़के थे- रामू, प्रेमा और नारायण। तीनों बड़े ही आज्ञाकारी और पिता की इज्जत करने वाले थे। जब किसान के मरने का वक्त आया तब उसने अपने तीनों पुत्रों को अपने पास बुलाया और कहा, ''बेटो, मेरे जाने का वक्त आ गया है। मेरे मरने के बाद तुम बंटवारे के लिये झगड़ना नहीं। देखो, सम्पत्ति के नाम पर केवल 17 गायें हैं। इनका बंटवारा तुम मेरी आज्ञा के अनुसार इस प्रकार करना - रामू का परिवार बड़ा है। उसके खर्चे बहुत हैं, अतः गायों का आधा भाग इसको मिलेगा। प्रेमा की भी शादी हो चुकी है, अतः तिहाई भाग उसको प्राप्त होगा। और बेटे नारायण तेरे खर्चे सबसे कम हैं, अतः तू नौवां भाग ले लेना।'' इतना कहकर किसान स्वर्ग सिधार गया।

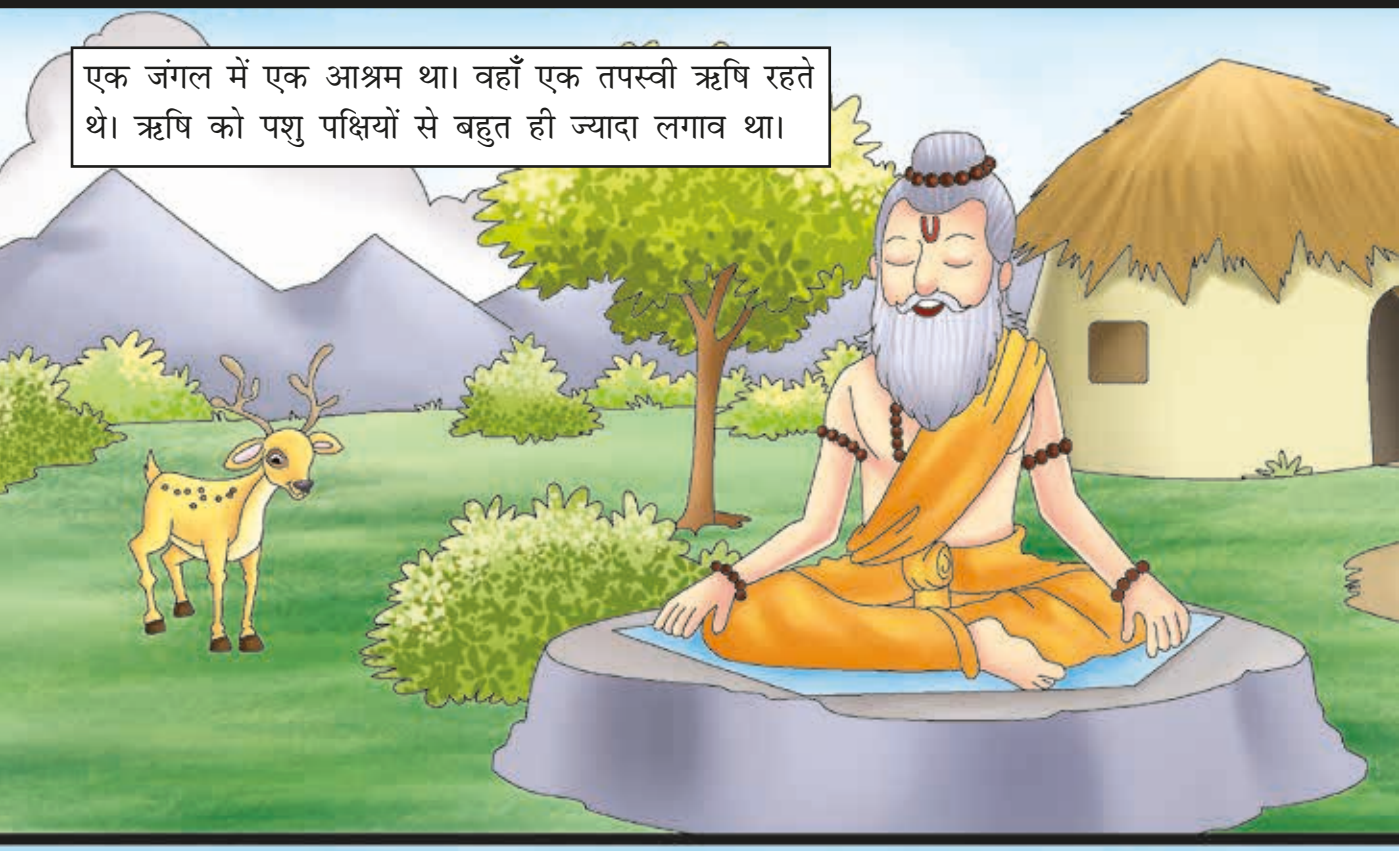
तीनों पुत्रों के लिये गायों का बंटवारा एक विचित्र समस्या बन गई। वे बेचारे इधर-उधर सब तरफ घूमते फिरे। जगह-जगह सलाह ली पर किसी को हल नजर नहीं आया। आखिर किसी से सुना कि ग्राम मंढ़ा के सरपंच मांगीलाल जी सूझबूझ के धनी हैं। वे उनके पास गये और अपनी समस्या रखी। पहले तो सरपंच भी चकराया, फिर बोला, ''तुम लोग कल आना, मैं कोई उपाय सोचूंगा।''

दूसरे दिन जब वे पहुँचे तो सरपंच मांगीलाल ने उनकी समस्या सुलझा दी। उसने उनकी 17 गायों में एक गाय अपनी मिला दी। अब गायें 18 हो गईं। इनका आधा अर्थात् 9 गायें रामू को दे दी गईं। तिहाई भाग अर्थात् 6 गायें प्रेमा को मिल गईं और नौवां भाग अर्थात् 2 गायें नारायण को मिल गईं। इस प्रकार 17 गायों का बंटवारा 9+6+2 हो गया। शेष बची एक गाय सरपंच की अपनी थी ही, सो अपने पास रख ली।

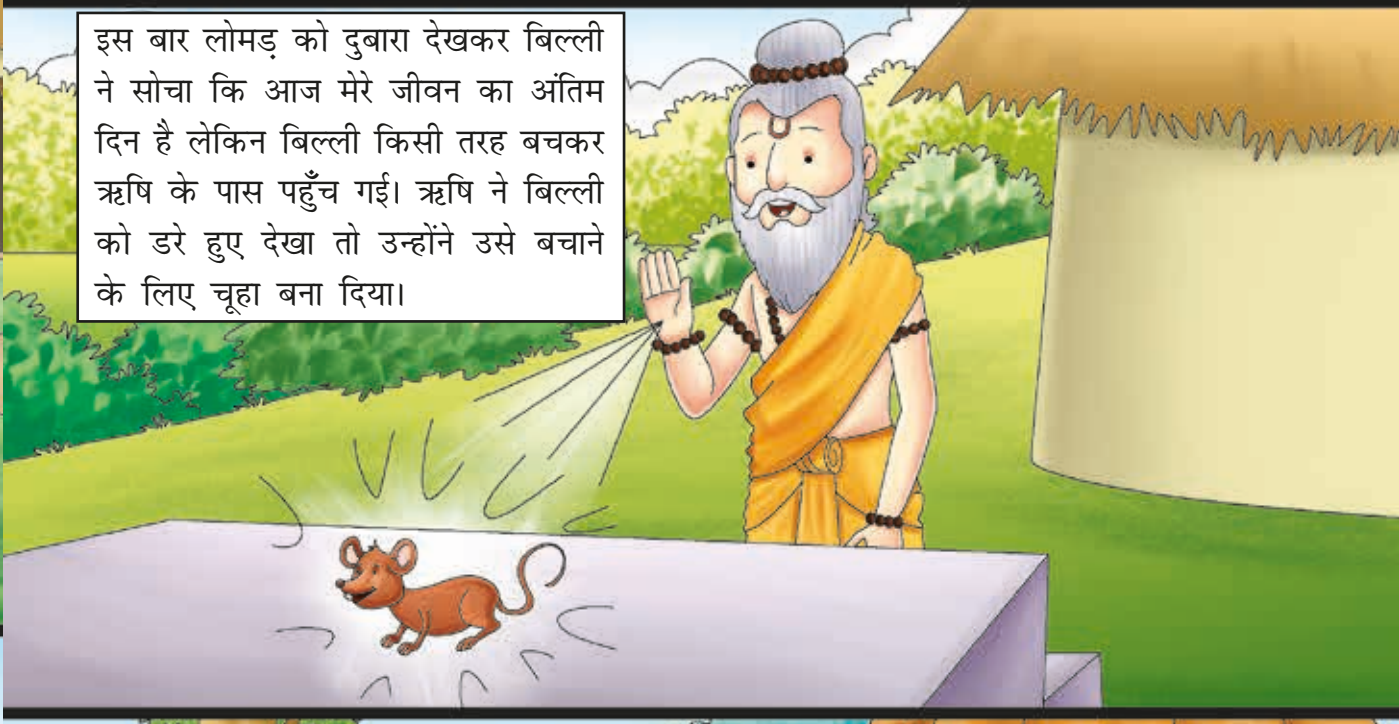
जैसा को तैसा

पंचतंत्र की कहानी पर आधारित

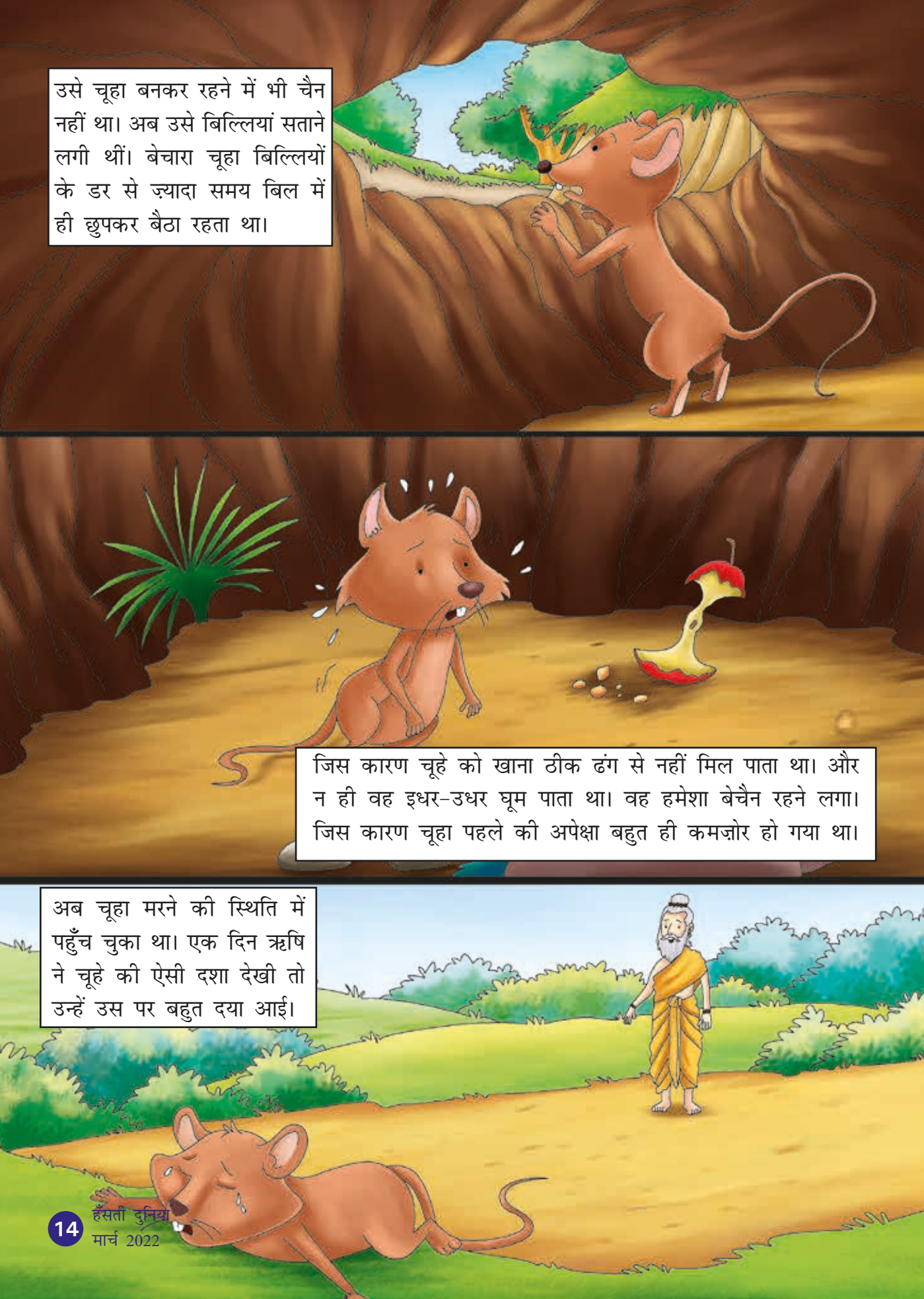
चित्रांकन एवं लेखन : अजय कालड़ा



एक दिन एक लोमड़ आश्रम के पीछे आकर बिल्ली को मारने आ पहुँचा था। लोमड़ को देखकर बिल्ली काफ़ी डर चुकी थी क्योंकि पहले भी एक बार बिल्ली को लोमड़ ने घायल कर दिया था।


इस बार लोमड़ को दुबारा देखकर बिल्ली ने सोचा कि आज मेरे जीवन का अंतिम दिन है लेकिन बिल्ली किसी तरह बचकर ऋषि के पास पहुँच गई। ऋषि ने बिल्ली को डरे हुए देखा तो उन्होंने उसे बचाने के लिए चूहा बना दिया।

अब चूहा बन जाने के कारण वह किसी न किसी बिल में घुसकर अपना बचाव कर लेता था।


उसे चूहा बनकर रहने में भी चैन नहीं था। अब उसे बिल्लियां सताने लगी थीं। बेचारा चूहा बिल्लियों के डर से ज़्यादा समय बिल में ही छुपकर बैठा रहता था।
जिस कारण चूहे को खाना ठीक ढंग से नहीं मिल पाता था। और न ही वह इधर-उधर घूम पाता था। वह हमेशा बेचैन रहने लगा। जिस कारण चूहा पहले की अपेक्षा बहुत ही कमज़ोर हो गया था।
अब चूहा मरने की स्थिति में पहुँच चुका था। एक दिन ऋषि ने चूहे की ऐसी दशा देखी तो उन्हें उस पर बहुत दया आई।

ऋषि ने चूहे को निडरता से रहने के लिए शेर बना दिया। अब शेर बन जाने के बाद वह सभी जानवरों पर भारी पड़ने लगा सभी उससे डरने लगे। शेर का घमण्ड बहुत बढ़ गया। वह अपने आपको काबू में नहीं रख पाता था।
एक दिन तबियत खराब हो जाने के कारण वह शिकार करने जंगल नहीं जा सका वह भूख से तड़प रहा था।
तब शेर की नज़र उसी ऋषि पर पड़ी। ऋषि को खाने के लिए वह पीछे से झपटा। शेर को अपनी तरफ झपटते देखकर ऋषि की आँखे क्रोध से लाल हो गईं।
ऋषि ने श्राप देकर शेर को पहली बिल्ली वाली अवस्था में ला दिया। अब बिल्ली चुपचाप ऋषि के चरणों के पास बैठी रहती थी। वह अपनी गलती को समझ चुकी थी।
शिक्षा: हमें कभी भी अपने हितैषी का अहित नहीं करना चाहिए।

प्रेरक-प्रसंग : कमल सौगानी

तोप की रक्षा के लिए जान देने वाला सैनिक

उन दिनों रूस और जापान के बीच घमासान युद्ध चल रहा था। दोनों पक्षों के कई सैनिक युद्ध में शहीद हो चुके थे। प्रतिदिन युद्ध के समय युद्धस्थल वाला आसमां तोपों के बारूदी धुएं से भर जाया करता।

रूस की सेना ने लड़ते-लड़ते एक पहाड़ी पर आक्रमण किया जहाँ 8-10 जापानी सैनिक अपनी विशाल तोप की रक्षा कर रहे थे। मजबूरन जापानी सैनिकों को तोप छोड़कर भागना पड़ा। भारी भरकम तोप तो वे अपने साथ ले जा नहीं सकते थे।

रूसी सैनिक तोप को देखकर बड़े प्रसन्न हुए तथा आपस में चर्चा करने लगे। दुश्मनों की तोप से अब हम दुश्मनों का ही सफाया करेंगे। यह बात तोप चलाने वाला एक जापानी सैनिक झाड़ियों के पीछे से सुन रहा था। उसे यह बात रास न आई और उसने तोप की रक्षा करना अपना फर्ज समझा।

रात को रूसी सैनिक तोप को हासिल करने की खुशी में नाच-गाकर खुशियां मना रहे थे। ऐसा सुनहरा मौका देखकर तोप चलाने वाला वह जापानी सैनिक पेट के बल सरकता-छिपता अपने वतन की तोप के पास पहुँचा। तोप को उसने जी भरकर चूमा और यह कसम खाई– 'मैं दुश्मनों को यह तोप नहीं चलाने दूंगा। चाहे मेरी जान ही क्यों न चली जाए?'

अब उसने प्राण देने का निश्चय कर लिया था। जिससे वह अपने वतन के सैनिकों का खून-खराबा न देख सके। अचानक तेज हवा चलने लगी। हवा थमी तो बर्फ गिरने लगी। चारों तरफ का माहौल ठंडा होता ही जा रहा था। वह जापानी सैनिक ठंड के मारे थर-थर कांपने लगा। वह तुरन्त तोप की नली में जा घुसा। बर्फ की सर्द हवा के कारण उसके दांत किटकिटा रहे थे उसके समूचे जिस्म में ठंड के कारण दर्द भी हो रहा था। लेकिन वह अपने देश की तोप की रक्षा के लिए सब कुछ सहता रहा।

सुबह युद्ध शुरू होने से पूर्व रूसी सैनिक तोप के पास आए। उन्होंने तोप की परीक्षा लेने के लिए उसमें गोला बारूद भरा। जैसे ही तोप छूटी उसकी नली में घुसे जापानी सैनिक के चिथड़े-चिथड़े उड़ गये। लेकिन उसके मुँह से तनिक आवाज भी न निकली। तोप के सामने बरगद का एक विशाल पेड़ था। जिसकी लटकती हुई जड़ें खून से सनकर लाल हो गई थीं। तोप की नली से बहता खून देखकर रूसी सैनिक हक्के-बक्के रह गये। उस तोप को अशुभ मानकर उसको वहीं छोड़ दिया और वे वहाँ से चले गये।

रूसी सैनिकों को वापस जाते हुए जब जापानी सैनिकों ने देखा तो उन्हें बड़ा अचरज हुआ। जब जापानी सैनिक अपनी तोप के पास पहुँचे तो वहाँ का दृश्य देखकर वे समझ गये कि अपनी तोप चलाने वाले सैनिक ने प्राण देकर तोप के साथ-साथ हम जापानी सैनिकों की भी रक्षा की है।

देश की खातिर मर मिटने वाले इस जापानी सैनिक को आज भी सम्मान के साथ याद किया जाता है।

कविता : अमृत 'हरमन'

खुशियों का त्योहार है

होली

खुशियों का त्योहार है होली।
रंगों की बौछार है होली।

लाल गुलाबी नीला पीला,
हरा बैंगनी और चमकीला।
सतरंगी रंगों से सजा जो,
एक प्यारा त्योहार है होली।।

प्रभु भक्त को आंच न आई,
होलिका उसे जला न पाई।
भक्त प्रह्लाद की जीत है,
हिरण्यकश्यप की हार है होली।।

पवित्रता का नाम है होली,
प्रेम का एक पैगाम है होली।
कूड़े करकट को जलाएं,
स्वच्छता का त्योहार है होली।।

बाल कविता : अश्वनी कुमार 'जतन'

रंगीली होली

होली फिर से आ गई देखो,
आज कोई भी मुझे न रोको,
मैं अब धूम मचाऊँगा,
सबको रंग लगाऊँगा।

मुन्ना भी पिचकारी लाया,
उसमें रंग भी भर कर लाया,
सबको रंग वो देता है,
हैप्पी होली कहता है।

बात 'जतन' ये कहे सभी से,
बच्चो खूब निकालो टोली,
मिलवर्तन से रहो सभी जन,
और मना लो दिल से होली।

बाल कहानी : डॉ. घमंडीलाल अग्रवाल

मिक्की गिलहरी और विक्की चूहा

शहर की अनाज मंडी के निकट ही एक विशाल बरगद का पेड़ था। उस पेड़ के कोटर में रहती थी मिक्की गिलहरी। मिक्की यहाँ पर पिछले महीने ही आई थी। इससे पहले वह जंगल से थोड़ी दूर नदी के किनारे वाले पीपल के पेड़ पर रहती थी। मिक्की को वहाँ खाने को कुछ अधिक नहीं मिल पाता था। बस, इसीलिए उसने पीपल के पेड़ को छोड़ने का निश्चय किया था।

इस बरगद के पेड़ के नीचे बिल में रहता था विक्की चूहा। विक्की चूहे को भी यहाँ आए हुए सिर्फ चार दिन हुए थे। इसी वजह से वह अन्य चूहों के साथ नहीं घुल-मिल पाया था।

एक दिन की बात है। मिक्की गिलहरी अनाज की तलाश में जाने के लिए पेड़ से नीचे उतरने वाली थी। तभी संतुलन बिगड़ने से उसका पैर फिसला और वह धड़ाम से आकर नीचे गिरी। संयोगवश विक्की चूहा अपने बिल के बाहर खड़ा ऊपर पेड़ की ओर देख रहा था। वह तुरंत मिक्की गिलहरी के पास पहुँचा और बोला– 'बहन, क्या तुमको चोट तो नहीं आई? डॉक्टर के पास ले चलूं?'

मिक्की गिलहरी को विक्की चूहे का व्यवहार अच्छा लगा और बोली– 'धन्यवाद भैया, मैं बाल-बाल बच गयी वरना हड्डी-पसली एक हो जाती।'

'क्या मुझसे दोस्ती करोगी?' तभी विक्की चूहे ने मिक्की गिलहरी के सामने प्रस्ताव रखा। मिक्की ने सिर हिलाकर सहमति दे दी। दोनों एक-दूसरे के दोस्त बन गए।

अब विक्की चूहे ने शंका समाधान करने की गरज से मिक्की गिलहरी से पूछा– 'लेकिन पेड़ से नीचे उतरकर तुम कहाँ जाने को थी?'

'अनाज लाने को। वह पास में ही भारतीय खाद्य निगम का गोदाम है न? उसमें पूरे साल खूब अनाज ही अनाज भरा रहता है। वहीं से मैं खाने को ले आती हूँ जिसे कोटर में बैठकर मजे से खाती रहती हूँ।'– मिक्की गिलहरी ने जवाब दिया।

'वाह! फिर तो मैं भी तुम्हारे साथ चलता हूँ। पेट भरकर अनाज खाने का सुख लूटूंगा। मैं जिस घर में रहता था उसकी मालकिन निहायत कंजूस थी। घर में सीमित सामग्री रहती थी खाने को। फिर मेरा पेट कैसे भरता वहाँ पर?' विक्की चूहा एक सांस में पूरी बात कह गया।

'चलो, एक से भले दो।' मिक्की गिलहरी ने मुस्कुराते हुए कहा।

दोपहर होने को थी। मिक्की गिलहरी और विक्की चूहे तेज कदमों से अनाज के गोदाम

की आरे बढ़ चले। वहाँ सैकड़ों ट्रक कतारों में खड़े थे। कुछ तो अनाज के बोरे उतारे जा रहे थे और कुछ बोरे लादे जा रहे थे। मिक्की और विक्की नजरें बचाकर चुपचाप गोदाम के अंदर घुस गए। किसी को भी उन पर शक नहीं हुआ क्योंकि वे अपने-अपने काम में व्यस्त थे। दोनों ने इच्छानुसार अनाज उठाया और वापस मुड़ गए। मिक्की अपने कोटर में आई और विक्की बिल में आया। फिर मजे से अनाज का सेवन किया और चैन से सो गए। आज दोनों को अच्छी नींद आई।

सुबह हुई। विक्की चूहा बिल से बाहर निकला। वह मिक्की गिलहरी की राह देख रहा था। मन में विचार आया– 'शायद अभी तो सो रही होगी।' वह पुनः बिल में घुसने को हुआ। तभी मिक्की कोटर से बाहर निकली। विक्की को देखकर मुस्कुराते हुए बोली– 'आज नहीं गिरूंगी पेड़ से।' सुनकर विक्की भी मुस्कुराया। मिक्की धीरे-धीरे नीचे उतर आई थी।

पिछले दिन की तरह ही आज भी मिक्की गिलहरी और विक्की चूहा चल पड़े अनाज के गोदाम की तरफ। मजदूर अनाज लादने और उतारने में जुटे हुए थे। दोनों गोदाम में घुस गए। गोदाम के सारे दरवाजे खुले होने से उन्हें कोई परेशानी नहीं हुई। फिर आवश्यकतानुसार अनाज लिया और वापस मुड़ गए।

दोनों के बुरे दिन खत्म हो चुके थे। अब तो उनके सामने खुशियों का भंडार था।

रोज-रोज यही सिलसिला जारी रहता। देखते-देखते एक वर्ष बीत चुका था। अधिक खाने की वजह से मिक्की और विक्की मोटे हो गए। उनका वजन जरूरत से ज्यादा बढ़ गया। नतीजा यह निकला कि अब उन्हें चलने-फिरने में तकलीफ होने लगी थी।

'क्या किया जाए?' मिक्की गिलहरी कोटर में पड़ी-पड़ी सोचा करती। उधर विक्की चूहा भी बिल के भीतर बुदबुदाता, 'इस मोटापे ने तो मुझे कहीं का नहीं छोड़ा है। दोनों ने भालू डॉक्टर के पास जाने की सोची।

डॉक्टर भालू का क्लीनिक जंगल में एक पेड़ के नीचे था। वे रोगी को देखते ही उसका मर्ज पहचान लेते थे। शाम का समय था। मिक्की और विक्की को देखते ही बोल पड़े– 'मोटापे से परेशान लगते हो?'

'जी!, मिक्की और विक्की ने उदास होकर कहा।

तुम दोनों को वजन घटाने का नुस्खा बताता हूँ। फिर डॉक्टर भालू ने दोनों से खान-पान संबंधी सारी जानकरी ली। अंत में कहा–

चोरी करना छोड़ो, श्रम से नाता जोड़ो।

मिक्की और विक्की ने डॉक्टर भालू से कुछ गोलियां भी लीं। एक-एक शीशी पीने की दवा भी दी साथ में। दोनों क्लीनिक से बाहर निकले। चींटियों का काफिला कतारबद्ध होकर वापस अपने निवास-स्थान की ओर आ रहा था। मिक्की और विक्की ने एक-दूसरे की ओर देखा और तेज कदमों से चलने लगे।

आलेख : चित्रेश

एक होली ऐसी भी

होली सब जगह रंग, अबीर-गुलाल और पिचकारी से खेली जाती है। मगर एक स्थान ऐसा भी है जहाँ रंग-गुलाल के साथ-साथ लाठियां भी चलती हैं होली में। यह ब्रज क्षेत्र विशेषकर नंदगाँव और बरसाना के बीच खेली जाने वाली होती है।

ब्रज की होली राधा-कृष्ण की लीला पर आधारित है। यहाँ की एक लोककथा है– एक बार कृष्ण-कन्हैया दूल्हा बने ग्वाल बालों की बारात सजा, अपने नंदगाँव से राधा जी के बरसाने की तरफ चल पड़े।

राधा जी कृष्ण-कन्हैया की मंशा जान लेती है। वे चन्द्रावली और ललिता नाम की चतुर सखियों को श्रीकृष्ण के प्रिय सखाओं श्रीधामा और मधुमंगल के वेश में बारात में भेज देती हैं। यह दोनों श्रीकृष्ण और बलराम का अपहरण करके राधा जी के दरबार में लाकर खड़ा कर देती हैं। दोनों भाई इस घटना से भौचक्के रह जाते हैं। राधा जी की सखियां श्रीकृष्ण और बलराम को रंग-गुलाल से सरोबार कर देती हैं। कमल-छड़ी से मार भी लगाई जाती है। आखिर कृष्ण-कन्हैया राधा जी से हार मान लेते हैं।

इसी की याद में आज भी ब्रज की होली मनाई जाती है। बस, कमल-छड़ी का स्थान लम्बी लाठी ले चुकी है। बाकी यहाँ की होली में राधा-कृष्ण का गहरा रंग छाया रहता है। नंदगाँव और बरसाना के बीच खेली जाने वाली लट्ठमार होली का आरम्भ फाल्गुन शुक्ल पक्ष की सप्तमी से शुरू होता है।

इस दिन बरसाना से एक पंडित नंदगाँव के गोपों को बरसाना आकर होली खेलने का न्योता देने जाता है। इसी प्रकार अष्टमी को नंदगाँव का पांडे बरसाने के गोस्वामियों को निमंत्रण देने आता है। इसमें जो पांडे बनता है, सुन्दर कपड़ों में खूब सजा-धजा रहता है। उसके सिर पर लड्डुओं से भरा घड़ा रहता है। करीब चार बजे वह राधा जी के मंदिर में आता है फिर पांडे राधा जी की मूर्ति के सामने नाचता है। इसके बाद वह घड़े से निकालकर सबको लड्डू बांटता है। बरसाने के लोग उसे अबीर-गुलाल लगाते हैं। हँसी-ठिठोली होती है। अन्त में पांडे का निमंत्रण स्वीकार कर लिया जाता है। गोस्वामी लोग फूलों का हार पहनाकर सम्मानपूर्वक उसकी विदाई करते हैं।

नंदगाँव के जो गोप होली खेलने बरसाना आते हैं, वे यहाँ पीली पोखर नामक स्थान पर रूककर श्रृंगार करते हैं। पगड़ी बांधते हैं। भांग का प्रसाद लेते हैं और फिर गैंडे की खाल से बनी ढाल सम्भालकर आगे बढ़ते हैं। बरसाने के गोस्वामी उनका स्वागत करते हैं। सम्मान के साथ राधा जी के मंदिर में लाते हैं।

मंदिर में पहले सामूहिक गायन होता है। इसके बाद रंग-गुलाल से सरोबार होली खेली जाती है। अब यहाँ की खास होली का नम्बर आता है। नंदगाँव के गोप बरसाने की बहुओं से होली खेलने 'रंगीली गली' में आते हैं। यहाँ एक टोली बरसाना की महिलाओं की, दूसरी नंदगाँव के गोपों की होती है। दोनों टोलियां घूंघट निकालकर नाचती हैं। शाम पांच बजे के करीब नंदगाँव के गोप लोग राधा-कृष्ण का नाम लेकर पगड़ी कस लेते हैं। महिलाएं उछल-उछलकर लाठी से प्रहार करती हैं। राधा रानी की जयकार से दिशाएं गूंज उठती हैं।

दूसरे दिन बरसाने के गोस्वामी होली खेलने नंदगाँव जाते हैं। इनमें सबसे आगे चलने वाले के हाथ में राधा रानी के मंदिर से उठाई गई लम्बी झंडी होती है। यह झंडी राधा जी की प्रतीक होती है। इसे नंदगाँव के शिव पर्वत पर बने कृष्ण मंदिर में लाया जाता है। यह भावनात्मक रूप से राधा-कृष्ण का मिलन होता है। इसके बाद जमकर होली खेली जाती है। खूब हो-हल्ल और चुहलबाजी होती है। शाम को बरसाने का एक गोस्वामी झंडी लेकर भागता है, जयकार करते हुए वह झंडी लाकर बरसाना की रंगीली गली में गाड़ देता है।

यह राधा रानी की विजय-पताका मानी जाती है। बरसाने की महिलाएं राधा रानी की जीत की खुशी में खूब नाच-गाना करती हैं। रंगों की बौछार भी चलती है। जिसे सभी दर्शक राधा-कृष्ण का प्रसाद मानकर अपने ऊपर डलवाते हैं। ब्रज की

पूरी होली विधि-विधान के साथ अनुशासित ढंग से मनाई जाती है। देश-प्रदेश के अनेक भागों से प्रतिवर्ष यहाँ की होली का दर्शन करने हजारों लोग आते हैं और इस अनुष्ठानिक, अनुपम और मनोरम होली समारोह को जीवनभर नहीं भूल पाते। ◆

यह भी जानिये

स्थापत्य कला किसे कहते हैं?

इमारतों के निर्माण की विधि को स्थापत्य कला कहते हैं। हिन्दू, मुसलमान, ईसाई आदि सभी की अपनी-अपनी स्थापत्य शैली रही है। स्थापत्य शैली स्थानीय प्राकृतिक परिस्थितियों, उपलब्ध सामग्री और आवश्यकता पर निर्भर करती है। हड़प्पा सभ्यता में इमारतें ईंटों से निर्मित थीं जबकि बाद में मंदिरों एवं मस्जिदों में मुख्यत: पत्थरों का ही प्रयोग हुआ था। भारतीय मंदिरों में स्थापत्य शैली मुख्यत: दो शैलियों में बंटा हुआ है। द्रविड़ शैली और नागर शैली। ◆

कहानी : सुकीर्ति भटनागर

चुगलखोर मैना

सुन्दरवन बहुत सुन्दर था। उसमें नयनाभिराम प्राकृतिक छटाएं थीं।

उसी वन में कई पक्षियों के बीच कबूतर-कबूतरी का जोड़ा अपने दो बच्चों के साथ आनन्द से निवास करता था।

उनके साथ वाले पेड़ पर एक मैना रहती थी। वह बहुत ही बातूनी और चुगलखोर थी। घर का सारा काम जल्दी-जल्दी निबटाकर वह घोंसले से बाहर आ बैठती और हर आने-जाने वाले से इधर-उधर की बातें करती रहती।

मैना को अपने सुन्दर पंखों और मीठी आवाज पर बड़ा अभिमान था। अन्य पक्षियों से मिलने पर वह एक-दूसरे की बुराई करती थी।

तोते से मिलने पर कहती, ''देखो तो तुम्हारे पंख कितने सुन्दर हैं पर वह कौआ, छी: छी: कैसा बदसूरत है। आवाज तो फटे ढोल जैसी है और ऊपर से काला।'' बस इसी बात पर दोनों जी खोलकर हँसते।

तोते की पीठ पीछे कौए से कहती, ''कौए भाई, तुमसे क्या छिपाना? वह जो तोता है न, अपने रंग पर बहुत इतराता है। पर कभी नाक देखी है उसकी और आवाज तो ऐसी भद्दी है कि जो एक बार सुन ले वह दोबारा उसके पास ही न जाए।''

कबूतर और कबूतरी दोनों संकोची स्वभाव के थे। वे न तो कभी मैना की मित्रमंडली में बैठते और न ही किसी की निन्दा करते पर मैना उन्हें भी न छोड़ती। उनकी भी निन्दा करती रहती।

बस इसी तरह मैना और उसके साथी पक्षियों का समय मौज-मस्ती में बीत रहा था। अन्य पक्षी भी कम चालाक नहीं थे। वे जानते थे कि मैना के पास बहुत पैसा है। गपगोष्ठी के दौरान खूब खाना-पीना चलता था और समय पड़ने पर वे मैना से चीजें उधार भी ले जाते थे। बस, इसलिए वे मैना की हाँ में हाँ मिलाते रहते।

मैना सोचती कि सब पक्षियों पर उसका रौब है। इसलिए वह और भी ज्यादा फूलती जाती, कुछ खा-खाकर और कुछ झूठे अभिमान से।

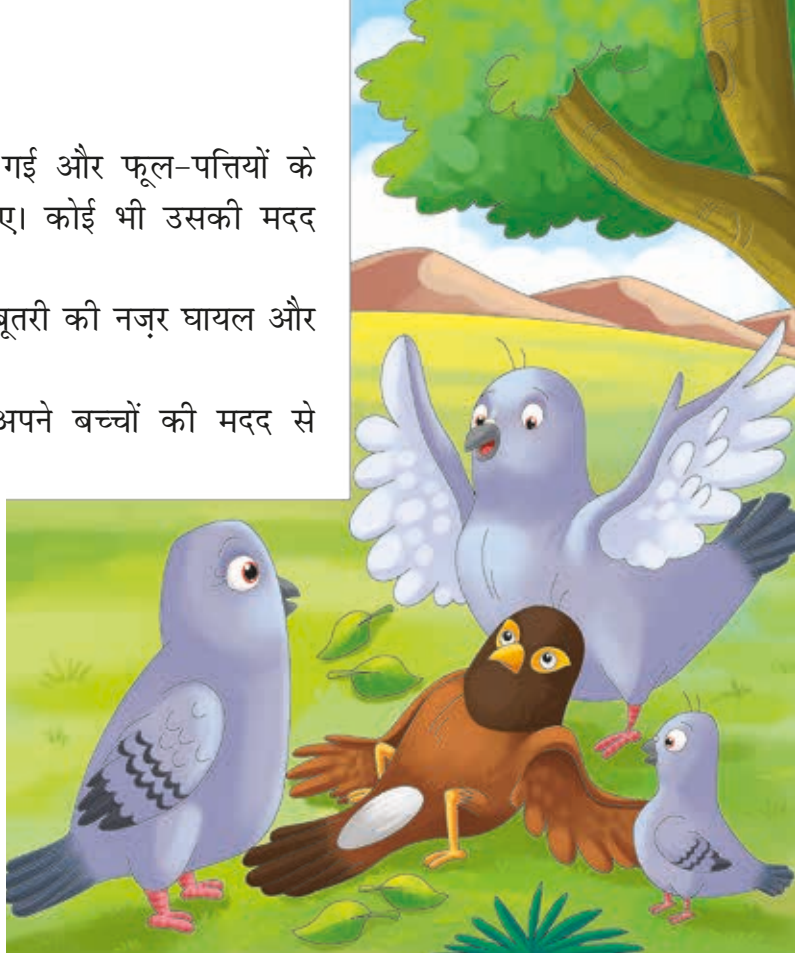
उस दिन बड़ा सुहावना मौसम था। मैना रानी अपने साथी पक्षियों के बीच बैठी हँस-बोल रही थी।

तभी एक शिकारी की नज़र उस पर पड़ी। मोटी चटकीली मैना को देखकर उसने झटपट निशाना

लगाया। घायल मैना पेड़ के नीचे लुढ़क गई और फूल-पत्तियों के बीच जा गिरी। सभी पक्षी उड़न-छू हो गए। कोई भी उसकी मदद के लिए न रूका।

तभी पास वाले पेड़ पर बैठे कबूतर-कबूतरी की नज़र घायल और बेहोश मैना पर पड़ी।

उन्हें मैना पर दया आ गई। उन्होंने अपने बच्चों की मदद से पेड़ के गिरे हुए पत्तों का छोटा-सा ढेर बनाया और उससे मैना को अच्छी तरह ढक दिया। इस प्रकार ढक जाने के कारण मैना शिकारी की नज़र से बची रही।



शिकारी कुछ देर तक तो इधर-उधर उसकी तलाश करता रहा। अन्त में निराश होकर वह वापस लौट गया।

होश आने पर मैना ने देखा कि कबूतर-कबूतरी और उसके दोनों बच्चे उसे घेरे बैठे हैं। कोई अपने पंखों से उसे हवा कर रहा है तो कोई चोंच से उसके मुँह में पानी डाल रहा है।

चारों का सहारा लेकर मैना कबूतर के घर आ गई और तब तक वहीं रही जब तक वह पूरी तरह स्वस्थ नहीं हो गई।

कबूतर और कबूतरी के प्रेम, सहयोग और सेवा से उसे नया जीवन मिला। उसके अच्छे दिनों के साथी पक्षियों में से न तो कोई उसे देखने ही आया और न ही किसी ने उसकी मदद की।

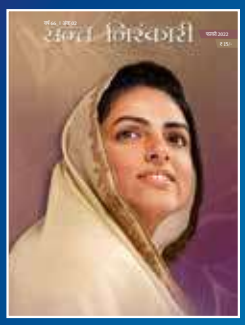
अब मैना अच्छी तरह समझ गई थी कि सच्चा दोस्त वही है जो समय पर काम आए।

कबूतर और कबूतरी के साथ रहने से उसकी चुगलखोरी की बुरी आदत भी छूट गई और घमण्ड का नशा भी उतर गया।

उत्तम आचरण

- सदा सत्य बोलो झूठ बोलने वालों का लोग विश्वास नहीं करते और उसका तिरस्कार होता है।
- कोई बात बिना समझे मत बोलो जब आपको किसी बात की सच्चाई का पूरा पता हो तभी उसे कहो।
- अपनी बात के पक्के रहो जिसे जो वचन दो उसे पूरा करो जो काम जब करना हो उसे उसी समय करो उसमें देर मत करो।
- प्रत्येक काम सावधानी से करो किसी काम को छोटा समझकर उसकी उपेक्षा मत करो।

प्रस्तुति : सोनी निरंकारी



सन्त निरंकारी

ग्यारह भाषाओं में प्रकाशित विशुद्ध आध्यात्मिक मासिक

इस पत्रिका में आप पढ़ सकते हैं:

- सत्गुरु 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

हिन्दी | पंजाबी | मराठी

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

कविता : डॉ. सत्यनारायण

होली

आओ खेलें फिर प्रेम की होली,
और बने सुन्दर सी रंगोली।

मस्ती आई, होली पर तो,
बच्चे सारे धूम मचाते।
नाच रहे हैं बड़ी शान से,
प्रेम की फैला रखी है झोली।।

रंग-गुलाल है बिखरा-बिखरा,
चल रही प्यारी पिचकारी।
इक दूजे के गले मिल रही,
देखो प्रेम से बच्चों की टोली।।

ढोल बज रहे धूम मची है,
खेल रहे प्रेम से सारे।
गिले-शिकवे दूर हो गए,
बोल रहे सब मीठी बोली।।

मस्त हो गए मस्ती में सारे,
खेल-खेल कर सारे हारे।
मीठा खाने की होड़ मची है,
बांट रहे सब मीठी गोली।।

बाल कविता : जगतार 'चमन'

बच्चों की टोली

खेल रही बच्चों की टोली।
बस्ती में मिल-जुलकर होली।

इक दूजे को रंग लगाते।
स्नेह भाव से प्यार जगाते।

बच्चों ने की जमकर मस्ती।
रंग डाली थी पूरी बस्ती।

सबको ही रंगदार बनाया।
रंगों से फिर शहर सजाया।

बाल कहानी : डॉ. देशबन्धु 'शाहजहाँपुरी'

इस होली में...

हरीश आज बहुत खुश था। इस बार वह होली का त्योहार मनाने अपने राजू चाचा के घर जो जा रहा था। उसके राजू चाचा का घर शहर में था। गाँव की होली तो वह हमेशा खेलता ही था, शहर में होली कैसे खेली जाती है। यह सोच-सोचकर वह रोमांचित हो रहा था।

हरीश को सबसे अच्छा होली का त्योहार लगता था। होली के पंद्रह दिन पहले से ही वह अपने साथियों के साथ होली की तैयारी शुरू कर देता था। उसकी टोली के सभी साथी पूरे गाँव में सूखे पत्तों, पेड़ों की सूखी डालियों आदि को इकट्ठा करना शुरू कर देते थे। गोबर से बने उपलों की खूब बड़ी होलिका बनाई जाती थी। होली जलाने के बाद गाँव के लोग एक-दूसरे के गले मिलकर गुलाल लगाते थे। टोलियां बनाकर राग-रागिनी गाते एवं खूब नाच-गाकर खुशी मनाते।

उसने सुना था कि शहर में लोग खूब बड़ी होलिका जलाते हैं। उसका भी बहुत मन होता था कि वह भी एक बार शहर की होली देखे। पिछले माह जब राजू चाचा ने उससे कहा था कि इस बार वह शहर में होली मनाए। चाचा की बात सुनकर हरीश की खुशी का ठिकाना नहीं रहा था। माँ और बापू ने भी उसे होली की छुट्टियों में राजू चाचा के घर भेजने की सहमति दे दी थी।

सुबह-सुबह वह बापू के साथ बस में बैठकर शहर की ओर चल पड़ा। वह बस में खिड़की के पास वाली सीट पर बैठा बाहर का नज़ारा देख रहा था। बस सरपट भागती जा रही थी। अचानक उसकी नज़र सड़क के किनारे लगे पेड़ों को काटते हुए लोगों पर गई। किनारे लगे सारे बड़े-बड़े पेड़ काटे जा रहे थे। यह देखकर उसे बहुत आश्चर्य हुआ। उसने बापू से पूछा कि ये लोग तो खुले आम पेड़ काट कर रहे हैं। इन्हें कोई रोकता क्यों नहीं।

हरीश की बात सुनकर बापू ने बताया कि सरकार ही इन पेड़ों को कटवा रही है। इन्हें काटकर रास्ता बनाया जा रहा है, जिससे सड़कें चौड़ी हो सकें और यातायात व्यवस्था अच्छी हो सके। लेकिन बापू की बातों से हरीश संतुष्ट नहीं हुआ। उसे इतने सारे पेड़ों के कटने का बहुत दुःख हो रहा था। उसने पढ़ा था कि पेड़ों के काटने से पर्यावरण पर अत्यंत ही प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। जंगलों और पेड़ों के काटने से ही सूखा, बाढ़ आदि जैसी दैवीय आपदाएं आती हैं। धरती पर पेड़ों की कमी के कारण ही गर्मी लगातार बढ़ रही है। इतना सब कुछ क्या सरकार को नहीं मालूम होगा? नहीं... नहीं... ऐसा नहीं हो सकता। उसे तो ये सब जरूर पता होगा। फिर भी हमारी सरकार पेड़ कटवा रही है।

होली की तस्वीरें अब उसके दिमाग से बिल्कुल साफ हो चुकी थीं। उसे लग रहा था कि अनगिनत हरे-भरे पेड़ कटवाकर सरकार निश्चय ही सही नहीं कर रही है। लेकिन सरकार गलत भी कैसे कर सकती है? हरीश जितना सोचता, उतना ही अपने ही प्रश्नों में उलझ जाता। जब उससे नहीं रहा गया तो उसने बापू से पूछा, ''बापू

इतने सारे हरे पेड़ काटने से सरकार को उससे पड़ने वाले प्रभावों के बारे में क्या मालूम नहीं होगा?''

''जरूर मालूम होगा। लेकिन सरकारी आदेश को कौन टाल सकता है बेटा!'' बापू ने कहा।

हरीश गुमसुम-सा हो गया था। कुछ देर बाद शहर आ गया। बस अड्डे पर बस रूकी तो राजू चाचा बस के पास ही आ गए। वह उसे लेने आए थे। सब लोग ऑटो-रिक्शा पर बैठकर चाचा के घर चल दिए। हरीश पहली बार ऑटो-रिक्शा पर बैठा था। उसे शहरी की भीड़-भाड़ देखकर बहुत ही अचम्भा हो रहा था। जिधर भी देखो, लोगों की भीड़ दिखाई पड़ रही थी। चारों ओर बस शोर ही शोर था।

थोड़ी देर में सब लोग चाचा के घर पहुँच गए। भोजन करने के कुछ देर बाद वह चाचा के साथ घूमने गया। बाजार में पिचकारियों, रंग, गुलाल तथा अन्य सामानों से सजी हुई बड़ी-बड़ी दुकानें देखकर उसे बहुत अच्छा लग रहा था। रास्ते में एक चौराहा पड़ा। वहाँ सड़क के किनारे कुछ कटे हुए पेड़ों के बड़े-बड़े गट्ठर रखे थे। चाचा ने उसे बताया कि परसों इन गट्ठरों को होलिका में जलाया जायेगा। यह देखकर हरीश ने पूछा- ''लेकिन चाचा, यहाँ उपले तो हैं ही नहीं। फिर बिना उपलों के होली कैसे जलेगी।?''

''यहाँ शहर में उपले नहीं होते हैं बेटा! यहाँ परम्परा का निर्वाह करने के लिए गोबर से छोटे-छोटे छल्ले बनाए जाते हैं। फिर उन्हें रस्सी में पिरोकर छोटी-छोटी मालाएं बनाई जाती हैं। वही मालाएं होलिका में आखत डालते समय डाल दी जाती हैं।'' चाचा ने बताया।

''इतने बड़े शहर में तो बहुत-सी होलिकाएं जलती होंगी। उसमें तो न जाने कितने पेड़ काटकर जला दिए जाते होंगे?'' हरीश ने चाचा से पूछा।

''हाँ, बहुत सारी होलिकाएं जलती हैं और एक दिन में सैंकड़ों पेड़ों की लकड़ी होलिका में जल जाती हैं। लेकिन यह तो वर्षों से चला आ रहा है। यही परम्परा है।'' चाचा ने कहा।

चाचा की बात सुनकर हरीश को रास्ते में सड़क बनाने के लिए काटे जा रहे पेड़ों की याद आ गई। वह चाचा से बोला- ''लेकिन रास्ते में जो सड़क चौड़ी करने के लिए सैंकड़ों पेड़

सरकार ने कटवा दिए, वह तो पुरानी परम्परा नहीं थी। फिर भी हजारों पेड़ काट डाले गए। यदि पेड़ काटने ही थे तो पेड़ लगाने भी तो चाहिए थे सरकार को। सड़क बनाने की योजना एक दिन में तो पूरी नहीं होगी। वर्षों लग जायेंगे। जितने पेड़ काटे गए, यदि उतने ही लगाए भी जाते, तो कितना अच्छा होता? जब तक सड़क बनकर तैयार होती, तब तक पेड़ भी बड़े हो जाते ... और अब शहर में होलिका के नाम से सैंकड़ों पेड़ कट

जायेंगे। जितने कटेंगे, उतने लगेंगे नहीं। ऐसे तो एक दिन हमारी धरती बिना पेड़ों के हो जायेगी। जब पेड़ ही नहीं होंगे, तो जीवन कैसे चलेगा? तब तो कहीं सूखा और कहीं बाढ़ के प्रकोप से केवल विनाश ही विनाश होगा।''

हरीश की बातें चाचा बहुत ध्यान से सुन रहे थे। उसके तर्क बहुत ही सटीक और सही थे। उसके सवालों का उनके पास कोई जवाब नहीं था। कुछ पल रूककर हरीश ने कहा– ''चाचा जी, मेरे दिमाग में एक उपाय आ रहा है। यदि आप मेरा साथ दें तो हम इस होली को न केवल एक यादगार होली बना सकते हैं, वरन् होली में एक ऐसी परम्परा डाल सकते हैं, जो कभी भी धरती से पेड़ों को कम नहीं होने देगी।''

''ऐसा कौन-सा उपाय आया है तुम्हारे दिमाग में?'' चाचा ने उसकी ओर देखकर पूछा।

''इस होली पर जब हम होलिका दहन में पेड़ों की लकड़ियां जलाएंगे, तो हम एक पेड़ भी लगाएंगे। इस शहर में जितनी भी होलिकाएं जलती हैं, यदि उतने ही पेड़ हर होली के त्योहार पर लगा दिए जाएं तो निश्चय ही होली यह एक स्वस्थ और सुखद परम्परा तो होगी ही, साथ ही हमारी धरती पर कभी पेड़ों कमी नहीं होगी।'' हरीश ने उपाय बताते हुए कहा।

उसकी बात सुनकर चाचा मुस्कुराते हुए बोले– ''तुम्हारा उपाय तो बहुत ही सुन्दर है। लेकिन यह जितना सुन्दर है, उतना उसे लागू करना कठिन परन्तु हम इसकी शुरुआत जरूर करेंगे और इस होली पर हम लोग एक पेड़ जरूर लगाएंगे और केवल इसी होली पर नहीं, बल्कि हर होली पर एक पेड़ लगाकर होली का त्योहार मनाएंगे।''

चाचा की बातें सुनकर हरीश को बहुत खुशी हुई। उसे इस बात की खुशी थी कि अब लोगों द्वारा इस परम्परा को हृदय से स्वीकार कर लेने से पेड़ों की लगातार हो रही कमी पर न केवल काबू पाया जा सकेगा, वरन हमारी धरती माता भी हम सबकी तरह होली के त्योहार का बेसब्री से इंतजार करेगी क्योंकि इसी त्योहार पर तो लोग नए पेड़ लगाकर उसका शृंगार करेंगे।

जानकारीपूर्ण आलेख : डॉ. विनोद गुप्ता

भोजन के आवश्यक घटक (तत्व)

भोजन हमारी मूल आवश्यकता है। इसके बगैर हम अधिक दिनों तक जीवित नहीं रह सकते। जो भोजन हम करते हैं वह पौष्टिक और संतुलित होना चाहिए तभी शरीर को पोषण मिलता है। भोजन के कुछ आवश्यक घटक (तत्व) हैं। क्या आप इन घटकों से परिचित हैं?

भोजन का मुख्य तत्व प्रोटीन है। यह शरीर के विकास तथा वृद्धि के लिए जरूरी है। इन्हें आसानी से प्राप्त किया जा सकता है। दूध तथा दूध से बने पदार्थ जैसे दही, पनीर आदि इसके अच्छे स्रोत हैं। राजमा, मूंगफली, सोयाबीन, दालें, चना, तिल, नारियल में प्रचुर मात्रा में प्रोटीन पाया जाता है।

कार्बोहाइड्रेट शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है। इससे शरीर को ताकत मिलती है। चावल, साबूदाना, गेहूँ अन्य अनाज मैदा, सूजी, गुड़, चीनी में यह प्रचुर मात्रा में होता है। इसके अलावा आलू, अरबी, शकरकंद, रतालू, सिंघाड़ा आदि में भी अच्छी मात्रा में कार्बोहाइड्रेट होता है।

विटामिन शरीर के लिए बहुत जरूरी है। ये शरीर में रोगप्रतिरोधक क्षमता बढ़ाते हैं और बीमारियों से बचाते हैं।

विटामिन कई प्रकार के होते हैं जिनमें विटामिन ए, विटामिन बी, विटामिन सी, विटामिन डी, विटामिन ई, विटामिन के मुख्य हैं। बी ग्रुप के विटामिनों में कई प्रकार होते हैं। विटामिन्स पाने के लिए हरी पत्तेदार सब्जियों का सेवन करना चाहिए। इसके अलावा नींबू, जामुन, पपीता, अमरूद आदि का भी सेवन करना चाहिए। दूध का सेवन भी रोजाना करना चाहिये।

वसा यानी चिकनाई भी शरीर के लिए आवश्यक है। इसकी अत्यधिक मात्रा ठीक नहीं होती है। इसे खाद्य तेलों, घी तथा मक्खन से प्राप्त किया जा सकता है।

खनिज लवण भी आवश्यक है। हालांकि इनकी अल्प मात्रा ही शरीर को चाहिए होती है। कैल्शियम, फास्फोरस, पोटेशियम, मैग्नीशियम, जिंक, आयरन आदि प्रमुख खनिज हैं। इन्हें प्राप्त करने के लिए सब्जियों और फलों का सेवन करना चाहिये। इसके अलावा ड्राई फ्रूटस भी इसके अच्छे स्रोत हैं।

यदि आपके भोजन में ये सभी घटक शामिल हैं तो आप स्वस्थ, निरोगी तथा दीर्घायु बने रह सकते हैं।

प्रेरक-प्रसंग : जयेन्द्र

समय का पाठ

अपने स्कूल के दिनों से ही भारतरत्न डॉ. विश्वेश्वरैया समय के पुजारी थे। वे समय पर पर स्कूल पहुँचते। समय पर अपना होमवर्क करते। एक निश्चित समय ही भ्रमण पर जाते। उन्होंन 24 घण्टे के समय को सही उपयोग के रूप में बांट रखा था। वे समय को व्यर्थ नहीं गंवाते। फुर्सत में महापुरुषों की जीवन गाथाएं व धार्मिक पुस्तकें पढ़ा करते। वे हर समय सदा सत्य ही बोला करते। हाँ, हर कार्य को बिल्कुल सही समय पर करने में वे एक विशेष प्रकार का आनन्द महसूस किया करते थे। थोड़ा-सा भी समय व्यर्थ खर्च हो जाता तो वे काफी उदासी और परेशानी महसूस करते थे कि यह समय व्यर्थ क्यों चला गया ...?

एक बार एक समाजसेवक उनसे मिलने के लिये आये। वे डॉक्टर विश्वेश्वरैया की इस आदत को बहुत अच्छी तरह से जानते थे। वैसे उनसे मिलने का समय उन्होंने तय कर रखा था। वे पहुँचे, पर जल्दीबाजी में वे समय से पूर्व ही उनके घर पहुँच गये। उस समय डॉक्टर विश्वेश्वैया किसी महत्वपूर्ण फाइल को गम्भीरता से देख रहे थे। जब उन्हें आगन्तुक के आ जाने की खबर लगी तो अपना काम छोड़कर वे उनसे मिलने आये। उन्होंने अपनी जेब घड़ी देखी और बोले– ''अरे! सेवक जी। आपने समय से पहले आकर मेरा व अपना दोनों का समय नष्ट कर दिया है। इस समय मैं सम्भवत: कोई और काम कर सकता था और आप भी ...।''

डॉ. विश्वेश्वरैया की यह समय का मूल्य पहचानने वाली बात सुनकर वह व्यक्ति (समाजसेवक) बड़े शर्मिन्दा हुए। हाँ, एक-एक पल की कद्र करने वाले समय के इस पुजारी ने उन्हें समय के उपयोग एवं महत्व का जो पाठ पढ़ाया था, शायद वे जीवन भर उसे नहीं भूल पाये होंगे। समय की इस पाबन्दी के गुण ने उनके जीवन में सदैव आगे बढ़ते रहने का मार्ग प्रशस्त किया था।

संख्या मिलाकर देशों की राजधानियां बताओ?

❖ प्रस्तुति : प्रेरणा निषाद

1. इजराइल	8. रोम
2. नेपाल	4. ओस्लो
3. पाकिस्तान	6. अबुजा
4. नार्वे	10. पोर्ट लुईस
5. न्यूजीलैंड	9. माले
6. नाइजीरिया	1. यरूशलम
7. नीदरलैंड	11. टोक्यो
8. इटली	14. कुआलालंपुर
9. मालदीव	13. नैरोबी
10. मॉरीशस	15. बेरूत
11. जापान	12. रबात
12. मोरक्को	7. एम्स्टर्डम
13. केन्या	5. वेलिंगटन
14. मलेशिया	3. इस्लामाबाद
15. लेबनान	2. काठमांडू

विशेष लेख :
राजकुमार जैन

छोटी-सी हरड़ बड़े-बड़े गुण

आज हम ऐलोपैथी चिकित्सा पद्धति के इतने अभ्यस्त हो चुके हैं कि अत्यंत कारगर व गुणकारी घरेलू पद्धति के औषधिय उपयोगों को भी भूलते जा रहे हैं। अंग्रेजी दवाओं के सेवन से मिलने वाली तात्कालिक राहत में हमने इसके पश्चातवर्तीय कुप्रभावों को नजरअंदाज कर दिया है। आयुर्वेद हमारी अति प्राचीन आजमाई हुई चिकित्सा-पद्धति है। इसमें रोग के लक्षणों की अपेक्षा रोगों के कारणों के निदान पर जोर दिया जाता है।

आयुर्वेदिक उपचार में प्रयुक्त होने वाली औषधियों में से अधिकांश बहुत ही साधारण घरेलू वस्तुएं हैं, जो कई रोगों में कारगर होने के साथ बिल्कुल हानिरहित होती हैं। 'हरड़' भी एक ऐसी ही घरेलू औषधि है, जिसे आयुर्वेद में एक गुणकारी एवं दिव्य रसायन औषधि माना गया है।

हरड़ को संस्कृत में 'हरीतकी' नाम से जाना जाता है। इसके अन्य नाम 'शिवा', 'पथ्या', 'अभ्या', 'चेतकी', 'विजया', 'रोहिणी', 'पूतनाव', 'अमृतजीवनी' आदि हैं। अंग्रेजी में इसे 'चेव्यूलिक मायरोबेलन' कहा जाता है। आयुर्वेद में हरड़ के सात प्रकार बताए गए हैं। हरड़ मध्यम आकार के वृक्ष पर उगती है। हिमालय के तराई क्षेत्रें में उत्पन्न होने वाली चेतकी हरड़ सर्वश्रेष्ठ मानी जाती है। इस हरड़ का आकार सामान्य से काफी बड़ा होता है और इसका रंग धवल (सफेद) होता है। अभ्या हरड़ नेत्र-विकारों में उपयोगी है, जबकि रोहिणी हरड़ रक्त विकारों के उपचार में लाभकारी मानी जाती है।

हरड़ की उपयोगिता के सम्बन्ध में आयुर्वेद-चिकित्सा के विभिन्न शास्त्रों में विशद वर्णन मिलता है। इसकी उपयोगिता को रेखांकित करते हुए यह कहावत प्रचलित है कि जिस घर में माँ नहीं होती, उस घर में हरड़ माँ की भांति बच्चों की देखभाल की भूमिका निभाती है। भावप्रकाश निघण्टू में बताया गया है कि हरड़ पीसकर चूर्ण के रूप में इस्तेमाल करने से कब्ज दूर होती है। चबाकर खाई गई हरड़ शरीर के ताप को संतुलित करती है। उबालकर खाने से दस्त बंद होते हैं तथा भूनकर उपयोग करने से यह तीनों दोषों का निदान करती है।

हरड़ एक गर्म तासीर वाली वस्तु है। इसमें पच्चीस प्रतिशत गैली टेनीक अम्ल पाया जाता

है। यह बल और बुद्धिवर्द्धक होने के साथ-साथ नेत्र-ज्योति बढ़ाती है। उदर-रोगों और पाचन-तंत्र को सक्रिय बनाने में हरड़ एक रामबाण दवा है। हरड़ में विजातीय पदार्थों को शरीर से बाहर निष्कासित करने की अदभुत शक्ति समाहित होती है। इसी कारण यह कब्ज व अन्य उदर संबंधी रोगों को दूर कर पाचन-संस्थान को सुदृढ़ करती है।

पुरानी कब्ज के रोगियों को नित्य प्रति भोजन के आधा घंटा पश्चात डेढ से दो ग्राम तक हरड़ का चूर्ण गुनगुने पानी के साथ लेना चाहिए। इसके नियमित सेवन से पुरानी से पुरानी कब्ज दूर हो जाती है।

बीस से बाईस ग्राम हरड़ चूर्ण, दस ग्राम तुलसी के पत्ते, दस ग्राम सेंधा नमक और 25 ग्राम अजवाइन को मिलाकर पीसकर चूर्ण बना लें। इस चूर्ण के सेवन से बदहजमी, पेट-दर्द, अजीर्ण, गैस आदि रोगों में बहुत लाभ होता है।

रक्त-विकार से शरीर पर फोड़े-फुंसी हो जाते हैं तथा चर्म रोग होने की आशंका रहती है। रक्त-शुद्धि के लिए हरड़, बहेड़ा तथा आंवला को समान मात्र में मिलाकर त्रिफला चूर्ण तैयार कर लें और प्रतिदिन रात्रि को सोते समय 15-20 ग्राम चूर्ण दूध अथवा गुनगुने पानी के साथ लें। इससे रक्त-विकार तो दूर होते ही हैं, साथ ही कब्ज में भी राहत मिलती है और नेत्र-ज्योति भी बढ़ती है।

मुँह में छाले हो जाने की दशा में हरड़ के चूर्ण का सेवन रात्रि के समय गर्म दूध के साथ करें। इसके चूर्ण को शहद में मिलाकर छालों पर लगाने से शीघ्र राहत मिलती है। हरड़ चूर्ण और कत्थे के चूर्ण से बने मंजन से दांत रगड़ने से दांत एकदम साफ हो जाते हैं व मसूढ़े स्वस्थ एवं मजबूत होते हैं।

हरड़ को रात-भर साफ पानी में भिगोए रखें और सुबह उस पानी से आंखें धोएं। इससे आंखों को शीतलता मिलती है।

पेट-दर्द होने पर हरड़ को घिसकर गुनगुने पानी के साथ सेवन करें। तत्काल लाभ होगा। हरड़ पेट-दर्द के कारणों को नष्ट कर स्थायी रूप से आराम दिलाती है।

बवासीर के मस्सों पर हरड़ को घिसकर मोटा-मोटा लेप करने से राहत मिलती है।

बहुत कम लोग जानते हैं कि हरड़ एक बहुत अच्छा प्राकृतिक एंटीसेप्टिक भी है। जख्म या घाव को हरड़ के काढ़े से धोने से घाव जल्दी भर जाता है। हरड़ में मौजूद 'माइरों बेलोलीन' नामक तत्व पुराने घावों को शीघ्र ठीक करता है।

खाज-खुजली, दाद आदि चर्म रोगों में हरड़ का लेप करने से शीघ्र ही वांछित लाभ मिलता है।

उल्टी और जी मितलाने पर हरड़ के चूर्ण को शहद में मिलाकर दूध के साथ इस्तेमाल किया जा सकता है। छोटी हरड़ के चूर्ण को गर्म पानी के साथ लेने से हिचकियां आना रूक जाती हैं।

हरड़ को वर्षा-ऋतु में सेंधा नमक के साथ, शरदऋतु में शर्करा के साथ, हेमंत में सौंठ के साथ, शिशिर में पिपली के साथ, बसन्त में शहद के साथ तथा ग्रीष्म में गुड़ के साथ सेवन करना अत्यंत लाभकारी रहता है।

हरड़ का सेवन गर्मी व प्यास से पीड़ित होने पर, थकान के समय और गर्भवती स्त्रियों के लिए करना वर्जित है।

हरड़ के समुचित सेवन से हम कई छोटी-मोटी बीमारियों से सहजता से मुक्ति पा सकते हैं। वास्तव में यह छोटी-सी हरड़ बड़े-बड़े गुणों से युक्त है। हरड़ के सेवन को आदत बनाइए।

कविता : नवीन चतुर्वेदी

आगे ही बढ़ते जाएंगे

भले अभी हम बच्चे हैं,
लेकिन मन के सच्चे हैं।
हम सब कदम मिलाएंगे,
आगे ही बढ़ते जाएंगे।

आंधी हमें न रोकेगीं,
नदियां हमें न टोकेगीं।
लिए तिरंगा हाथ में,
सब बच्चों के साथ में।
जन-गण-मन हम गाएंगे,
भारत मजबूत बनाएंगे।

हरे-भरे हैं खेत हमारे,
बाग हमारे प्यारे-प्यारे।
फूल खिले हैं डाली-डाली,
हम सब इसके प्यारे माली।
सबको सुखी बनाएंगे,
कलियों से मुस्काएंगे।

चंदा आता हमें सुलाने,
सूरज आता हमें जगाने।
खिड़की में आकर चिड़िया,
कहती अब उठ जा गुड़िया।
माखन-मिश्री खाएंगे,
फिर हम पढ़ने जाएंगे।

किट्टी

चित्रांकन एवं लेखन : प्रफुल्ल कुमार

आज तो मैं सबसे पहले अपना होमवर्क करूंगा, फिर खाना खाऊंगा।
हाँ-हाँ, आज मैं भी पहले अपना होमवर्क करूंगी, फिर खाना खाऊंगी।
अरे वाह! कल तो टीचर जी मुझे शाबाशी देगी!

अच्छा, किट्टी मेरी होड़ कर रही है। मैं तो आज ये कहानियों की किताब पूरी पढ़ लूंगा।

ओह, ये तो बड़ा आसान है। मैं भी कहानियों की किताब पूरी पढ़ लूंगी।

आज तो मैं अपना पूरा घर साफ करूंगा और उसके बाद आराम करूंगा।

हाँ मैं भी अपना पूरा घर साफ कर सकती हूँ।
मेरा घर तो साफ हो गया। मैं तो चला सोने।
हं, हं! चिंटू की नकल करते-करते मैं तो थक गई, उसका घर तो छोटा सा हैं, पर मेरा घर तो बड़ा है।
मेरे तो हाथ पैर ही दर्द करने लगे। मैंने तो बहुत बड़ी गलती कर दी जो मैं चिंटू की नकल करने लगी। अब समझ में आया कि नकल के लिए भी अक्ल होनी चाहिए।

कभी न भूलो

- यदि तुम्हें जीवन से प्रेम है तो अपने समय को नष्ट मत करो क्योंकि जीवन उसी से मिला है। – फ्रैंकलिन
- क्रोध की अवस्था में दस बार सोचकर बोलो।
- कीचड़ से कीचड़ साफ नहीं होता।
  – डॉ. राजेन्द्र प्रसाद
- मानव सेवा से बढ़कर कोई नैतिक नियम नहीं है।
- काम की अधिकता नहीं अनियमिता ही आदमी को मार डालती है। – महात्मा गाँधी
- मनस्वी वही है, जो बीते पर आंसू नहीं बहाता भविष्य के लिए मनमोहक सपने नहीं संजोता अपितु वर्तमान को ही दुधारू गाय की तरह दूहता है। – गेटे
- उल्लास का प्रमुख सिद्धांत है स्वास्थ्य और स्वास्थ्य का प्रमुख सिद्धांत है कसरत।
  – टॉमसन
- जीवन में एक बार जो फैसला कर लिया तो फिर पीछे मुड़कर मत देखो क्योंकि पलट-पलटकर देखने वाले इतिहास नहीं बनाते। – चन्द्रगुप्त मौर्य
- संसार ही महापुरुष को ढूंढ़ता है न कि महापुरुष संसार को। – कालीदास
- विश्वास शक्ति है। – राबर्टसन
- क्षमा करना अच्छा है, भूलना सर्वश्रेष्ठ है।
  – रॉबर्ट ब्राउनिंग
- इन्सान को जब थोड़ा सा भी अधिकार मिल जाता है तो वह अभिमानी प्रभु-परमात्मा के भी विपरीत बोलने लगता है।
  – विलियम शेक्सपियर
- किताबी ज्ञान से अधिक जरूरी है आध्यात्मिक ज्ञान। – फ्रांसिस बेकन
- जो तुम्हें बुराई से बचाता है, नेक राह पर चलाता है और मुसीबत के समय तुम्हारा साथ देता है, वही तुम्हारा सच्चा मित्र है।
  – चाणक्य
- जब तक आप खुद पर विश्वास नहीं करते तब तक आप भगवान पर विश्वास नहीं कर सकते। – स्वामी विवेकानंद
- जो व्यक्ति विकास के लिए खड़ा है, उसे हर एक रूढ़िवादी चीज की आलोचना करनी होगी, उससे अविश्वास करना होगा तथा उसे चुनौती देनी होगी।
  – भगत सिंह
- कोई अपशब्द कहे खामोश रहो, कोई तमाचा मारे चुप रहो, जब वह चुनौती दे उसका डटकर मुकाबला करो। – अज्ञात

संकलन : प्रदीप कुमार

बाल गीत : राजेंद्र निशेश

आई है भइया होली रे

हल्ला-गुल्ला शोर मचाती,
रंगों की बौछारें लाती,
आई है भइया होली रे।

आओ रामू आओ श्यामू,
खूब मज़े से गाओ मिलकर।
रंग उड़ाओ गले लगाओ,
सबको तुम अपनाओ मिलकर।।

वैर-द्वेष का भाव मिटाती,
खुशियों की सौगातें लाती,
आई है भइया होली रे।

कीचड़ मत फेंको तुम भाई,
अच्छे बच्चे तुम सारे हो।
नन्हें-मुन्ने थोड़े नटखट,
माँ की आँखों के तारे हो।।

मीठे-मीठे सपने जगाती,
सब के मन को ये भा जाती,
आई है भइया होली रे।

बाल कविता : गोविन्द भारद्वाज

खुशियों का संसार होली

रंगीला है त्योहार होली,
खुशियों का संसार होली।

ऐसी सजी धजी आती है,
ज्यों फूलों की क्यार होली।

आयी धरती को पहनाने,
एकता के ले हार होली।

लिए पिचकारी और गुलाल,
सबको रही पुकार होली।

गरमी की आहट के साथ,
लेकर आयी प्यार होली।

फागुन की ये ऋतु सुहानी,
मौसम का है श्रृंगार होली।

आलेख : दिनेश दर्पण

पौराणिक कहानियों में होली

होली का पर्व हम प्रतिवर्ष मनाते हैं, और होलिका को फाल्गुन माह में जलाते चले आ रहे हैं। इससे जुड़ी बहुचर्चित भक्त प्रह्लाद की कथा तो हम सब जानते ही हैं, पर इस महापर्व से और भी कई पौराणिक कथाएं जुड़ी हुई हैं। आओ हम इस बारे में और भी जानकारी प्राप्त करें–

पौराणिक कहानियों में सबसे अधिक प्रसिद्ध कहानी भक्त प्रह्लाद की है जो हमें नृसिंह पुराण में पढ़ने को मिलती है। हिरण्यकश्यप नाम का एक दैत्य (राक्षस) था। उसने तपस्या करके ब्रह्मा जी से वरदान प्राप्त कर लिया था। उसके बल पर उसने सारी दुनिया को जीतकर देवताओं और ऋषि-मुनियों को सताना शुरू कर दिया। दैत्यराज हिरण्यकश्यप का पुत्र प्रह्लाद भगवान विष्णु का परम भक्त था और राम-नाम का सुमिरण किया करता था।

दैत्यराज हिरण्यकश्यप ने अपने पुत्र पर अनेक अत्याचार किये ताकि वह भक्ति के मार्ग से हट जाए, लेकिन ऐसा हो नहीं सका, और भक्त प्रह्लाद भक्ति के मार्ग से पीछे नहीं हटा। वह निरंतर हरि स्मरण करता रहता था।

इसी कहानी के सिलसिले में पद्म पुराण में चिता जलाकर और नारद पुराण में प्रह्लाद की बुआ और हिरण्यकश्यप की बहन होलिका द्वारा प्रह्लाद को गोदी में लेकर आग में बैठने का वर्णन है। होलिका को यह वरदान प्राप्त था कि यदि वह चाहे तो रोज अग्नि स्नान करे तब भी वह नहीं जलेगी, लेकिन अपने भाई हिरण्यकश्यप की आज्ञा से जब वह विशाल जलती हुई चिता में प्रह्लाद को गोद में लेकर बैठी तो जलकर भस्म हो गई और प्रह्लाद सकुशल चिता से बाहर आ गया। यह देखकर हिरण्यकश्यप आगबबूला हो गया, और उसने अपने पुत्र प्रह्लाद को मारने के लिए जैसे ही तलवार उठाई तो उसी समय भगवान विष्णु ने नृसिंह अवतार के रूप में प्रकट होकर अपने तीखे-तीखे नाखूनों से हिरण्यकश्यप का पेट फाड़कर उसका वध कर दिया। तभी से दुष्ट दैत्य हिरण्यकश्यप और होलिका के नष्ट होने के रूप में होलिका दहन प्रतिवर्ष सर्वत्र मनाया जाता है।

होलिका दहन से संबंधित एक कहानी भागवत पुराण में है। द्वापर युग में मथुरा नगरी में एक कंस नाम का राजा था। उसने अपने भानजे बालक कृष्ण को जान से मारने के लिए पूतना नाम की राक्षसी को भेजा। पूतना अपनी माया से अपना वेश बदलकर गोकुल में नंदराज के भवन में गई। वह इधर-उधर की बातें करते हुए माता यशोदा के पास जा पहुँची और बातें करते-करते उसने यशोदा से बालक कृष्ण को अपनी गोद में ले लिया और खिलाने लगी। फिर सबकी नजरों से बचाकर उसे एक तरफ ले गई और अपने जहर-बुझे स्तन से दूध पिलाने लगी। बालक कृष्ण उसके मन की बात को जान गये। फिर उन्होंने पूतना के स्तन से

सारा दूध पी लेने के बाद भी जब उसका स्तन नहीं छोड़ा तो उसे भयंकर पीड़ा होने लगी। वह अपने असली रूप में आ गई और कुछ देर तड़पने के बाद उसकी मृत्यु हो गई। उसकी मौत पर गोकुलवासियों को बहुत खुशी हुई। उन लोगों ने रात में ही पूतना का शव जला दिया और इसी खुशी की स्मृति स्वरूप प्रतिवर्ष फाल्गुन माह की शुक्ल पूर्णिमा के दिन होली जलाने लगे।

होली जलाने से संबंधित एक कहानी भी हमें पुराण में पढ़ने को मिलती है। वैदिक काल में एक होलिका नाम की राक्षसी थी। वह लोगों को बहुत सताती थी। उसके अत्याचार दिन पर दिन बढ़ते ही जा रहे थे। लोग हैरान परेशान थे। जब लोगों की सहनशक्ति समाप्त हो गई तो उसे लोगों ने घेरकर पकड़ लिया और रात में ही उसे जला दिया गया। उस दिन भी फाल्गुन मास की शुक्ल पूर्णिमा थी। इस तरह होलिकोत्सव का पर्व कई कहानियों से जुड़ा हुआ है।

क्या आप जानते हैं?

- तोते कई तरह के शब्द बोल सकते हैं। मगर तोते केवल वही शब्द सीखते हैं, जो इन्हें सिखाए जाते हैं या फिर ये नकल करते हैं। जंगली तोते नकल नहीं कर सकते। सिर्फ पालतू तोते ही नकल कर सकते हैं। अफ्रीका के भूरे तोते सबसे ज्यादा नकलची होते हैं।
- रेफ्लीसिया का फूल दुनिया का सबसे बड़ा फूल है।
- चंद्रमा का प्रकाश वास्तव में सूर्य का परावर्तित प्रकाश ही होता है।
- हम प्रत्येक 6 सेकिण्ड में अपनी आँखें झपकाते हैं।
- नेपेंथिस के पौधे के फूल में ढक्कन होता है। जब कोई कीट पतंगा इसमें गिरता है, तो फूल का ढक्कन बंद हो जाता है।
- पेंग्विन अंटार्कटिक सागर में 870 फीट की गहराई तक पहुँचकर 18 मिनट तक डूबा रह सकता है।
- मिस्र के पिरामिडों में फैरो बादशाह की कब्र में पाया गया शहद जब खोजी वैज्ञानिकों द्वारा चखा गया, तब भी वह उतना ही स्वादिष्ट और शुद्ध था। बस उसे थोड़ा गर्म करने की जरूरत थी।
- हमारी अंगुलियों के निशान भिन्न होते हैं।
- तितलियां किसी वस्तु का स्वाद अपने पैरों से चखती हैं।
- विश्व में पक्षियों की 8650 प्रजातियां पायी जाती हैं। इनमें से 1230 भारत में पायी जाती हैं।
- कालीदास के गीतकाव्य ऋतुसंहार के 6 सर्गों में 6 ऋतुओं का विस्तृत वर्णन किया गया है।

प्रस्तुति : विभा वर्मा

जानकारीपूर्ण लेख : परशुराम शुक्ल

पंखा कृमि

पंखा कृमि (Fan Worm) एक अद्भुत समुद्री जीव है। इसका सिर देखने में पंखे जैसे लगता है। अतः इसे 'पंखा कृमि' कहते हैं। अंग्रेजी में इसे 'फैन वार्म' के नाम से जाना जाता है।

पंखा कृमि हमेशा चट्टानों, मोलस्कों के आवरणों तथा समुद्री घास पर आवास बनाता है। समुद्री घास पर आवास बनाने वाले पंखा कृमि का विकास तेजी से होता है किन्तु इसका जीवन छोटा होता है। इसके विपरीत चट्टानों पर आवास बनाने वाला पंखा कृमि कई वर्षों तक जीवित रहता है। इसकी आयु 3 वर्ष से 4 वर्ष तक भी हो सकती है। पंखा कृमि हमेशा एक लम्बी नली (ट्यूब) जैसा आवास बनाता है और उसके भीतर रहता है। पंखा कृमि अपना आवास सागर तल की रेत और आवरण के छोटे-छोटे टुकड़ों को अपने शरीर से निकलने वाले एक चिपचिपे पदार्थ में सानकर तैयार करता है। इसके नली जैसे आवास में कभी-कभी छोटे-छोटे पत्थर भी मिल जाते हैं। एक पंखा कृमि अपने जीवनकाल में केवल एक ही आवास तैयार कर पाता है। पंखा कृमि हमेशा अकेले रहता है। यह चलता-फिरता नहीं है और अपना सम्पूर्ण जीवन एक ही स्थान पर व्यतीत करता है।

पंखा कृमि के शरीर की लम्बाई 10 सेंटीमीटर से लेकर 25 सेंटीमीटर तक होती है एवं इसका शरीर 100 से लेकर 600 तक छोटे-छोटे भागों में बंटा होता है। इसके शरीर का ऊपर वाला भाग पंखे की तरह होता है। यह वास्तव में इसका सिर है। इसका शेष शरीर बेलनाकार होता है और हमेशा इसके नली जैसे आवास के भीतर रहता है। पंखा कृमि का आवास सागर तल के किसी आधार से चिपका रहता है। यह जैसे-जैसे बढ़ता है, अपना आवास भी लम्बा करता जाता है। इस प्रकार इसके आवास की लम्बाई 30 सेंटीमीटर से 60 सेंटीमीटर तक हो जाती है।

पंखा कृमि का सिर बड़ा सुन्दर और रंग-बिरंगा होता है तथा सिर पर हरे, नारंगी, बैंगनी, लाल, गुलाबी आदि रंगों के बहुत से पंख जैसे तन्तु होते हैं। इनमें से कुछ तन्तुओं से यह सांस लेने का कार्य करता है। ये तन्तु गलफड़ों का कार्य करते हैं। इनके सम्पर्क से जलधाराओं द्वारा ऑक्सीजन युक्त पानी आता है जिससे ये ऑक्सीजन ले लेते हैं और इसके पूरे शरीर में पहुँचा देते हैं। इन्हीं तन्तुओं में एक तन्तु का ऊपर का सिरा डिस्क की तरह का होता है। जब यह आवास के भीतर होता है तो इसी तन्तु की डिस्क से आवास का द्वार बन्द कर लेता है किन्तु सभी पंखा कृमियों में डिस्क नहीं होती।

पंखा कृमि में देखने की भी क्षमता होती है। इसकी आँखें इसके सिर के तन्तुओं में होती हैं किन्तु इनकी संख्या में काफी भिन्नता होती है। सामान्यतया एक पंखा कृमि में एक से तीन जोड़े तक आँखें होती हैं किन्तु कुछ पंखा कृमियों में 10 से लेकर 15 जोड़े तक आँखें देखी गयी हैं।

पंखा कृमि का भोजन करने का ढंग बड़ा सरल और प्राचीन है। इसका प्रमुख भोजन रेत

एवं पानी में पाये जाने वाले छोटे-छोटे खाद्य कण हैं। इन्हें यह अपने तन्तु की सहायता से प्राप्त करता है। पंखा कृमि अपना भोजन प्राप्त करने और नली जैसा आवास बनाने के लिए एक ही विधि का उपयोग करता है। यह भोजन प्राप्त करने के लिए अपने सिर के एक तन्तु को कड़ा करके बाहर निकालता है और इसके छोटे-छोटे बालों की सहायता से पानी को ऊपर की ओर उछालता है। इससे पानी में उपस्थित भोजन के कण अन्य तन्तुओं की सतह पर गिरते हैं और यहाँ से तन्तुओं के केन्द्र में बने हुए मुँह तक पहुँचा दिये जाते हैं।

सभी जातियों के पंखा कृमियों का भोजन करने का ढंग तो एक सा होता है किन्तु इनके भोजन करने के समय में काफी अन्तर होता है। कुछ पंखा कृमि रात्रि में सक्रिय होते हैं

और रात के समय ही भोजन करते हैं। इनके सिर की संवेदनशील कोशिकाओं में प्रकाश ग्रहण करने की बहुत कम क्षमता होती है। दिन के समय भी सूर्य के प्रकाश के प्रति ये अलग-अलग प्रतिक्रिया करते हैं। कुछ पंखा कृमि प्रकाश से बचते हैं तथा कुछ पंखा कृमि सूर्य के प्रकाश की ओर आकर्षित होते हैं।

प्रेरक-प्रसंग : किशोर डैनियल

एकाग्रता में डूब जाना

राजस्थान के सुप्रसिद्ध साहित्यकार टोडरमल उन दिनों अपनी एक पुस्तक लिख रहे थे। एक दिन भोजन करते समय वे अपनी माँ से बोले– क्या बात है माँ, आज भोजन में नमक ही नहीं है? मुझे लगता है तुम निश्चित रूप से भोजन में नमक डालना भूल गई हो।

टोडरमल की यह बात सुनकर माँ बोली– बेटा, ऐसा लगता है कि आज तुम्हारी पुस्तक का समापन हो गया है।

माँ की बात सुनकर टोडरमल किंचित चौंके। फिर बोले– लेकिन माँ तुम्हें कैसे मालूम हुआ कि मेरी पुस्तक पूर्ण हो गई है?

माँ ने कहा– दरअसल बात यह है बेटे कि मैं भोजन में नमक तो पिछले छः महीने से नहीं डाल रही हूँ और तुम्हें उसका पता आज लगा है। इसी से लगा कि जरूर तुम्हारी पुस्तक की समाप्ति हुई है।

ऐसे थे टोडरमल और उनकी एकाग्रता।

पढ़ो और हँसो

डॉक्टर : अच्छे स्वास्थ्य के लिए व्यायाम किया करो।

राजेश : जी मैं रोजाना क्रिकेट और फुटबॉल खेलता हूँ।

डॉक्टर : कितनी देर खेलते हो?

राजेश : जब तक मोबाइल की बैटरी खत्म नहीं हो जाती।

पिता : (बेटे से) तुम्हें गणित में कितने अंक मिले हैं?

बेटा : जितने भैया को मिले उससे 10 कम।

पिता : भैया को कितने अंक मिले?

बेटा : जी 10 अंक।

– मुस्कान गर्ग (भटिण्डा)

भैया : (दीपक से) मैंने चोरी की। इसका अंग्रेजी में अनुवाद करो।

दीपक : वाह! चोरी आपने की इसलिए अनुवाद भी आप ही कीजिए।

अफसर : क्या तुम्हारे गाँव में कोई बड़ा आदमी पैदा हुआ है?

ग्रामीण : जी नहीं, हमारे यहाँ तो छोटे बच्चे ही पैदा होते हैं।

– भई, धोबी मियां, लड्डू किस खुशी में बांट रहे हो?

– मेरा गदहा खो गया, इसलिए।

– ये कौन सी खुशी हुई?

– अच्छा है कि मैं गदहे पर सवार नहीं था। नहीं तो मैंने भी खो जाना था। बच गया।

एक आदमी के सिर से खून निकल रहा था। वह डॉक्टर के पास पहुँचा तो डॉक्टर ने पूछा– ये कैसे हुआ?

आदमी बोला– डॉक्टर साहब! मैं हथौड़े से पत्थर तोड़ रहा था। तभी मेरी पत्नी ने कहा– 'कभी तो अपना दिमाग इस्तेमाल किया करो।'

मेहमान : बेटा, तुम्हारा जन्म किस दिन हुआ था?

बच्चा : शुक्रवार को। और आपका?

मेहमान : सण्डे को।

बच्चा : झूठ 'सण्डे' को तो छुट्टी होती है।

टैक्सीवाला : साहब, ब्रेक फेल हो गये हैं गाड़ी रूक ही नहीं रही है, क्या करू?

सवारी : पहले तू मीटर बंद कर दे।

– प्रेरणा अरोड़ा (गाजियाबाद)

मम्मी : बबलू, तुम आज स्कूल से जल्दी क्यों आ गये?

बबलू : मम्मी, मेरा गबरू के साथ झगड़ा हो गया और 'सर' ने मुझे क्लास से बाहर निकाल दिया।

मम्मी : लेकिन तूने गबरू के साथ झगड़ा क्यों किया?

बबलू : मुझे आज जल्दी घर आना था इसलिए।

विद्यार्थी : सर, हम कुछ भी न करें तो क्या आप हमें दण्डित करोगे?

सर : नहीं।

विद्यार्थी : तब तो ठीक है, आज मैंने होमवर्क नहीं किया।

राजू ड्राइंगरूम में बैठकर 'ड्राइंग' बना रहा था। उसकी मम्मी ने गुस्से में आकर राजू से कहा– ये जगह ड्राइंग (चित्र) बनाने की नहीं है।

राजू बोला– मम्मी जी ये ड्राइंगरूम है इसलिए तो मैं यहाँ ड्राइंग कर रहा हूँ।

– विकास कुमार (बेगूसराय)

बच्चे ने अपने पिताजी से पूछा– पिताजी! क्या आप आँख बन्द करके 'साइन' कर सकते हैं?

पिता जी बोले– हाँ, क्यों नहीं। एकदम आसानी से कर सकता हूँ।

बच्चा : तो फिर आप मेरी रिपोर्ट कार्ड पर आँख बन्द करके 'साइन' कर दीजिये।

दुखी बैठे मोहन से सोहन ने पूछा– टेंशन में क्यों हो भाई?

मोहन बोला– क्या बताऊँ भैया, एक दोस्त को चेहरे की प्लास्टिक सर्जरी के लिए दो लाख रुपये दिये थे। अब उसे मैं पहचान ही नहीं पा रहा हूँ।

राजीव : मेरी नज़र बहुत तेज है। मैं दो किलोमीटर तक की चीज साफ-साफ देख सकता हूँ।

कल्लू : अरे, तुमसे ज्यादा तो मेरी नज़र तेज है। मैं करोड़ों किलोमीटर दूर सूरज को देख सकता हूँ।

उस दिन क्रिकेट खेलते समय मैंने ऐसा शानदार शॉट मारा कि सारे खिलाड़ियों के साथ दर्शक भी भाग खड़े हुए।

पिंकू : ऐसी क्या बात हुई?

कल्लू : भाई गलती से गेंद बर्र (जहरीली मधुमक्खियां) के छत्ते से जा टकराई।

लड़की : (माँ से) माँ P.M. का फुल फॉर्म क्या होता है?

माँ : प्राइम मिनिस्टर।

छोटा भाई : दीदी, पापा-मम्मी भी तो होता है।

ग्राहक : क्यों भाई! यह टमाटर ताजा हैं न?

दुकानदार : बिल्कुल ताजा हैं साहब! एक सप्ताह से यही बेच रहा हूँ।

– गुरमीत टुटेजा (इन्दौर)

रोचक प्रेरक-प्रसंग : अर्चना जैन

बुद्धि का कमाल

जापान में साबुन बनाने वाली सबसे बड़ी कंपनी को अपने एक ग्राहक से यह शिकायत मिली कि उसने साबुन का 'व्होल सेल पैक' खरीदा था पर उनमें से एक डिब्बा खाली निकला। कंपनी के अधिकारियों को जांच करने पर यह विदित हुआ कि असेम्बली लाईन में ही किसी गड़बड़ के कारण साबुन के कई डिब्बे भरे जाने से चुक गये थे।

कंपनी ने एक कुशल इंजीनियर को रोज पैक हो रहे हजारों डिब्बों में से खाली रह गये डिब्बों का पता लगाने के लिए तरीका ढूंढने के लिए निर्देश दिया। कुछ सोच-विचार करने के बाद इंजीरियर ने 'असेम्बली लाईन' पर एक हाई रिजोल्यूशन एक्स-रे मशीन लगाने के लिए कहा जिसे दो-तीन कारीगर मिलकर चलाते और एक आदमी मॉनीटर की स्क्रीन पर निकलते जा रहे डिब्बों पर नजर गड़ाए देखता रहता ताकि कोई खाली डिब्बा बड़े-बड़े बक्सों में नहीं चला जाए। उन्होंने ऐसी मशीन लगा भी ली पर सब कुछ इतनी तेजी से होता था कि वे भरसक प्रयास करने के बाद भी खाली डिब्बों का पता नहीं लगा पा रहे थे।

ऐसे में एक अदने से कारीगर ने कंपनी अधिकारियों को असेम्बली लाईन पर एक बड़ा-सा इंडस्ट्रियल पंखा लगाने के लिए कहा। जब फरफराते हुए पंखे के सामने से हर मिनट साबुन के सैकड़ों डिब्बे गुजरते तो उनमें मौजूद खाली डिब्बे उड़कर दूर चले जाते। इस तरह सभी की मुश्किलें पल भर में आसान हो गईं।

बाल कहानी : राजकुमार 'राजन'

चुनमुन की चतुराई

हंसमुख कंगारू का घर अटलांटा वन का सबसे सुन्दर घर था। घर के सामने एक बगीचा था जिसमें मखमल-सी हरी-हरी दूब थी। बगीचे में विभिन्न प्रकार के फूलों के पौधे एवं पेड़ थे। कंगारू के दो छोटे-छोटे प्यारे बच्चे थे।

इसी घर के बगीचे में एक नन्हीं चिड़िया चुनमुन, तितली रंगीली एवं एक टिड्डा मनमौजी रहता था। ये तीनों पक्के मित्र थे। चुनमुन ने हंसमुख के घर में रोशनदान में अपना घोंसला बना रखा था जिसमें बाहर की ओर से जाली लगी हुई थी। शाम के बाद ये तीनों मित्र खिड़की के पास मिलते और ढेरों बातें करते। हंसमुख के बच्चों को खेलते हुए देखकर प्रसन्न होते। इसी तरह तीनों मित्रों के दिन हँसी-खुशी में बीत रहे थे।

एक दिन न जाने कहाँ से एक बड़ी जंगली मकड़ी भी उस खिड़की में आ गई। उसने खिड़की में एक बड़ा-सा जाला बुन लिया। अब टिड्डा मनमौजी परेशान कि वह खिड़की के बाहर कैसे जाए- एक तरफ जाली है तो दूसरी तरफ मकड़ी का जाला। जाली की तरफ से जाना असंभव था और मकड़ी के जाले को पार करना अपने को जोखिम में डालना था। उधर मकड़ी मनमौजी को देखकर खुश हो रही थी कि देखें वह कब तक बचेगा, आखिर कभी तो वह इसमें फंसेगा ही।

तभी मनमौजी ने देखा कि रंगीली तितली अपने पंखों को फड़फड़ाती फूलों पर घूम रही है। मनमौजी ने आवाज देकर रंगीली को बुलाया और अपनी मुसीबत बताई। रंगीली ने कहा, ''भैया, मुझे तुमसे पूरी सहानुभूति है, लेकिन मैं मकड़ी का जाला नहीं तोड़ सकती। अगर मैंने ऐसा करने का प्रयास भी किया तो मैं स्वयं इसमें फंस जाऊंगी।''

मनमौजी की उदासी देखकर रंगीली ने उसे ढांढस बंधाते हुए कहा, ''तुम चिंता मत करो। मैं अभी चुनमुन चिड़िया को ढूंढती हूँ। वह बुद्धिमान है, कोई न कोई रास्ता निकाल ही लेगी।''

रंगीली चुनमुन को खोजने निकल पड़ी। उसे खोजने में उसे अधिक देर नहीं लगी। रंगीली ने उसे मनमौजी की परेशानी व मकड़ी की दुष्टता के बारे में बताया। चुनमुन ने कुछ सोचा और कहा, ''चलो वहीं चलकर देखते हैं।''

चुनमुन और रंगीली उड़कर घर के कमरे में आई। उस वक्त कंगारू हंसमुख और उसके दोनों बच्चे कहीं घूमने गये हुए थे। मकड़ी ने अपना जाला और घना एवं मजबूत बना लिया था। चुनमुन ने सोचा कि एक बार किसी तरह जाला तोड़ भी दिया जाए तो वह फिर से जाला बना लेगी। अतः इसका कोई स्थायी हल निकालना चाहिए।

उसने देखा, टेबल पर हंसमुख का कोई आवश्यक कागज पड़ा हुआ था। चुनमुन ने वह कागज उठाया और जाले के ऊपर फेंक दिया। कागज जाले में उलझकर रह गया। इतने में हंसमुख आ गया और उस आवश्यक कागज को खोजने लगा। मनमौजी तो खिड़की के सुराख में घुस गया।

हंसमुख की नजर तभी जाले में उलझे कागज पर पड़ी। उसने कागज उठाया और बड़बड़ाने लगा– ''घर में कितनी गंदगी हो गई है। सब जगह जाले लग गये हैं।'' कहता हुआ वह अन्दर से झाड़ू उठा लाया। झाड़ू से जाला हटाकर उसने मकड़ी को बाहर फेंक दिया।

इस प्रकार चुनमुन की चतुराई से मनमौजी की परेशानी दूर हो गई। तीनों मित्र फिर हँसी-खुशी से दिन बिताने लगे।

दिसम्बर अंक रंग भरो के श्रेष्ठ चित्र

1. **कुश खिमनानी** — **9 वर्ष**
   शक्ति पार्क सोसाइटी,
   अंकुर स्कूल के पीछे,
   भुरावाव रोड, गोधरा (गुजरात)

2. **चाँदनी मूलचंदानी** — **8 वर्ष**
   योगेश्वर सोसाइटी, आनंद नगर,
   गोधरा (गुजरात)

3. **स्वस्तिका भामरे** — **10 वर्ष**
   एन-43 जे डी-1/6/0/2, पवन नगर,
   सिडको, नासिक (महाराष्ट्र)

4. **प्रतिष्ठा रंगवानी** — **10 वर्ष**
   श्रीराम पार्क, बंग्लो एरिया,
   कुबेर नगर, अहमदाबाद (गुजरात)

5. **हार्दिक मूलचंदानी** — **13 वर्ष**
   झूलेलाल सोसाइटी,
   एफ.सी.आई. गोदाम के सामने,
   गोधरा (गुजरात)

इनके अतिरिक्त जिनकी प्रविष्ठियों को पसन्द किया गया वे हैं-

प्रिंस (निमवाड़ी कैम्प, अकोला), हार्दिक गुप्ता (वार्ड नं. 2, रायसिंह नगर), सिमरन चोपड़ा (फगवाड़ा), वंशिका (बिलासपुर), लविना (धुन्धरी, अजमेर), वंश कुमार (मनोहर नगर, कानपुर), साक्षी (रावतसर), अक्षद (कृष्णा नगर, अमरावती) साधना रंगवानी (श्रीराम पार्क अहमदाबाद) आर्या हेमराजानी, यशिका देवजानी, डिम्पल अग्रवाल, अनंत, शिव बम्बानी, यशिका, मंथन पंजवानी, मीत, देवांग, धमवानी, रोशनी, कार्तिक, निशिका मनवानी, आंचल, लहर, नंदनी, कृष्णा मूलचंदानी, मोहित, चिराग गुरनानी, मुस्कान, सुमित (गोधरा)।

मार्च अंक रंग भरो

सामने के पृष्ठ पर एक चित्र दिया गया है। इस चित्र में सुन्दर-सुन्दर रंग भरकर **10 अप्रैल** तक कार्यालय **'हँसती दुनिया'**, निरंकारी कॉम्पलेक्स, निरंकारी सरोवर के पास, निरंकारी कालोनी, दिल्ली-110009 को भेज दें।

- पांच श्रेष्ठ चित्रों के प्रतिभागियों के नाम (पते सहित) **जून 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 मुझे बहुत पसन्द है। यह पत्रिका बड़ी ही रोचक, प्रेरक और ज्ञानवर्द्धक है। यह पत्रिका बच्चों में अच्छे संस्कारों का निर्माण करने वाली पत्रिका है। यह पत्रिका हर घर में जानी चाहिए ताकि एक सुन्दर एवं स्वस्थ समाज की स्थापना हो सके।

– ताराचन्द आहूजा (जयपुर)

बचपन से ही हँसती दुनिया का पाठक हूँ। ये पत्रिका बच्चों एवं युवाओं के सम्पूर्ण विकास का माध्यम है। जहाँ कहानियों एवं कविताओं के सहारे चरित्र विकास एवं भक्ति की प्रेरणा मिलती है। हर अंक में अवतार बाणी का शब्द पढ़कर मन प्रसन्न हो जाता है। इससे बच्चे भविष्य में भक्ति के मार्ग पर सुदृढ़ होंगे।

– योगेश लूथरा (गुरुग्राम)

मैं हँसती दुनिया पत्रिका का नियमित पाठक हूँ। मुझे हँसती दुनिया बहुत अच्छी लगती है। अच्छी इसलिए लगती है कि इस पत्रिका के माध्यम से बच्चों में आप अच्छे संस्कार का निर्वाह कर रहे हैं और इन्हें अच्छा ज्ञान दे रहे हैं। – जगदीश नैलवाल (ब्रह्मपुरी, दिल्ली)

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

हँसती दुनिया मनोरंजन कराने के साथ-साथ ज्ञानवर्द्धक भी है। मेरे परिवार के सभी सदस्यों को हँसती दुनिया बहुत पसन्द है। हँसती दुनिया को जो कोई भी पढ़ता है। इसकी प्रशंसा करता है। – ज्योति शर्मा (चार के.एस.पी.)

Form - IV
(See Rule - 8)

1. Place of Publication	:	Sant Nirankari Satsang Bhawan, Sant Nirankari Colony, Delhi-110009
2. Periodicity of Publication	:	Monthly
3. Printer's Name (whether citizen of India)	:	Raj Kumari Yes, Indian
Address	:	H.No. 1/53 B, Gali No.1 Sant Nirankari Colony Delhi - 110009
4. Publisher's Name (whether citizen of India)	:	Raj Kumari Yes, Indian
Address	:	H.No. 1/53 B, Gali No.1 Sant Nirankari Colony Delhi - 110009
5. Editor's Name (whether citizen of India)	:	Vimlesh Ahuja Yes, Indian
Address	:	H.No. 1/43, Sant Nirankari Colony, Delhi - 110009
6. Name & Address of individuals, who own the newspaper and partners or share holders holding more than one percent of the total capital.	:	Sant Nirankari Mandal Sant Nirankari Colony, Delhi - 110009

I, Raj Kumari, do hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Date : 1-03-2022

Raj Kumari
Publisher

बच्चों के अपनाने योग्य बातें

- अच्छे नागरिक बनना।
- व्यवहारिक जीवन में सुधार लाना।
- हर एक के दु:ख-दर्द में काम आना।
- माता-पिता की आज्ञा का पालन करते हुए उनकी सेवा करना।
- माता-पिता की कमाई के मुताबिक खर्च करना।

Nirankari Radio

radio.nirankari.org

24x7

Kids Divine

ek ruhani muskaan

kids.nirankari.org

Catch the latest episode on 23rd of every month

NEWS DIVINE

www.nirankari.org

Catch the latest episode on 10th of every month

सुनो तराने नए पुराने

Nirankari Radio

Bhakti Sangeet

radio.nirankari.org

Catch the latest episode on 20th of every month

SOUL VIBES

radio.nirankari.org

Catch the latest episode on Last Friday of every month

Voice DIVINE

Voice Divine

radio.nirankari.org

Catch the latest episode on 1st & 16th of every month

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

सन्त निरंकारी मण्डल द्वारा नियमित रूप में प्रकाशित होने वाली

पत्र-पत्रिकाएं

सन्त निरंकारी

❖ ग्यारह भाषाओं में प्रकाशित होने वाली **'सन्त निरंकारी'** विशुद्ध आध्यात्मिक मासिक पत्रिका है जिसमें सद्गुरु वचनामृत एवं अनुभवी लेखकों की तर्कपूर्ण रचनाएं प्रकाशित की जाती हैं।

एक नज़र

❖ तीन भाषाओं में प्रकाशित होने वाले पाक्षिक समाचार-पत्र **'एक नज़र'** में सद्गुरु माता जी के दिव्य वचन एवं मिशन की गतिविधियों के समाचार प्रकाशित होते हैं।

हँसती दुनिया

❖ चार भाषाओं में छपने वाली बच्चों के बौद्धिक विकास की अनूठी बाल मासिक **'हँसती दुनिया'** में रोचक कहानियां, ज्ञानवर्द्धक वैज्ञानिक लेख, कविताएं एवं चित्रकथाएं समाहित होते हैं।

उपरोक्त पत्र-पत्रिकाओं की सदस्यता हेतु सम्पर्क करें :-

Tel. : 011-47660200 (Extn. : 862)
Email : patrika@nirankari.org

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. 011-47660200 अथवा Help Line 011-47660360 पर सूचित करें ताकि आपको उसकी दूसरी प्रति भिजवाई जा सके।

–सुलेख 'साथी'

प्रबन्ध सम्पादक, पत्रिका विभाग, सन्त निरंकारी मण्डल,
निरंकारी कॉम्पलेक्स, बुराड़ी रोड़, दिल्ली-110009

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