• वर्ष 49 • अंक 05 • मई 2022

₹ 15/-

हँसती दुनिया

हँसती दुनिया

● वर्ष 49 ● अंक 05 ● मई 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

04. सबसे पहले
05. सम्पूर्ण अवतार बाणी
06. अनमोल वचन
12. चित्रकथा
24. क्या आप जानते है?
34. किट्टी
38. कभी न भूलो
44. पढ़ो और हँसो
49. रंग भरो
50. आपके पत्र मिले

हँसती दुनिया

कविताएं

7. उजियारे बनना
: राजेन्द्र निशेश
17. सुख पहुँचाती माँ
: सुमेश निषाद
17. माँ कुछ ऐसी होती है
: परशुराम शुक्ल
23. वृक्षों से प्यार
: मनोज बाथरे
23. वृक्षों को समझो संतान
: सुभाष यादव
39. गर्मी आई
: प्रियंका गुप्ता
39. गर्मी कैसे दूर भगाएं
: ऊषा सरीन
47. चिड़िया
: मीनू सिंह
47. मछली रानी
: संदीप कुमार

कहानियां

8. मोनू की स्वच्छता
: देवेन्द्रराज सुथार
10. माँ क्या सोचेगी?
: सुकृति आहूजा
20. निडर बालक मल्हारी
: डॉ. विकास मानव
25. वरदराज का कायाकल्प
: नीलम ज्योति
32. रटी बात ही ...
: दीपांशु जैन
40. श्रम की गरिमा
: पुष्पेश कुमार पुष्प
41. सौ घुड़सवारों की टुकड़ी
: अर्चना जैन

विशेष/लेख

10. माँ एक मानव संसाधन...
: सुकर्मपाल गिरि
11. आओ जानें!
: विभा वर्मा
16. नाम बताओ ...
: डॉ. कमलेंद्र कुमार
18. 'लू' के प्रकोप से बचने के लिए
: कैलाश जैन
27. विज्ञान प्रश्नोत्तरी
: घमंडीलाल अग्रवाल
29. कीट-पतंगों की ...
: गोपाल जी गुप्त
42. ककड़ी
: मीना
46. सेही
: जयेन्द्र

दर्पण

हम सभी बचपन से ही अपने-आपको दर्पण में देखते आए हैं। हमें कहीं जाना हो; चाहे ऑफिस या किसी समारोह अथवा शादी आदि में, भाग लेने के लिए तो हम सभी दर्पण में अपने आपको देखते हैं कि चेहरे, कपड़ों या खूबसूरती में कोई कमी न रह जाए।

दर्पण हमें हमारी कमी भी बता देता है और खूबसूरती भी। वह अपनी ओर से न उसमें कुछ बढ़ाता है और न ही उसमें कुछ घटाता है। जैसे हम हैं वह हमें उसी के दर्शन करा देता है।

जीवन में हम अनेकों से मिलते हैं और वे भी हमारे लिए अधिकतर दर्पण की तरह ही होते हैं। अधिकतर हम उनमें अपने-आपको कहीं न कहीं अवश्य झांक लेते हैं। अगर हमारे अन्दर कोई बुराई है तो दूसरे में अनायास ही कुछ न कुछ कमी हम निकाल ही लेते हैं और उस कमी को हम बढ़ा-चढ़ाकर देखने लगते हैं। चाहे वही कमी हमारे अन्दर उससे अधिक हो। अगर हमारे अन्दर कोई थोड़ी सी भी अच्छाई है और दूसरे में वह बहुत अधिक है तो हमारे मन में फिर कोई आलोचना तो चाहकर भी नहीं हो पाती परन्तु दूसरे का मुझसे अच्छा होना या बड़ा होना मेरे अन्दर उलझाव व अवसाद को जन्म देने लगता है। यह मेरे अहंकार को ठेस पहुँचाता है और मैं अच्छे को अच्छा नहीं कह पाता परन्तु दूसरा कोई थोड़ा-सा भी बुरा है तो उसे मैं बुराई का बादशाह अवश्य मान लेता हूँ।

एक छोटे से प्रयोग में एक मनोचिकित्सक प्रेम और घृणा पर कार्य अर्थात् अनुसंधान कर रहा था। उसने एक आंकलन में बताया कि वह एक कक्षा में गया। उस कक्षा में केवल 20 विद्यार्थी थे। उसने सभी विद्यार्थियों को एक पेपर और पेन दिया और कहा कि आप उन विद्यार्थियों के नाम का पहला अक्षर लिख दें जिनसे आप द्वेष या घृणा करते हैं। इसके लिए सबको केवल एक मिनट का समय दिया गया। सभी विद्यार्थियों ने कुछ न कुछ नाम लिखे। एक विद्यार्थी ने तो 15 विद्यार्थियों के नाम लिख डाले। 15 अन्य विद्यार्थियों ने भी उसका नाम अपनी सूची में लिखा था। एक विद्यार्थी ने किसी का भी नाम नहीं लिखा था और जिस विद्यार्थी ने एक भी नाम नहीं लिखा था उसका नाम भी किसी अन्य विद्यार्थी ने नहीं लिखा था।

साथियो! यहाँ विचारणीय बात एवं तथ्य यही है कि हम हमेशा अपने-आपको दूसरों में खोज लेते हैं और दूसरे भी हमें उसी तरह अपने मन में जान लेते हैं। अत: हम जब भी किसी को मिलें तो हमें उन्हें अपना दर्पण मान लेना चाहिए और फिर जो भी उनमें दिखाई पड़ गया है उसके प्रति जागरूक होकर हमें अपने-आपको उस तथ्य के माध्यम से देखना है। दूसरों के माध्यम से हम हमेशा अपने ही रूप, स्वभाव और अहम् के बारे में जानकारी पा सकते हैं और दर्पण की भान्ति जैसे हम अपने शरीर को देखते हैं उसी प्रकार अपने मन और स्वभाव को देखकर जीवन की ऊँचाईयों को प्राप्त कर सकते हैं। आईना जैसा भी हो, झूठ नहीं बोलता और जो हम हैं हमें उसी के दर्शन करा देता है।

आइए, हम स्वयं अपना दर्पण बनें और अपने को, स्वयं के आईने में संवारते रहें।

– विमलेश आहूजा

हमारे पवित्र ग्रंथ :

सम्पूर्ण अवतार बाणी

पद संख्या 250

बन्दा उल्टा फसदा जान्दा ज्यों ज्यों कर्म कमान्दा ए।
मकड़ी वांगूं जाल बणा के हत्थीं जान गवान्दा ए।
चंगे माड़े करम ने दोवें बेड़ी लोहे सोने दी।
ज्ञान दे बाझों कर्म कमाणा किरत हनेरा ढोणे दी।
इक्को कर्म ए सभ तों उत्तम होर सारी खेह खाणी ए।
कहे अवतार ज्ञान दे बाझों पाणी विच मधाणी ए।

भावार्थ : उपरोक्त पद में बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि हर मनुष्य कर्म करने के लिए स्वतंत्र है। 'जैसा कर्म करोगे वैसा फल पाओगे' की बात अक्सर हम सुनते हैं और बुरे कर्म छोड़कर अच्छे कर्म करने का प्रयास करते हैं। इन्सान कर्म का चयन ठीक से नहीं कर पाता और उल्टे-सीधे कर्म करके और ज्यादा फंसता चला जाता है। बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि मकड़ी अपना जाल शिकार को फंसाने के लिए करती है और इस जाल में छोटे-छोटे कीड़े-मकोड़े फंस जाते हैं। मकड़ी इनको अपना भोजन बना लेती है। मकड़ी के शरीर से निकलने वाले स्पाइडर सिल्क से धागे जैसा पदार्थ निकलता है, मकड़ी इसका इस्तेमाल जाल बनाने में करती है लेकिन स्वयं भी इसी में उलझकर रह जाती है। इन्सान भी मकड़ी की भांति कर्म रूपी जाल बुनता है और उसी में उलझकर अपना कीमती जीवन व्यर्थ कर लेता है।

बाबा अवतार सिंह जी कहते हैं कि अच्छे या बुरे दोनों प्रकार के कर्म इन्सान के लिए बंधन हैं। अच्छे कर्म सोने की बेड़ी है और बुरे कर्म लोहे की बेड़ी। बेड़ी तो बेड़ी है जो बंधन का कारण बनती है। अगर सत्गुरु की कृपा से ब्रह्मज्ञान प्राप्त हो गया तो इन्सान का कर्म करना सार्थक हो जाता है वरना यह वैसे ही है जैसे घर के अंधकार को दूर करने के लिए कोई व्यक्ति टोकरे में भरकर अंधेरे को बाहर फेंककर आए और सूर्योदय होने पर यह कहे कि देखो मैंने कितने परिश्रम से अंधेरे को ढोकर बाहर कर दिया है।

बाबा अवतार सिंह जी जीवन का निचोड़ बताते हुए कह रहे हैं कि ब्रह्मज्ञान की प्राप्ति ही एकमात्र ऐसा कर्म है जो सबसे उत्तम है बाकी सारे कर्म धूल फांकने के समान हैं, पानी में मथानी चलाकर मक्खन प्राप्त करने का मिथ्या प्रयास है। जिस तरह पानी में चाहे कितनी देर मथानी चलाई जाए उससे मक्खन प्राप्त नहीं हो सकता। ऐसे ही सत्गुरु की कृपा से ब्रह्मज्ञान प्राप्त करने के अलावा जितने भी कर्म हैं उनका कोई भी लाभ इन्सान को प्राप्त नहीं होता। ज्ञान का उजाला जब आ जाता है तो अज्ञान का अंधकार जीवन से हमेशा-हमेशा के लिए समाप्त हो जाता है।

भावार्थ : हरजीत निषाद

अनमोल वचन

★ ब्रह्मज्ञान के उपरांत एक भक्त इस प्रभु के रंग में रंगा रहता है। वह स्वयं से भी प्रेम करता है और सबके साथ प्रेम से जीते हुए इस जीवन को खूबसूरत बना लेता है। मानवीय गुणों से युक्त होकर वह स्वयं के लिए तथा संसार के लिए वरदान बनता है।

★ दिलों में सकारात्मक विचार रहें और दिमाग में चेतनता रहे तभी एक भक्ति भरा जीवन जिया जा सकता है। हमें निंदक की श्रेणी में नहीं आना। ज्ञान की ओर मुख रखते हुए निरंकार को ही अपना केंद्र बिंदु बनाए रखना है।

★ यदि हम निरंकार और गुरु को अपने समक्ष मानेंगे तब हम गलत सोच या कर्म से बचे रहेंगे। छोटी-छोटी बातों में उलझकर अपनी चालाकी का प्रमाण न देते हुए हमें विशालता अपनानी है। दिल विशाल बनाना है और सोच विशाल करनी है।

★ बच्चा जन्म के समय निर्मल मन लेकर पैदा होता है। उसके मन में किसी के प्रति कोई भेदभाव या निंदा का भाव नहीं होता। परन्तु जैसे-जैसे उम्र बढ़ती है तब अनेक प्रकार के प्रभाव हमारे मन को दूसरों के प्रति भ्रांतियां और धारणाएं बनाने पर विवश कर देती हैं। केवल ब्रह्मज्ञान द्वारा ही इन्हें समाप्त किया जा सकता है।

– सत्गुरु माता सुदीक्षा जी महाराज

★ आत्मा की अनन्त शक्ति पदार्थ पर कार्य करे तो भौतिक विकास होता है। चिन्तन पर कार्य करे तो बौद्धिक विकास होता है और जीवात्मा पर कार्य करे तो मनुष्य देवता बन जाता है। **– स्वामी विवेकानन्द**

★ वह व्यक्ति सम्मानित होकर भी कितना दीन है जो सब वस्तुओं से परिचित होकर भी स्वयं से अपरिचित ही मर जाता है।

– एनन

★ हमारे भविष्य का निर्माण आज हो रहा है। कल की घटनाओं पर मत पछताओ और न ही भविष्य की चिन्ता करो। भूत व भविष्य के द्वार बन्द कर दो। अपना कार्य वर्तमान में करो। **– आस्लर**

★ सत्गुरु के उपदेशों को मानना ही सर्वश्रेष्ठ पूजा है।

★ इन्सानियत के बिना इन्सान पशु समान है।

★ अज्ञानता के मूल कारण हैं– अहं, राग-द्वेष और ईर्ष्या।

★ दूसरों के दुख को हरने का हर पल यथाशक्ति प्रयत्न करना ही जीवन है।

★ उदारता तथा क्षमाशीलता इन्सानियत का सहज स्वभाव है।

★ आचरण दर्पण के समान है जिसमें हर मनुष्य अपना प्रतिबिम्ब देख सकता है।

★ जो व्यक्ति सन्तुष्ट है चाहे उसके पास थोड़ा-सा ही धन हो फिर भी स्वयं को धनाड्य समझता है। **– अज्ञात**

– संकलन : श्रीराम प्रजापति

बाल गीत : राजेन्द्र निशेश

उजियारे बनना

थोड़े नटखट, थोड़े सुन्दर,
हम बच्चे हैं फूलों जैसे।

उछलकूद है हमको भाता,
सपनों से है अपना नाता।
लिखते-पढ़ते, आगे बढ़ते,
हँसी-खुशी का खुलता खाता।।

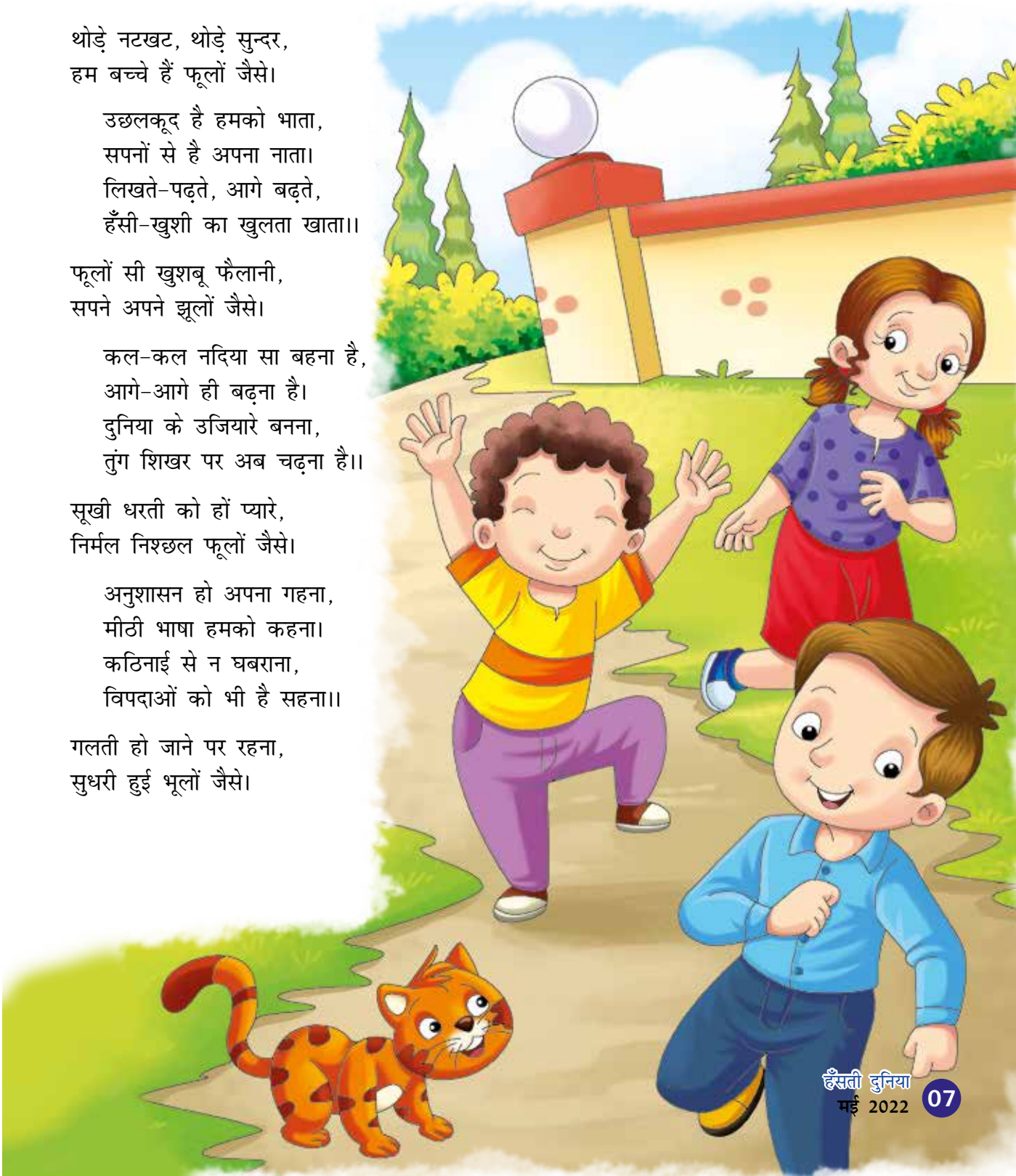
फूलों सी खुशबू फैलानी,
सपने अपने झूलों जैसे।

कल-कल नदिया सा बहना है,
आगे-आगे ही बढ़ना है।
दुनिया के उजियारे बनना,
तुंग शिखर पर अब चढ़ना है।।

सूखी धरती को हों प्यारे,
निर्मल निश्छल फूलों जैसे।

अनुशासन हो अपना गहना,
मीठी भाषा हमको कहना।
कठिनाई से न घबराना,
विपदाओं को भी है सहना।।

गलती हो जाने पर रहना,
सुधरी हुई भूलों जैसे।



कहानी: देवेन्द्रराज सुथार

मोनू की स्वच्छता

शारदा विद्या मंदिर वार्षिकोत्सव के उत्साह में डूबा हुआ था। सारे बच्चे खुश थे। रिंकू, रोहन, चिकू, चिंकी, पिंकी, डिंकी सभी नये कपड़ों में सजे-धजे लग रहे थे। रिंकू बहुत ज्यादा ही खुश था। खुश हो भी क्यों नहीं, उसे आज कक्षा में प्रथम आने पर पुरस्कृत जो किया जा रहा था। रोहन को भी दौड़ प्रतियोगिता में प्रथम आने पर पुरस्कृत किया जाने वाला था। सारे बच्चे पुरस्कृत होने के लिए अति उत्साही नजर आ रहे थे, सिवाए मोनू के। मोनू पढ़ने में थोड़ा कमजोर बालक था। लेकिन सादगी और स्वच्छता उसकी विशेषता थी। मोनू उदास था। उसके सारे दोस्तों को आज पुरस्कार मिलेगा, सिवाए उसके। उदास मन के साथ कार्यक्रम को देखने के लिए मोनू दादा जी के साथ कुर्सी पर बैठ गया। एक-एक करके उसके सारे दोस्तों को पुरस्कृत किया जाने लगा।

पिंकी को नृत्य प्रतियोगिता में प्रथम आने पर तो चिंकी को सुलेख प्रतियोगिता में अव्वल रहने पर तो डिंकी को पोस्टर प्रतियोगिता में शानदार

प्रदर्शन करने के लिए पुरस्कृत किया गया। सारे पुरस्कार लगभग समाप्त हो गए थे। तभी मंच से उद्घोषक ने घोषणा की– इस बार हमारे विद्यालय ने एक स्पेशल पुरस्कार भी रखा है। वह पुरस्कार है सर्वाधिक स्वच्छ छात्र या छात्रा का। यानी कि जो पूरे साल विद्यालय में सबसे अधिक स्वच्छ बनकर आएगा उसे सर्वाधिक स्वच्छ छात्र या छात्रा के पुरस्कार से सम्मानित किया जाएगा। सर्वाधिक स्वच्छ छात्र या छात्रा उसे ही माना जाएगा जिसकी यूनिफॉर्म (वेशभूषा) धुली हुई होगी, बाल बने होंगे, नाखून कटे हुए होंगे, दातुन किया हुआ होगा और जो गंदगी नहीं फैलाता होगा और कूड़ा कूड़ेदान में ही डालता होगा आदि बातों को ध्यान में रखकर ये पुरस्कार प्रदान किया जाएगा। ...तो बच्चों इस साल इन सारी बातों पर जो खरा उतरा है और विद्यालय में सर्वाधिक स्वच्छ बनकर आया है उस छात्र का नाम है मोनू। जी, हाँ... आपने सही सुना मोनू ही वो छात्र है जो हमेशा सर्वाधिक स्वच्छ बनकर विद्यालय आया है।

उद्घोषक की इस घोषणा के बाद मोनू के उदास चेहरे पर यकायक चमक लौट आई। मोनू मंच पर पुरस्कार लेने के लिए गया। उसे पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। जब पुरस्कार प्रदान करने के बाद मोनू से उद्घोषक ने पूछा कि आपके सर्वाधिक स्वच्छ रहने का राज क्या है तो मोनू ने बताया कि मेरे दादा जी कहते हैं कि स्वच्छ शरीर ही स्वस्थ शरीर होता है। स्वच्छता के बगैर

हम नाना प्रकार की बीमारियों की चपेट में आकर बीमार पड़ जाते हैं। स्वच्छ रहने से मन प्रसन्न रहता है। दादा जी कहते हैं कि हमेशा नहाना चाहिए और अपने आस-पास भी स्वच्छता रखनी चाहिए। इसलिए मैं स्वयं भी स्वच्छ रहता हूँ और अपने परिवेश को भी स्वच्छ रखता हूँ।

मोनू के इस उत्तर के बाद पूरा सभागार तालियों की गड़गड़ाहट से गूंज उठा। दादा जी ने मोनू की पीठ थपथपाते हुए शाबाशी देकर कहा– मोनू... जीते रहो बेटा। मोनू अब अपने सारे पुरस्कृत मित्रों में अपने को अकेला महसूस नहीं कर रहा था। उसे भी उसकी मेहनत का ईनाम मिल चुका था। वह अब स्कूल में सभी बच्चों के लिए स्वच्छता का उत्कृष्ट उदाहरण बन गया था।

माँ एक मानव संसाधन से परिपूर्ण जीवन

माँ को संसार में सर्वाधिक ऊँचा दर्जा प्राप्त है। माँ को सर्वाधिक सम्मान की दृष्टि से देखा जाता है। क्या कारण है? इसके लिए निम्न तथ्यों पर गौर करते हैं।

- माँ रात भर जागती है। यह सुनिश्चित करने के लिए कि बच्चा अच्छी प्रकार से सो पाए। अर्थात् बच्चे की नींद के लिए अपनी नींद का त्याग करती है।
- इससे पहले कि बच्चा नींद से जाग जाए फटाफट अपना कार्य निपटाती है ताकि बच्चे के जागने पर उसकी तरफ पूरा ध्यान दिया जा सके।
- अपना कार्य समय से पहले निपटाती है ताकि बच्चे को पूरा समय दे सके।
- उसे प्रथम शिक्षा भी देती है और फिर उसके आगे की सही दिशा/शिक्षा से आनन्दित होती है।
- बच्चे को कभी-कभी दण्ड भी देती है अर्थात् पिटाई भी करती है किन्तु बच्चे की भलाई के लिए और बच्चे की सफलता पर गर्व करती है।

इस प्रकार हम पाते हैं कि माँ का जीवन मानव संसाधन से परिपूर्ण है। यही कारण है कि माँ को संसार में सर्वाधिक सम्मान-जनक स्थान प्राप्त है।

प्रस्तुति : सुकर्मपाल गिरि

प्रेरक-प्रसंग : सुकृति आहूजा

माँ क्या सोचेगी?

माँ बच्चों की जान होती है। माँ की गोद में बच्चा पलता और बड़ा होता है। माँ बच्चे का जहाँ हर प्रकार से ध्यान रखती है वहीं वह उसके नैतिक और समग्र उत्थान के लिए सुन्दर शिक्षा भी देती रहती है। जीवन में बच्चा आगे चलकर जो कुछ करता है उसमें माँ की शिक्षाओं का बहुत ज्यादा असर होता है।

नैतिकता से भरपूर ऐसा ही एक दृष्टान्त है। एक दौड़ प्रतियोगिता में केन्या देश का प्रतिनिधित्व कर रहा एथलीट 'हाबिल मुताई' चिन्हों को ठीक से नहीं समझने के कारण 'दौड़ पूरी हो गयी' यह सोचकर फिनिश लाइन से सिर्फ कुछ ही फुट की दूरी पर रूक गया। उसके पीछे आ रहे स्पेनिश एथलीट 'इवान फर्नांडीज' ने चिल्लाकर उसे रेस जारी रखने के लिए कहा। लेकिन मुताई को स्पेनिश में कहा गया शब्द समझ में नहीं आया। इसके बाद स्पेनिश एथलीट ने उसे जीत के लिए धक्का दे दिया।

पत्रकार ने इवान से पूछा– आपने केन्याई धावक को जीत क्यों दिलाई? इवान ने जवाब दिया, "मैंने उसे जीत नहीं दिलाई वह जीतने ही वाला था।" पत्रकार ने फिर पूछा– "लेकिन आप जीत सकते थे।"

इवान ने जो कहा वह बहुत मार्मिक और प्रेरणादायी है। उसने जवाब दिया "लेकिन मेरी इस जीत से क्या होता? ऐसी जीत से मिले पदक का सम्मान क्या होगा? मेरी माँ इस बारे में क्या सोचेगी?" वह प्रतियोगिता में दूसरे स्थान पर रहा पर मूल्यों की प्रतियोगिता में वही विजयी रहा।

आओ जानें !

प्रस्तुति : विभा वर्मा

समुद्र नीला क्यों दिखता है?

सूर्य के प्रकाश में सात रंग होते हैं। जब भी किसी वस्तु पर सूर्य का प्रकाश पड़ता है तो वह वस्तु सात में से छह रंगों का अवशोषण कर लेती है और जिस भी सातवें रंग का अवशोषण नहीं हो पाता है वह वस्तु उसी रंग की हमें दिखाई पड़ती है। गहरे सागर का जल भी प्रकाश के 6 रंगों का तो अवशोषण भली प्रकार कर लेता है लेकिन नीले रंग का अवशोषण नहीं कर पाता है अत: समुद्र हमें नीला दिखाई देता है।

फोन पर वार्तालाप कैसे करते हो?

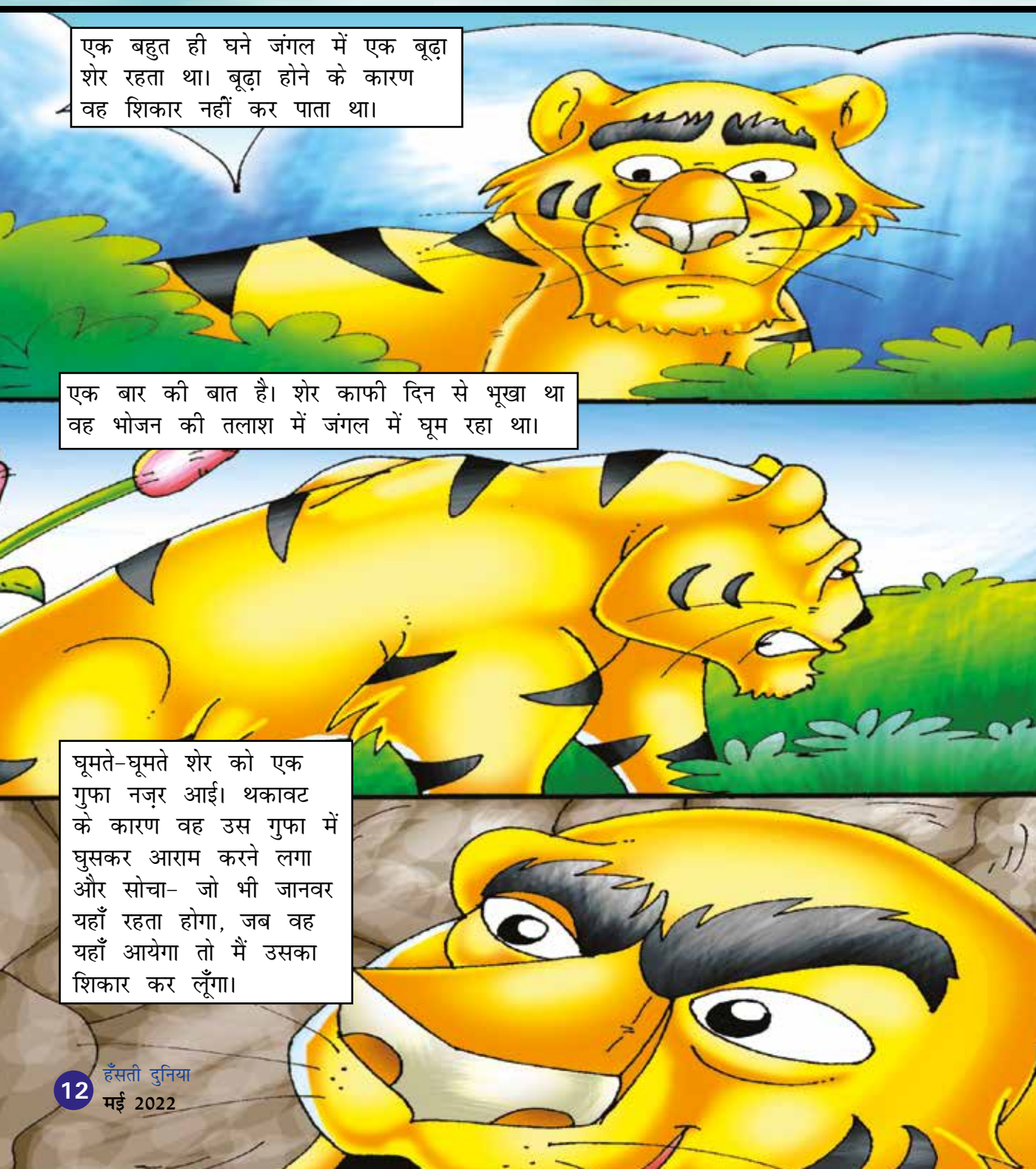
मोबाइल फोन की कार्य-प्रणाली विद्युत-चुम्बकीय तरंगों पर आधारित है। मोबाइल फोन का ट्रांसमीटर ध्वनि ऊर्जा को विद्युत चुम्बकीय स्पन्दनों में बदल देता है। इन विद्युत चुम्बकीय तरंगों को अन्तरिक्ष में परिक्रमारत संचार उपग्रह के यन्त्र ग्रहण करके तथा शक्तिशाली बनाकर गंतव्य की ओर प्रेषित कर देता है। गंतव्य मोबाइल का रिसीवर इन विद्युत चुम्बकीय तरंगों को ध्वनि ऊर्जा में बदल देता है। इस प्रकार मोबाइल फोन द्वारा आपका वार्तालाप सम्भव हो पाता है।

इन्द्रधनुषी क्रांति क्या है?

नई राष्ट्रीय कृषि नीति में दुग्ध (श्वेत क्रांति) मत्स्य उत्पादन (नीली क्रांति) तिलहन उत्पादन (पीली क्रांति) और खाद्यान्न उत्पादन (हरित क्रांति) सभी के समग्र रूप से विकसित करने की रणनीति अपनाई गई है। जिसे इन्द्रधनुषी क्रांति कहते हैं।

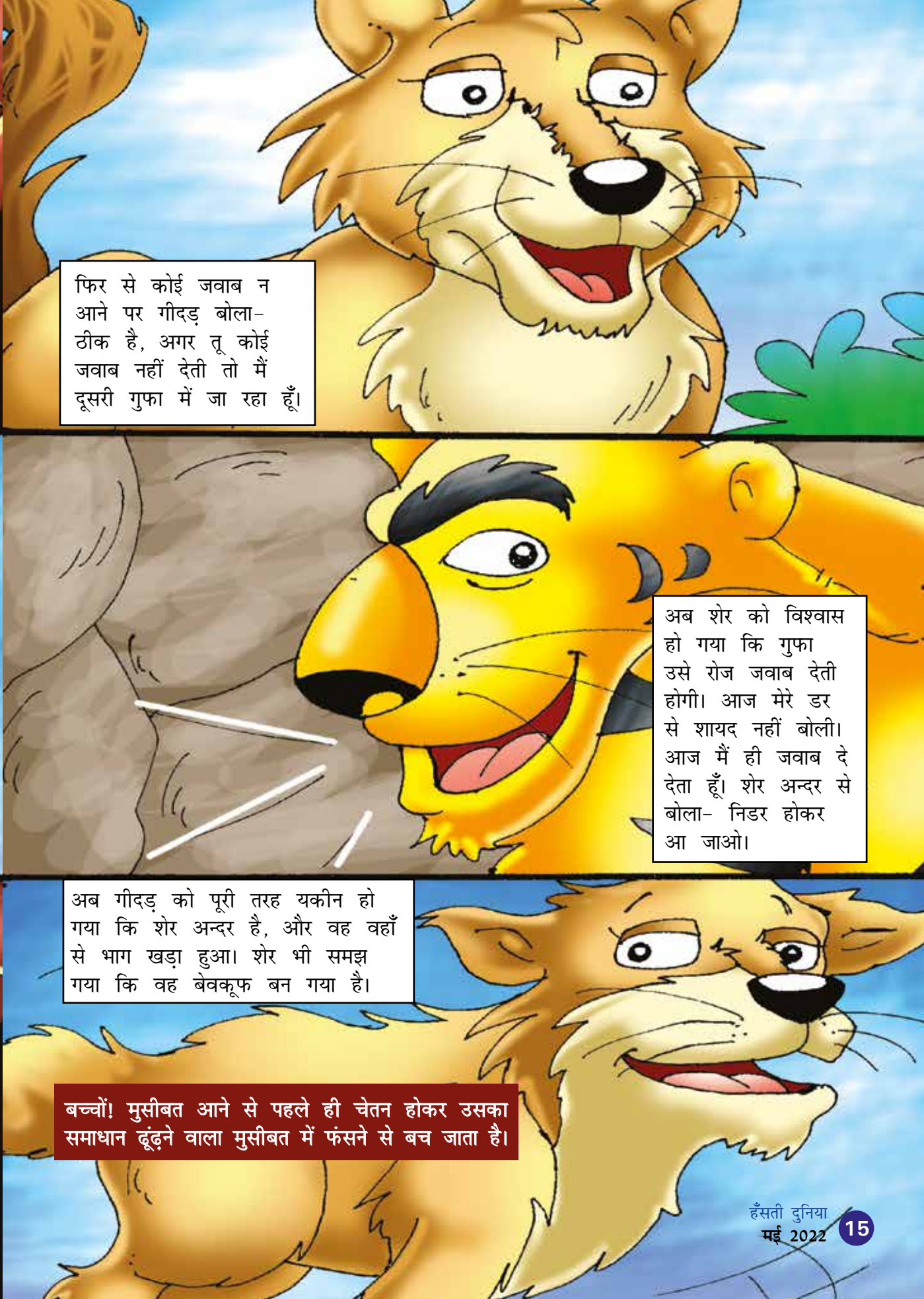
चित्रकथा

चित्रांकन एवं लेखन : अजय कालड़ा



शाम हो चुकी थी। उस गुफा में एक गीदड़ रहता था, जो शाम होने पर गुफा की ओर बढ़ रहा था।
गीदड़ रोज की तरह अपनी मस्ती में अपनी गुफा की ओर बढ़ रहा था कि अचानक उसकी नज़र जमीन पर पड़े शेर के पैरों के निशान पर पड़ी।
गीदड़ उन पैरों के निशान के पीछे चलता-चलता अपनी ही गुफा के द्वार पर पहुँच गया।

गीदड़ ने ध्यान से शेर के पैरों के निशान देखे। उसे पैरों के निशान गुफा के अन्दर जाने के नज़र आये, लेकिन बाहर आने के निशान नहीं मिले। अब वह सोचने लगा कि वह क्या करे!
शेर गुफा में है या नहीं इस बात की पुष्टि करने के लिए उसने एक तरकीब सोची। उसने गुफा को आवाज़ लगाई – हे गुफा मैं अन्दर आ जाऊँ...।
गुफा से कोई आवाज़ नहीं आने पर उसने फिर से आवाज़ लगाई – हे गुफा आज तुझे क्या हो गया, रोज तो तू मुझे जवाब देती है आज जवाब क्यों नहीं देती?


फिर से कोई जवाब न आने पर गीदड़ बोला- ठीक है, अगर तू कोई जवाब नहीं देती तो मैं दूसरी गुफा में जा रहा हूँ।
अब शेर को विश्वास हो गया कि गुफा उसे रोज जवाब देती होगी। आज मेरे डर से शायद नहीं बोली। आज मैं ही जवाब दे देता हूँ। शेर अन्दर से बोला- निडर होकर आ जाओ।
अब गीदड़ को पूरी तरह यकीन हो गया कि शेर अन्दर है, और वह वहाँ से भाग खड़ा हुआ। शेर भी समझ गया कि वह बेवकूफ बन गया है।
बच्चों! मुसीबत आने से पहले ही चेतन होकर उसका समाधान ढूंढ़ने वाला मुसीबत में फंसने से बच जाता है।

प्रस्तुति : डॉ. कमलेंद्र कुमार

नाम बताओ ...

1. प्रथम हटे लू बन जाऊँ,
दो अक्षर का मेरा नाम।
सब्जियां का मैं हूँ राजा,
नाम बताओ चतुर सुजान।।

2. प्रथम हटे तो बुन बुन जाता,
मध्य हटे तो बनता सान।
धुलाई के काम मैं आता,
नाम बताओ चतुर सुजान।।

3. दूर देश की खबर मैं लाता,
चार अक्षर का मेरा नाम।
प्रिंट मीडिया से गहरा नाता,
नाम बताओ चतुर सुजान।।

4. देश विदेश की खबर दिखाऊँ,
सबके आता हूँ मैं काम।
इलेक्ट्रॉनिक मीडिया से नाता मेरा,
नाम बताओ चतुर सुजान।।

5. लकड़ी से मैं बनने वाली,
दो अक्षर का मेरा नाम।
लोग बैठते मुझ पर प्यारे,
नाम बताओ चतुर सुजान।।

6. आसमान में टिम टिम करता,
दो अक्षर का मेरा नाम।
दिन में गायब मैं हो जाता,
नाम बताओ चतुर सुजान।।

7. बच्चे, बूढ़े मुझ पर लिखते,
दो अक्षर का मेरा नाम।
पेन पेंसिल से गहरा नाता,
नाम बताओ चतुर सुजान।।

8. बावन सेंकड में गाया जाऊँ,
बच्चो ऐसा मैं हूँ गान।
रवीन्द्रनाथ टैगोर की रचना प्यारी,
नाम बताओ चतुर सुजान।।

9. बंकिमचन्द्र चटर्जी की रचना प्यारी,
मिल-जुलकर सब गाते गान।
अपने देश का गीत हूँ प्यारे,
नाम बताओ चतुर सुजान।।

(सही उत्तर किसी अन्य पृष्ठ पर देखें)

कविता : सुमेश निषाद

माँ सुख पहुँचाती

सहनशीलता की मूरत,
हर मन को भाती माँ।
प्यार भरी ममता की देवी,
प्यार लुटाती माँ।।

जीवन के मरुस्थल में,
शीतल झरने सी माँ।
बिना स्वार्थ दे प्यार हमेशा,
सुख पहुँचाती माँ।।

कभी प्रेम से कभी डांट कर,
बात बताती माँ।
निष्ठा प्रेम से उन्नति का,
हर पाठ पढ़ाती माँ।।

धूप छांव में घुली-मिली सी,
मन में रहती माँ।
प्रोत्साहित करती प्रिय लगती,
सब सिखलाती माँ।।

बाल कविता : परशुराम शुक्ल

माँ कुछ ऐसी होती है

मुझको सूखा बिस्तर देती,
खुद गीले बिस्तर पर सोती है।
खेल खेलती, बातें करती,
हाथ पकड़ चलना सिखलाती।
रूखा-सूखा खुद खा लेती,
सबसे अच्छा मुझे खिलाती।
माँ कुछ ऐसी होती है।

चलते-चलते गिर पड़ता तो,
मुझे उठाकर सहला देती।
चोट लगे तो मैं रो देता,
मेरे संग वह भी रो देती।
उसके भीतर मैं रहता हूँ,
मेरे भीतर वह होती है।
माँ कुछ ऐसी होती है।

लेख : कैलाश जैन

'लू' के प्रकोप से बचने के लिए

गर्मियों की शुरुआत हो गई। इसलिये प्यास बहुत अधिक लगती है। आप जानते हैं ऐसा क्यों होता है? दिनभर तेज गर्द-भरी हवाएं चलने लगती हैं। ऐसे मौसम में दिन की धूप में अधिक घूमने-फिरने से शरीर का पानी पसीना बनकर निकल जाता है और शरीर में पानी की कमी हो जाती है तथा शरीर को पर्याप्त मात्रा में पानी नहीं मिल पाता जिस कारण अक्सर 'लू' लग जाना सामान्य बात है। यदि समय पर रोगी का उचित उपचार नहीं किया जाए तो यह खतरनाक भी हो सकती है, यहाँ तक कि 'लू' के कारण रोगी की मृत्यु भी हो सकती है।

गर्मियों में शरीर से अधिक मात्रा में पसीना निकलता है जिससे शरीर में पानी तथा 'सोडियम आयन' नामक खारीय तत्व का अभाव हो जाता है। पसीने द्वारा लवण शरीर से बाहर निकल जाने से खून में लवणों की मात्रा कम हो जाती है। वातावरण में तापमान का परिणाम बढ़ने से जब ताप-नियंत्रण की शरीर की स्वाभाविक क्षमता समाप्त होने लगती है तब रक्त संचार की गति कम हो जाने से रक्तचाप गिरने लगता है। शरीर की इस अव्यवस्थित स्थिति को ही 'लू लगना' कहा जाता है।

'लू' लगने से उसके लक्षण रोगी में साफ नजर आने लगते हैं। रोगी का मुँह लाल हो जाता है। भयंकर सिरदर्द होता है, त्वचा में खिंचाव होने लगता है। लू लगने पर शरीर का तापमान अचानक बहुत बढ़ जाता है। 104 से 107 डिग्री फॉरनहाइट तक बुखार पहुँच जाता है। गले में खुश्की आना, भूख न लगना, चक्कर आना, कै होना, पीले रंग का पेशाब आना आदि लक्षण प्रकट करते हैं कि रोगी को 'लू' लग गई है। 'लू' के अधिक प्रकोप से रोगी मांसपेशियों में ऐंठन अनुभव करता है। कई बार तो बेहोशी भी आ जाती है। ऐसी हालत में तुरन्त नजदीकी अस्पताल या डॉक्टर के पास रोगी को ले जाएं।

'लू' से बचाव के लिए हमें सबसे पहले मौसम के बदलाव के साथ ही अपने आहार में समुचित परिवर्तन करना चाहिए। गर्मी शुरू होते ही अधिक से अधिक पानी पीना शुरू करना चाहिए। भोजन में भी सादा और जल्दी पचने वाला खाना, शीतल पेय जैसे दही, छाछ आदि लेना चाहिए। इस मौसम में भोजन के साथ प्याज का सेवन अनिवार्य रूप से करें। यदि आप किसी अन्य रोग से पीड़ित न हो तो भोजन में नमक की मात्रा भी कुछ बढ़ा दें क्योंकि गर्मी में पसीने के रूप में शरीर से पानी व नमक बाहर निकलता है। शारीरिक

संतुलन को बनाए रखने के लिए इसकी पूर्ति बेहद जरूरी है।

इसके अलावा धूप में कहीं जाने से पूर्व पर्याप्त मात्रा में पानी पीएं। यदि आप धूप में या किसी गर्म जगह पर कार्य करते हैं तो हर एक-डेढ़ घंटे बाद कम से कम दो गिलास पानी पीएं। धूप में चलते समय छाते का उपयोग करें अथवा गर्मी से बचाव के लिए सिर पर सूती कपड़ा रख लें। एक साथ बहुत दूरी तक न जाएं और बीच में छायादार स्थान पर रूककर कुछ देर विश्राम कर लें। धूप में कहीं जाते समय हो सके तो धूप के चश्मे का उपयोग करें।

दही का मट्ठा या भुने हुए कच्चे आमों का शरबत इन दिनों सपरिवार नियमित रूप में सेवन करें। सलाद में पुदीना, कच्चे प्याज, हरी पत्तेदार सब्जियां आदि काम में लें। सुबह-शाम दोनों समय शीतल जल से स्नान करें।

ऐसा करके आप 'लू' के प्रकोप से आसानी से बच सकते हैं। फिर भी लू लगने की स्थिति में रोगी का तत्काल उपचार करना अत्यन्त आवश्यक है। यदि समय पर रोगी के तापमान को नियंत्रित नहीं किया गया तो स्थिति बिगड़ने की आशंका रहती है। रोगी को खुले व छायादार स्थान पर ठंडी जगह पर लिटाइए। रोगी के वस्त्र खोल दें तथा उसके सिर पर ठंडे पानी का तौलिया रखें। हाथ-पैर और तलवों पर भी बर्फ के टुकड़ों से मालिश करते रहें। कमरे के पंखे व कूलर को पूरी गति से चालू कर दें ताकि बढ़ते हुए तापमान पर काबू पाया जा सके।

मरीज को ठंडे पानी में नमक व चीनी मिलाकर पिलाइए। संतरे, नीबू आदि का रस भी ग्लूकोज मिलाकर दिया जा सकता है। रोगी के शरीर का तापमान कम करने के हर सम्भव प्रयास किये जाने चाहिए। तापमान 100 या 101 डिग्री तक कम हो जाए तो कुछ आश्वस्त हो जाएं और उपचार में कमी कर दें। यदि जलन या उल्टी होने लगे तो रोगी को पुदीना और सौंफ का अर्क पानी में मिलाकर कुछ समय के अन्तर में देना चाहिए। इसी प्रकार पानी में कपूर का अर्क मिलाकर भी दिया जा सकता है।

रोगी को प्याज का रस तथा उबले हुए कच्चे आम का शरबत पिलाना भी लाभदायक है। तुलसी के पत्तों में देशी शक्कर का शरबत मिलाकर देने से भी 'लू' में राहत मिलती है। चन्दन का शरबत, हरे धनिये की चटनी, पालक की सब्जी, साबूदाना आदि भी लू के उपचार में खासे गुणकारी होते हैं।

'लू' का प्रकोप शान्त हो जाने के पश्चात् भी एहतियात के तौर पर रोगी को कम से कम एक सप्ताह तक खान-पान और रहन-सहन में सतर्कता बरतनी चाहिए। खासतौर पर गर्मी व धूप से बचना जरूरी है। विशेष रूप से बच्चों, कमजोर व वृद्ध व्यक्तियों को यथासम्भव प्राथमिक सावधानियां बरतकर लू के प्रकोप से बचना चाहिए क्योंकि इनमें रोग से लड़ने की प्रतिरोधात्मक क्षमता अपेक्षाकृत कम होती है।

कहानी : डॉ. विकास मानव

निडर बालक मल्हारी

बात औरंगजेब बादशाह के समय की है। बादशाह अगर किसी की धाक मानता था तो केवल मराठों की। दिल्ली का यह शहंशाह बाजीराव के पराक्रम उनकी चतुरता वीरता व दूरदर्शिता से प्रभावित था। उनके अलावा किसी को कुछ नहीं समझता था। मुगल सैनिकों ने महाराष्ट्र में लूटपाट व दहशत मचा रखी थी। घोड़ों पर सवार ये सैनिक जब भी किसी गाँव से होकर गुजरते तो फसलें नष्ट कर देते। भेड़-बकरियां जो भी हाथ आती, ले जाते और काटकर खा जाते। कई बार तो गरीबों की झोपड़ियां भी जला देते। लोग इन उपद्रवों से त्रस्त थे।

उस दिन होल नामक गाँव के बाहर कुछ बच्चे अपनी भेड़-बकरियां तथा गाय-बैलों को चरा रहे थे। अचानक उनका ध्यान नदी की तरफ उड़ते धूल के बादलों ने खींचा। सभी को पीछे घटित सबकुछ याद आ गया। वे डर गये। अपने-अपने पशुओं को घर की ओर हांकने लगे।

डरते क्यों हो? आज सभी मिलकर उनका मुकाबला करेंगे। बारह वर्षीय मल्हारी नाम के एक बालक की इस बात को कोई भी मानने को तैयार न हुआ।

सभी बच्चे चले गये। मल्हारी वहाँ

स्थित एक पेड़ की ओट में खड़ा रहा। चार-पांच घुड़सवार तभी अचानक उसके सामने से निकले। सबसे आगे सिर पर पगड़ी बांधे उनका सरदार था। ज्यों ही वह उस बच्चे के सामने से निकला उसके मुँह पर मिट्टी के ढेले की एक जोरदार चोट लगी। लहू-लुहान मुख लिये सरदार घोड़े से उतर गया। तब तक उसके साथी भी वहाँ आ गये। बच्चा वहाँ से भाग निकला था। सरदार ने कहा, 'आज हमारा तम्बू इसी गाँव में लगेगा।' गाँव की ओर भागते हुए बच्चे को उसने देख लिया था। यह सरदार बाजीराव पेशवा थे।

उन्होंने अपने साथियों को निर्देश दिया कि गाँव में जाओ और उस बालक को ढूंढ़कर लाओ जिसने ऐसी हरकत की है।

मल्हारी के पिता का स्वर्गवास हो चुका था। माँ उसे लेकर मायके में रह रही थी। माँ बच्चे के मुख से घटना को सुनकर घबरा गई थी। वह रो रही थी कि दो घुड़सवार आ धमके। माँ ने बेटे को पीछे छुपाना चाहा किन्तु वह आगे बढ़कर बोला– क्यों मिट्टी के ढेले से पेट नहीं भरा क्या?

वे बच्चे को पकड़कर ले जाने लगे। आगे घुड़सवार, साथ में मल्हारी तथा उसके पीछे-पीछे गाँव के बच्चे, बूढ़े, स्त्री-पुरुष माँ रोती-चिल्लाती जा रही थी।

सरदार के सामने सारी भीड़ खड़ी थी।

–तुमने ढेला मारा?– सरदार ने बच्चे से तीखा प्रश्न किया।

–हाँ–

–क्यों?–

–तुम लोग बार-बार हमारे गाँव में आकर हमारा नुकसान करते हो। हमें परेशान करते हो इसीलिए।–

बालक का निर्भीक उत्तर सुनकर सरदार सकते में आ गया। उन्होंने कहा– तुम बहादुर लड़के हो। तुमने बहुत अच्छा किया। लेकिन तुम्हारे ढेला मारने से मेरा गाल घायल हो गया जबकि मैंने तुम्हारे गाँव का कुछ नहीं बिगाड़ा।

पेशवा ने बालक की माँ तथा उसके मामा को बुलाकर कहा– आप इस बालक को हमारे हवाले कर दो। वहाँ मौजूद ग्रामवासी, माँ व मामा

के साथ हाथ जोड़कर बच्चे के अपराध की क्षमा मांगने लगे।

पेशवा ने उन्हें समझाया कि उनका बालक बड़ा होनहार है। वह बहुत बड़ा बहादुर सिपाही बनेगा। इसीलिए वे उसे अपने साथ छत्रपति शाहू महाराज की छत्रछाया में ले जाना चाहते हैं। वे खुशी-खुशी बच्चे को जाने दें।

सभी को जब पता चला कि ये तो बाजीराव पेशवा हैं तो वे खुशी से उछल पड़े। आगे चलकर यह बालक बहुत बड़ा पराक्रमी तथा शूरवीर सेनापति बना।

पौराणिक कथा : चन्द्रभान

समझदारी

एक गधा मैदान में घास चर रहा था। जब उसने सिर उठाकर देखा तो एक बाघ उस पर आक्रमण करने को तैयार था। बाघ और उसके बीच की कम दूरी को देखकर गधे की समझ में आ गया कि अब प्राण बचाकर भागना तो असम्भव है क्योंकि बाघ एक छलांग लगाकर मेरा काम तमाम कर देगा। गधे ने बुद्धि से काम लेने की सोची। वह अपने पिछले पैर से लंगड़ाकर चलने लगा।

बाघ ने गधे के पास जाकर उसके लंगड़ाकर चलने का कारण पूछा।

गधे ने बाघ से कहा– भाई दौड़ते समय पैर में एक लम्बा तथा मोटा कांटा चुभ गया। इस कांटे से मेरे पैर में दर्द हो रहा है।

बाघ बोला– फिर क्या करना चाहिए?

गधा बोला– यदि तुम मुझे खाना चाहते हो तो पहले मेरा यह कांटा निकाल दो। नहीं तो यह कांटा तुम्हारे गले में अटक जायेगा और तुम्हें अपने प्राण गंवाने पड़ेंगे।

बाघ ने गधे की बात मान ली। तत्पश्चात् बाघ ने गधे के पैर को बड़े आराम से उठाया और चुभे हुए कांटे को ढूंढ़ना शुरू किया। गधे ने यही अवसर सही समझा और उसने कसकर बाघ को दुलत्ती जमाई और हवा की गति से भाग निकला। गधे की जोरदार दुलत्ती और एकाएक चोट से बाघ का मुँह टेढ़ा हो गया। उसके सामने के दांत टूट गये और जबड़े से खून आने लगा।

अन्त में वह मन मसोसकर भूखा ही लौट गया।

शिक्षा : यदि धैर्य और बुद्धि से काम लिया जाए तो बलवान शत्रु को भी पराजित किया जा सकता है।

प्रस्तुति : मनोज बाथरे

वृक्षों से प्यार

पर्यावरण से तुम प्यार करो,
वृक्षों को तुम तैयार करो।
मिलेगी इससे सबको शांति,
ऐसा प्रयत्न तुम हर बार करो।।

रहें हमेशा हँसती दुनिया,
ऐसी कृपा तुम अपार करो।
होगी संसार में फिर खुशियां,
ऐसी खुशियां पैदा हजार करो।।

कविता : सुभाष यादव

वृक्षों को समझो संतान

जीवन रक्षक वृक्ष महान,
हरियाली प्रकृति परिधान।
जीवन का कर लो कल्याण,
वृक्षों को समझो संतान।।
गर्मी बारिश का समाधान,
मानव जीवन का उपादान।
मानव जीवन का अमृत पान,
वृक्षों को समझो संतान।।
वृक्षों से ही इस धरती पर,
खुशियों के अंबार तमाम।
जंगल में ही मंगल जान,
वृक्षों को समझो संतान।।
धरती पर हो तुम वरदान,
नदी और तालाब हैं इनसे।
वृक्षों से जग का कल्याण,
वृक्षों को समझो संतान।।

क्या आप जानते हैं

- चन्द्रयान चंद्रमा की ओर भेजा जाने वाला भारत का पहला अंतरिक्ष यान है।
- पहला ज्ञानपीठ पुरस्कार वर्ष 1965 में मलयालम कवि गोविंद शंकर कुरूप को दिया गया था।
- बिच्छू की लगभग 2000 प्रजातियां होती हैं जो न्यूजीलैंड व अंटार्कटिक को छोड़कर विश्व के सभी भागों में पायी जाती हैं।
- रेफ्लीशिया के फूल की कली को खिलने में नौ से बारह महीने का समय लगता है।
- अफ्रीकन हाथियों के कान भारतीय हाथियों से बड़े होते हैं।
- चीटियां अपने वजन से 30 गुना ज्यादा दबाव लगा सकती हैं और 50 गुना ज्यादा वजन उठा सकती हैं।
- उल्लू भले ही अपनी आँखें नहीं घुमा सकता लेकिन वह अपने शरीर का कोई अन्य अंग हिलाए बिना अपने सिर को बिल्कुल पीछे घुमाकर देख सकता है।
- चूहा ऊँट से भी ज्यादा दिनों तक पानी के बिना रह सकता है।
- एक्स-रे दिखती नहीं है लेकिन वह नीले रंग की होती है।
- झींगुर तापमान ठंडा या गर्म होने पर अलग-अलग तरह की आवाज को सुनकर तापमान के ठंडे या गर्म होने का अंदाजा लगा लेते हैं।
- नीला रंग मच्छरों को किसी अन्य रंग की अपेक्षा ज्यादा आकर्षित करता है।
- हमारे पैरों तले पृथ्वी का केन्द्र 4000 मील नीचे है।
- सबसे खारा सागर डैड सी (मृत सागर) है।
- विश्व का सबसे बड़ा महासागर प्रशान्त महासागर है।
- साइबेरिया की बैकाल झील विश्व की सबसे गहरी झील है।
- अमोनिया सबसे ठण्डी गैस है।
- देवी सरस्वती को विद्या और ललित कलाओं की देवी माना जाता है।
- 'बैनाना आयल' केले से नहीं निकलता। इसे कोयले के रासायनिक आसवन से प्राप्त किया जाता है।
- विश्व में सबसे ज्यादा होने वाली बीमारी दंतक्षय है।
- ऑस्ट्रेलिया के ऊपरी हिस्से में स्थित 'एल्म' नाम का टापू लगातार एक किनारे से दूसरे किनारे तक तैरता रहता है।
- नील नदी का पानी गर्म होता है।
- सऊदी अरब में एक भी नदी नहीं है।

–प्रस्तुति : प्रदीप कुमार

प्रेरक कहानी : नीलम ज्योति

वरदराज का कायाकल्प

बहुत पुरानी बात है। एक गुरुकुल में वरदराज नाम का एक बालक पढ़ता था। उसका मन पढ़ने-लिखने में नहीं लगता था। सभी विद्यार्थी उसका मजाक उड़ाते थे। कोई उसे 'बुद्धू' कहता तो कोई 'मूर्खराज'। कुछ सहपाठी कहते कि जब भगवान बुद्धि बांट रहे थे, तब वह सो रहा था। उसे स्वयं भी यही लगता कि वह बुद्धू है, मूर्ख है। इसलिए वह पढ़-लिख नहीं सकता।

गुरुजी उसे बहुत समझाते लेकिन वरदराज की समझ में कुछ नहीं आता था। एक दिन गुरुजी ने निराश होकर कहा– बेटे वरदराज! पढ़ना-लिखना तुम्हारे वश की बात नहीं। लगता है ईश्वर ने तुम्हारे भाग्य में विद्या लिखी ही नहीं है। इससे तो यही अच्छा है कि तुम अपने घर लौट जाओ। वहाँ अपने पिता के काम में हाथ बंटाओ।

गुरुजी की बात सुनकर वरदराज को बड़ा दुख हुआ। वह अपने साथियों से विदा लेकर तथा गुरुजी के पांव छूकर घर की ओर चल पड़ा। चलते-चलते वह थक गया। उसे भूख भी सताने लगी। रास्ते में खाने के लिए गुरुजी ने उसे थोड़ा-सा सत्तू दिया था। उसे उस सत्तू की याद आई। उसने अपने थैले से सत्तू निकाला और एक ओर बैठकर उसे खाने लगा। कुछ दूरी पर एक स्त्री कुएँ से पानी भर रही थी। वह पानी पीने वहाँ पहुँचा।

उसने स्त्री से पीने के लिए पानी मांगा। जब स्त्री रस्सी से पानी खींच रही थी तो अचानक उसका ध्यान कुएँ की जगत पर बने गड्ढों की ओर गया। वह स्त्री से बोला– घड़े रखने के लिए आपने कितने अच्छे गड्ढे बनाएं हैं।

उसकी भोली बातें सुनकर स्त्री ने उसे समझाया कि ये गड्ढे बार-बार घड़ों को रखने से अपने आप बन गये हैं। किसी ने इन्हें नहीं बनाया है। वरदराज के आश्चर्य का ठिकाना न रहा। उसने पूछा– क्या सचमुच ही ये गड्ढे अपने आप बने हैं? क्या मिट्टी के घड़ों में इतनी ताकत है कि वे पत्थर को घिस दें?

स्त्री ने उसे समझाया– हाँ बेटा, यह देखो, कुएँ की जगत पर रस्सी ने भी घिस-घिसकर निशान बना दिये हैं।

वरदराज ने मन में सोचा कि जब मिट्टी के घड़े और कोमल रस्सी से पत्थर घिस सकता है तो बार-बार अभ्यास करने से क्या मैं विद्या प्राप्त नहीं कर सकता।

मन में यह बात आते ही उसकी निराशा और दुख दूर हो गया। उसने मन में ठान लिया– 'मैं खूब परिश्रम करूंगा। बार-बार अभ्यास करूंगा।'

वह गुरुकुल लौट आया। गुरुजी को प्रणाम करके उसने अपने मन की बात बताई। सारी बात सुनकर गुरुजी प्रसन्न हो उठे। गुरुजी ने उसे पुनः पढ़ाना शुरू किया। वरदराज खूब मन लगाकर पढ़ने लगा। वह अभ्यास के महत्व को समझ चुका था। कुएँ की घटना ने उसका कायाकल्प कर दिया था।

बच्चो! बड़ा होकर यह बालक वरदराज ही संस्कृत भाषा के प्रकाण्ड विद्वान बने। इनकी ख्याति सारे भारत में फैल गई। इन्होंने संस्कृत भाषा का व्याकरण भी लिखा।

परोपकार का सुख

इंग्लैंड की बात है। उस समय वहाँ का राजा सप्तम एडवर्ड था।

उसकी पत्नी का नाम था– एलेक्जैंड्रा। वह विनम्र और मधुर स्वभाव की महिला थी। यही नहीं, मेहनती भी खूब थी। बचपन से ही ये गुण उसमें मौजूद थे। एक क्षण भी फिजूल बर्बाद करना उसे पसन्द नहीं था।

विवाह के बाद उसकी सुख-सुविधा काफी बढ़ गई। प्रत्येक काम के लिए नौकर थे। वह क्या काम करे? यह समस्या उसके सामने उठ खड़ी हुई क्योंकि खाली बैठे रहना उसे बिल्कुल अच्छा नहीं लगता था। काफी सोच-विचार के बाद उसे अपने लिए एक काम ढूंढ ही निकाला। वह गरीब लोगों को बांटने के लिए कपड़े खुद अपने हाथों से सीया करती और उन्हें बांटने के लिए उनके मोहल्ले में भी खुद ही जाया करती। दरअसल परोपकार के काम से जो आत्मिक सुख मिलता, वह सुख उसे कभी विलास और सुविधा-सामग्री में नहीं मिला।

प्रस्तुति : राधेलाल 'नवचक्र'

वैज्ञानिक जानकारी :
घमंडीलाल अग्रवाल

विज्ञान प्रश्नोत्तरी

प्रश्न : नदी की अपेक्षा समुद्र के पानी में तैरना आसान क्यों होता है?

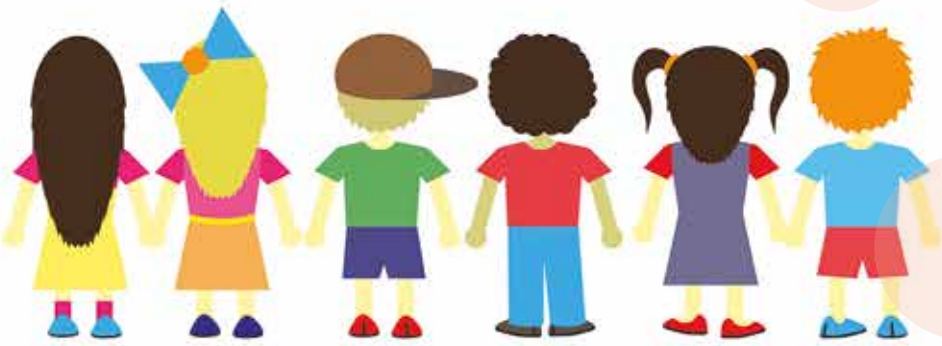
उत्तर : किसी वस्तु के एकांक आयतन की संहति को उस वस्तु को घनत्व कहते हैं। नदी की अपेक्षा समुद्र के पानी का घनत्व अधिक होता है। जब तुम समुद्र के पानी में तैर रहे होते हो तो तुम्हारे द्वारा हटाए गये पानी का भार नदी में तैरने पर हटाए गये पानी के भार से ज्यादा होता है। अतः समुद्र के पानी में तुम्हारे भार में नदी की अपेक्षा अधिक कमी आ जाती है। दूसरी ओर, अधिक घनत्व के कारण से समुद्र के पानी में उत्प्लावन-बल (वस्तु को द्रव में डुबोने पर द्रव द्वारा उस पर ऊपर की ओर लगाया गया बल) भी अधिक लगता है जिससे तुम आसानी से तैर सकते हो।

प्रश्न : नमकीन पानी में अण्डा क्यों तैरता है?

उत्तर : आमतौर पर पानी का घनत्व कम होता है किन्तु नमक मिलाते ही पानी का घनत्व भी बढ़ने लगता है। जब घनत्व में वृद्धि हो जाती है तो स्वाभाविक है उत्प्लावन-बल में भी वृद्धि हो। बस, इसी कारण से साधारण जल की अपेक्षा नमकीन पानी में अण्डा सरलता से तैरता रहता है।

प्रश्न : खाली ट्रक की तुलना में सामान से भरे हुए ट्रक को रोकना कठिन क्यों होता है?

उत्तर : संसार की प्रत्येक वस्तु अवस्था परिवर्तन (विराम से गति तथा गति से विराम में आना) का विरोध करती है। इस अवस्था परिवर्तन के विरोध करने के गुण को जड़त्व कहते हैं। खाली ट्रक की तुलना में सामान से भरे हुए ट्रक का जड़त्व अधिक होता है। किसी भी गति करती हुई वस्तु का जड़त्व जितना अधिक होगा, उसे रोकने के लिए तुम्हें उतना ही अधिक बल लगाना पड़ेगा। यही कारण है कि खाली ट्रक की तुलना में सामान से भरे हुए ट्रक को रोकना कठिन होता है।



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/-

विशेष लेख : गोपाल जी गुप्त

कीट-पतंगों की अजीब जीवनचर्या

इस सृष्टि में निवास करने वाले प्रत्येक जीव-जन्तु की जीवनचर्या अलग-अलग होती है। जिनमें कई विचित्रताएं देखने को मिलती हैं। कीट-पतंगों, कीड़ों-मकोड़ों को वैसे तो उष्ण एवं शीत वातावरण अधिक भाता है और इसी से वे जंगलों, पर्वतों, नदियों, घाटियों, सागरीय तटों तथा मैदानी इलाकों में बहुतायत से पाये जाते हैं जबकि महासागरों अथवा खारे पानी वाली झीलों के आसपास काफी कम पाये जाते हैं।

कीट वैज्ञानिकों का कहना है कि कीटों का जन्म लगभग 40 करोड़ साल पहले हुआ था तब से ये लगातार अपना रूप बदलते तथा वंश-वृद्धि करते पृथ्वी पर चारों ओर फैल चुके हैं। इनकी संरचना, वंश-वृद्धि क्षमता, जीवन-पद्धति, कार्य-कुशलता अति विचित्र है। सूई की नोंक से निकल जाने वाले अति सूक्ष्म कीट से लेकर 30 सेंटीमीटर तक लम्बे-चौड़े कीट-कीड़े पृथ्वी पर विद्यमान हैं। कुछ कीट एक समय में हजारों अंडे देते हैं तो कुछ बहुत कम, अपवादों को छोड़कर इनका जीवनचक्र कुछ घंटों-दिनों से लेकर कई सप्ताहों-महीनों तक होता है।

कीट शास्त्रियों के अनुसार विश्व में कीटों की 30 करोड़ प्रजातियां हैं जिनमें मात्र दशमलव दो प्रतिशत अर्थात् 15 लाख प्रजातियों की ही जानकारी हो सकी है। फूँगा (बॉटेल) जाति की ही 3 लाख प्रजातियां हैं। झींगुर, तिलचट्टे, टिड्डा, खटमल, तितली, जुगनू, पतंगें, जूँ, ततैया, पिस्सू, दीमक, मधुमक्खी, मक्खी, पाँखी आदि की अनेक प्रजातियों का पता कीट वैज्ञानिक लगा चुके हैं जबकि इनकी कई प्रजातियों के बारे में वैज्ञानिक जानकारी पाने के लिए अनुसंधान कर रहे हैं।

नन्हीं सी दिखने वाली चींटी अपने वजन से 50 गुना भार उठा सकती है। ये अपनी बांबियां (घर) बड़ी कुशलता से बनाती हैं और 120 डिग्री तापमान में भी रह सकती हैं। मक्खियों की किटीनोमिड प्रजाति भी 102 डिग्री से.ग्रेड तापमान में जीवित रहती है। भारत, श्रीलंका, ऑस्ट्रेलिया, जावा में हरे रंग की चींटियां भी मिलती हैं जो पेड़ों पर पत्तों की सिलाई कर 300

मिलीमीटर चौड़ा घोसला बनाती है जो कारीगरी का बेमिसाल नमूना होता है। इस नन्हीं हरी चींटी के मुँह में 10 से भी ज्यादा दाँत होते हैं जिनके सहारे पत्तों की सिलाई कर घोसला बनाती है, इसके लिए वह किसी पहले बने घोसले से कीट डिम्ब (लार्वा) को दाँतों से दबाकर धागा खींचकर उसी से सिलाई करती हैं। यदि कोई पत्ता चींटी की पहुँच से दूर होता है तो कई चींटियां एक-दूसरे को पकड़कर एक लम्बी श्रृंखला बनाती हैं फिर दूर वाले पत्ते तक पहुँच उसे खींचकर सिलती हैं। वृक्षों की ओट में बने ये घोसले सुरक्षित रहते हैं। इन चींटियों का भोजन अन्य सूक्ष्म ऐसे कीट होते हैं, जो कृषि उपज को नुकसान पहुँचाते हैं। अतः किसान इन्हें देखकर उत्साहित होते हैं। इन चींटियों के पेट में विशिष्ट तैलीय पदार्थ होते हैं जिनसे दवायें बनती हैं।

अफ्रीका में पीठ पर कूबड़ वाली चींटियां भी होती हैं। जो पेड़ों पर व्यवस्थित ढंग से मिट्टी का घरोंदा बनाती हैं जो इतने मजबूत होते हैं कि तेज बारिश तथा तूफान भी उनको नुकसान नहीं पहुँचा सकते। लायन ऐंट नामक चींटी की एक प्रजाति सूखे रेत में सूंड की तरह गड्ढा बनाकर बैठ जाती है जैसे ही कोई शिकार सामने आता है उस पर ये रेत कणों की तेज बौछार कर उसे गिरा देती हैं फिर उसे गड्ढे में खींच कर चट करती हैं।

कीट-पतंगें आपस में संगीत जैसी ध्वनि निकाल कर बातें करते हैं। कीट वैज्ञानिकों ने ऐसी 10,000 से अधिक प्रजातियों की खोज कर ली है। कुछ कीटों के सूंघने की शक्ति बहुत ही तीव्र होती है, कुछ तो 25-30 किलोमीटर दूर तक की गन्ध पा लेते हैं। कुछ प्रजातियां चारों ओर अपनी नजरें घुमाकर देख सकती हैं।

अधिकांश कीटों के पंख होते हैं जो प्रायः दोनों ओर दो-दो की संख्या में होते है, किन्तु टिड्डा के दोनों ओर एक-एक ही पंख होते हैं। पापुआ-न्यूगिनी में 'एलेक्जेण्ड्रा' नामक तितली के पंख 30 सेंटीमीटर के होते हैं किन्तु इनका भार ढाई ग्राम ही होता है जबकि अफगानिस्तान की 'माइकोसाइक्री ऐरियान' के पंख का फैलाव सबसे कम यानी 0.067 सेंटीमीटर ही होता है। पतंगा एक मात्र ऐसा कीट है जिसका पंख सबसे कम फैलाव वाला होता है अर्थात् 0.018 सेंटीमीटर। 'क्वीन एलेक्जेण्ड्रा' जहरीली तितलियों में शुमार है। लाल रंग की 'एडमिरल' तितली के सिर पर सींग जैसे दो तार निकले रहते हैं जो उसे भोजन तलाशने,

शत्रु और मित्र की पहचान करने और घर से भटकने पर घर तलाशने में मदद करते हैं।

'ट्रेपडोर स्पाइडर' नामक मकड़ी गोरिल्ले की तरह जमीन के अन्दर बने सुरंग से कीटों का शिकार करती है। 'वुल्फ स्पाइडर' भेड़िए की तरह शिकार करती है। शिकार पर झपट कर उसके शरीर में विषैले दाँत से जहर पहुँचा कर मार डालती है। 'क्रैब स्पाइडर' शरीर को ऐसे फुला लेती है कि इसे देखकर खिले फूल का भ्रम होता है। जैसे ही कोई कीड़ा उस पर बैठा यह उसे पंजे में कैद कर उसे दबाकर मार डालती है। ये प्रजातियाँ अन्य सामान्य मकड़ियों की तरह जाले नहीं बुनती।

जाजिला (अफ्रीका) जंगल में एक अनूठा कीट पाया जाता है जो शत्रु पर पिस्तौल की गोली की तरह जहरीली गैस छोड़ता है जिससे इतनी गर्मी पैदा होती है कि शत्रु धराशायी हो जाता है। इस गैस से बारूद जैसी गन्ध निकलती है।

चमगादड़ के चेहरे जैसा चूहे की तरह का 'एकंक' प्राकृतिक रूप से अश्रु गैस की ग्रन्थि से लैस होता है। शत्रु का सामना होते ही स्वयं यह गैस निकलकर शत्रु को अन्धा बना देती है और एंकक की रक्षा करती है। यह गैस 325 सेंटीमीटर तक के क्षेत्र को प्रभावित करती है।

दीमक की बांबी में अगर चींटियां घुस जाती हैं तो सामान्य दीमकों से हटकर लड़ाके दीमक (जिनके सिर पर पिचकारी जैसी होती है) चींटियों पर विषैला द्रव छिड़कते हैं और चींटियां आगे नहीं बढ़ पाती हैं। इस तरह उनकी रक्षा होती है। भूमध्य रेखा वाले क्षेत्रों

में दीमक की एक ऐसी प्रजाति पाई जाती है जो 700 सेंटीमीटर तक ऊँची काफी मजबूत मीनार तैयार कर उसी में रहती है। इन मीनारों को तोड़ पाना काफी कठिन बताया जाता है।

प्राग तथा दक्षिणी अमेरिका में लगभग 9 सेंटीमीटर लम्बी जुगनू की एक प्रजाति खोजी गयी है जिसके सिर की तरफ से लाल तथा पूँछ की तरफ से हरे रंग के प्रकाश बिन्दु चमकते रहते हैं।

मेडागास्कर में एक बिना पांव वाली छिपकली पाई गयी है जो शत्रु से रक्षा करने के लिए अपनी पूँछ को इस प्रकार से मोड़ती है कि पूँछ अलग होकर जमीन पर गिर जाती है और काफी देर तक उछलती रहती है। शत्रु पूँछ की ओर झपटता है और छिपकली गायब हो जाती है। टूटी पूँछ जल्द ही पुनः उग आती है।

चमगादड़ शिकार करने के लिए उड़ते समय (मनुष्य की सुनने की क्षमता से काफी कम आवाज में) आवाज करता है। जो किसी भी सामने पड़ने वाली वस्तु से टकरा कर वापस चमगादड़ तक पहुँचती है और इसी के आधार पर वह शिकार पर आक्रमण करता है।

बाल कहानी : दीपांशु जैन

रटी बात ही क्यों बोलता है तोता?

पुरानी बात है। कठिन परिश्रम एवं अभ्यास के द्वारा बुलबुल ने मनुष्य की बोली बोलना सीख लिया। बुलबुल ने रास्ते में जाते हुए एक आदमी से पूछा– कहो, कैसे हो?

आदमी सोचने लगा, 'क्या सचमुच यह पक्षी आदमी की बोली बोल रहा है?' यह परखने के लिए कि उसमें ज्ञान है कि नहीं, वह आदमी बुलबुल को घर ले आया। उसने एक तोता भी पाला हुआ था। घर पहुँचकर उसने बुलबुल से कहा कि वह तोते को भी आदमी की बोली बोलना सिखा दे।

वह आदमी चोरी किया करता था। एक दिन वह पड़ोस के एक आदमी के घर से अनाज चुरा लाया। उसकी ये सारी हरकतें बुलबुल देख रही थी। अचानक थोड़ी देर बाद गाँववाले उसके घर में घुस आये।

–तुम्हारे पड़ोसी का अनाज चोरी हो गया है। तुम्हें तो नहीं मालूम?– उन्होंने पूछा।

–नहीं, मुझे कुछ भी मालूम नहीं है।– उस आदमी ने तपाक से उत्तर दिया।

वे लोग वापस जाने लगे। तभी पिंजरे से आवाज आई– 'यह झूठ बोल रहा है। मैंने

अपनी आँखों से देखा है। इसने अनाज का बोरा चुराकर पीछे के कमरे में छिपाकर रख दिया है।'

उन व्यक्तियों ने खोज की तो अनाज का बोरा मिल गया। उन्होंने उस आदमी से कहा– तुम कल मुखिया के सामने हाजिर होना और बतौर गवाह के उस पक्षी को भी अपने साथ लाना।

उस रात को उस आदमी ने बुलबुल के पिंजरे को एक मेज पर रखकर ऊपर से एक कम्बल डाल दिया और कहा– आराम से सो जाओ।

इसके पश्चात् उसने जोर-जोर से ढोलक बजाना शुरू कर दिया और इधर-उधर पानी की बाल्टियां डालने लगा। पानी के छींटे बुलबुल के पिंजरे पर भी गिर जाते थे।

सुबह हुई। दोनों मुख्यिा के समक्ष हाजिर हुए। मुखिया ने बुलबुल से प्रश्न किया– बताओ, तुमने अपनी आँखों से क्या-क्या देखा?

बुलबुल ने बगैर जोड़े-घटाये सारी बातें बयान कर दीं। मुखिया ने उस व्यक्ति को दोषी करार दिया। लेकिन फैसला सुनाने से पूर्व वह आदमी चिल्लाया– ठहरो, यह झूठ बोल रही है। मेहरबानी करके आप इससे पूछें कि उस रात मौसम कैसा था? सच्चाई अपने आप सामने आ जाएगी।

मुखिया ने बुलबुल से पूछा तो उसने उत्तर दिया– उस रात खूब बादल गरज रहे थे और पानी बरस रहा था।

सब लोग जानते थे कि उस रात मौसम साफ था। अन्त में बुलबुल को झूठा मानकर उस आदमी को छोड़ दिया गया।

बुलबुल उस आदमी के साथ घर वापस आई। वह तोते से कहने लगी– मित्र, मैं तो जा रही हूँ लेकिन कभी अपने मन की बात मत कहना। आदमी को यह पसन्द नहीं है। इसलिए वही कहना, जो वह चाहता है।

आज भी तोता आदमी से अपने मन की बात नहीं कहता है। वह वही कहता है, जो आदमी चाहता है।

किट्टी

चित्रांकन एवं लेखन : विकास कुमार

जैसे ही सोनू पानी की बोतल में झाँकता है। किट्टी पानी की बोतल दबा देती है और सारा पानी सोनू के चेहरे पर गिर जाता है।

मज़ा आया, मज़ा आया! तुम सब ने देखा ना, कैसे सारा पानी सोनू के चेहरे पर गिर गया।
हाँ किट्टी, बहुत मज़ा आया।

अगले दिन
बच्चों अपना-अपना होमवर्क दिखाओ।

अब मैं क्या करूँ!! मैंने तो होमवर्क किया ही नहीं।
2+2=4
3+5=8
किट्टी झट से मोंटू की कॉपी उठाकर दिखा देती है।
बहुत अच्छा किट्टी!
मैम-ये मेरा होमवर्क!
मेरी कॉपी कहाँ गई!!
मोंटू, तुम्हारा होमवर्क कहाँ है?

किट्टी स्कूल से घर आती है और मम्मी को अपनी शरारत के बारे में बताते हुए जोर-जोर से हँसती है।

किट्टी शरारत करना अच्छी बात नहीं है और अगर किसी को हमारी शरारत से ठेस पहुँची हो तो हमें उससे माफी मांग लेनी चाहिए।
मम्मी, मैं मोंटू से माफी मांग लूँगी।

कक्षा में
सोनू और मोंटू, मुझे कल की शरारत के लिए माफ कर दो... सॉरी! मैं फिर कभी ऐसी शरारत नहीं करूँगी।

– संकलन : जगतार चमन

कभी न भूलो

- जीवन में सहजता लाने के लिए प्रभु को आधार बनायें।
- मानव मूल्य से युक्त होकर जीवन का सफर तय करें।
- शिक्षित व्यक्ति अपने उद्देश्य में कभी असफल साबित नहीं होता। आज के युग में शिक्षा ही जीवन का मूलमंत्र है। व्यक्ति को बाल्यकाल से ही शिक्षा देने से वह संस्कारित ही नहीं अपितु समाज में प्रतिष्ठा का पात्र भी बनता है।
- पेड़ खुद पूरे दिन धूप में खड़ा रहता है लेकिन आने-जाने वाले इन्सान को छाया देता है, ठंडक देता है। इसी प्रकार महापुरुष चाहे कष्ट सहते रहें लेकिन दूसरों को सुख देते हैं।
- ठहराव लाने के लिए स्थिर प्रभु से जुड़ना होगा।
- सेवा वही महान है जो स्वार्थ रहित की जाए।
- जो जीवन में निरंकार-प्रभु को विशेषता देता है, वही सब सुखों का आनंद मना पाते हैं।
- प्रभु प्रेमी वही कहलाते हैं जो बन्दों से प्रेम करते हैं।
- विनम्रता को धारण करने वाले गुरसिख का ही रूतबा बुलंद होता है।

– निरंकारी बाबा हरदेव सिंह जी महाराज

- क्रोध को क्षमा से, विरोध को अनुरोध से, घृणा को दया से, द्वेष को प्रेम से और हिंसा को अहिंसा की भावना से जीतो।

– दयानंद सरस्वती

- मन की प्रसन्नता से समस्त मानसिक और शारीरिक रोग दूर हो जाते हैं।

– रामदास

- हम में दया, प्रेम, त्याग ये सब प्रवृत्तियां मौजूद हैं। इन प्रवृत्तियों को विकसित करके अपने सत्य को और मानवता के सत्य को एकरूप कर देना, यही अहिंसा है।

– भगवतीचरण वर्मा

- सभी जीवित प्राणियों के प्रति सम्मान अहिंसा है।

– भगवान महावीर

- मोह में हम बुराइयां नहीं देख पाते इसी तरह घृणा में हम अच्छाइयां नहीं देख पाते।

– इबा एजरा

- साहस के बल पर पराजय को, हम विजय में बदल सकते हैं।

– राजा राममोहन राय

- सिर्फ डरपोक और शक्तिहीन व्यक्ति ही भाग्य के पीछे चलता है।
- मनुष्य की परीक्षा उनके कार्यों से होती है, शब्दों से नहीं।
- यह धरती ही हमारे कर्मों की भूमि है।

– अज्ञात

कविता : प्रियंका गुप्ता

गर्मी आई

गर्मी आई, गर्मी आई,
ठंडे मीठे शर्बत लाई।

तन से बहता खूब पसीना,
अच्छा लगता कपड़ा झीना।
मम्मी ने लस्सी बनवाई,
उसमें डाली क्रीम मलाई।।

ऊपर देखो सूरज जलता,
नीचे चन्दा हाथ है मलता।
तपती धरती तपता मन,
अस्त-व्यस्त हो जाते जन।।

घर के भीतर लगता अच्छा,
बात ये कहता बच्चा-बच्चा।

गर्मी में न सिर्फ बुराई,
इसमें भी है कुछ अच्छाई।
धरती को है ऊष्मा मिलती,
किसान की फसल है पकती।।

ककड़ी खाओ लेकर चटखारे,
ठंडक लाए, गर्मी मारे।
हर ऋतु की अपनी अच्छाई,
सर्दी हो या गर्मी भाई।।

गर्मी आई, गर्मी आई,
अपने संग ढेरों छुट्टी लाई।

कविता : ऊषा सरीन

गर्मी कैसे दूर भगाएं

आओ बच्चो, तुम्हें बताएं,
गर्मी कैसे दूर भगाएं।

सुबह सवेरे उठकर खेलो,
ताजी हवा को अन्दर भर लो।
ठंडे पानी से फिर, नहाओ,
गर्मी ऐसे दूर भगाओ।।

गर्मी में तुम बाहर न जाना,
घर पर रहकर मौज मनाना।
अगर पड़े जरूरी जाना,
संग अपने छाता ले जाना।।

खूब पीकर जाना पानी,
अपनी न करना मनमानी।
सादा भोजन ही तुम खाओ,
गर्मी ऐसे दूर भगाओ।।

फल खाओ ठंडे
और रसीले,
मीठे-मीठे और लचीले।
चटनी और मुरब्बे खाओ,
गर्मी ऐसे दूर भगाओ।।

बाल कहानी : पुष्पेश कुमार पुष्प

श्रम की गरिमा

एक बार सुख और कर्म मृत्युलोक की सैर पर निकले। एक छोटे से नगर में घूमते हुए उन्हें एक भिखारी नज़र आया जो भीख मांग रहा था।

सुख को भिखारी पर दया आ गयी और उसने उसका भला करने के उद्देश्य से एक सोने की अंगूठी दी। भिखारी ने अंगूठी बेचकर कुछ समय तक आराम से जिंदगी बितायी।

सुख और कर्म कुछ माह बाद फिर घूम-फिरकर उस नगर में आये और फिर भिखारी को भीख मांगते पाया।

सुख को फिर भिखारी पर दया आ गयी और उसने भिखारी को सोने का एक हार दिया और दूसरे नगर की ओर चल दिये। इस बार फिर भिखारी सोने का हार बेचकर कुछ समय तक ऐशो-आराम की जिंदगी बितायी।

कुछ समय बाद सुख और कर्म उस नगर में आये। उन्हें यह देखकर काफी आश्चर्य हुआ कि भिखारी फिर भीख मांग रहा था।

यह देखकर कर्म को उस पर दया आ गयी। उसने भिखारी की मदद करने के उद्देश्य से एक धनी सेठ का वेश बनाकर भिखारी के पास गया और बोला– ''तुम तो एकदम स्वस्थ हो फिर भीख क्यों मांगते हो? कोई काम-धंधा क्यों नहीं करते? तुम हृष्ट-पुष्ट और जवान हो। आखिर कब तक भीख मांगकर अपनी जिंदगी बिताआगे?''

इस पर भिखारी बोला– ''धंधा कहाँ से करूँ? पास में तो फूटी-कौड़ी भी नहीं है। कहाँ से लाऊँ पैसा व्यवसाय करने के लिए?''

कर्म बोला– ''ठीक है मैं तुम्हें सौ किलो आलू खरीदकर देता हूँ। इसे बेचकर तुम व्यवसाय शुरू करो।''

कर्म ने सौ किलो आलू खरीदकर भिखारी को दे दिया और दूसरे नगर की ओर प्रस्थान कर गये।

समय बीतता गया। कुछ वर्षों बाद फिर सुख और कर्म उस नगर में पहुँचे तो यह देखकर दंग रह गये कि भिखारी आलू का बड़ा व्यापारी बन गया है।

सुख मुँह बाये देखता रह गया। कर्म ने कहा– ''देखा तुमने? अब यह भिखारी कितना बड़ा आलू का व्यापारी बन गया है। तुमने इस भिखारी की दो बार मदद की लेकिन यह आलसी बना रहा लेकिन मैंने काम में इसका मन लगाकर इसे श्रम की गरिमा समझायी।''

इतिहास कथा : अर्चना जैन

सौ घुड़सवारों की टुकड़ी

एक बार गुप्तचर सैनिक ने आकर महमूद गजनवी के कान में एक राज की बात कही...।

यह अनोखी बात सुनकर गजनवी को बहुत अचरज हुआ। वह मन में सोचने लगा– सौ घुड़सवार सैनिकों का यह दल भला हमारी एक लाख विशाल सेना का मुकाबला कैसे कर सकेगा?

हाँ, गजनवी को रह-रहकर पड़ोसी राजा की सैनिक टुकड़ी के बूढ़े सरदार की अक्ल पर तरस आ रहा था जो निरर्थक ही उसकी विशाल सेना से टकराने का दु:साहस कर रहा था...।

महमूद गजनवी ने अपना दूत भिजवाकर उन योद्धाओं का आशय पूछवाया। दूत द्वारा प्राप्त स्पष्टीकरण सुनकर महमूद गजनवी सचमुच उनकी वीरता एवं कर्तव्यनिष्ठा से अभिभूत हो गया।

बूढ़े राजपूत सरदार ने जवाब भिजवाया था– हम जानते हैं कि संख्या और साधनों में बहुत अन्तर है तथा इसका परिणाम क्या होगा यह भी हमसे छिपा हुआ नहीं है, मगर तुम्हारा बादशाह सोमनाथ मन्दिर लूटने वाला लुटेरा है, आक्रांता है, अनीति और अन्याय को सहना तथा सहते हुए जीवित रहना अत्यन्त दुष्कर है। सर्वोत्तम है उसका प्रतिकार करते हुए समाप्त हो जाना ...।

सचमुच घुड़सवारों की वह टुकड़ी जान हथेली पर लेकर गजनवी की विशाल सेना पर टूट पड़ी। हजारों सैनिकों को मूली-गाजर की भाँति काटते हुए वे स्वयं वीरगति को प्राप्त हुए। उनकी वीरता एवं कर्तव्यनिष्ठा देखकर महमूद गजनवी वाह-वाह कर उठा तथा सिर झुकाकर उनको अपनी श्रद्धांजलि अर्पित की।

स्वास्थ्य सम्बन्धी लेख : मीना

गर्मियों में तरावट पहुँचाएगी ककड़ी

गर्मी के मौसम में बहुतायत से सब्जीमंडी में आने वाली ककड़ी देश के प्राय: हर हिस्से में सहजता से उपलब्ध हो जाती है। ककड़ी का वनस्पतिक नाम 'कुकमिस मेलो वैराइटी यूटिलिसिमय' है। वैसे इसे संस्कृत में 'कर्कटिका', हिन्दी में 'खीरा' और 'ककड़ी', मराठी में 'काकड़ी', बांग्ला में 'शशा', अंग्रेजी में 'कुकुम्बर' कहा जाता है। वैज्ञानिक शोध बताती है कि ककड़ी का जन्मस्थान भारत, मिस्र और इटली है।

आयुर्वेद के अनुसार ककड़ी मधुर, शीतल, छाती की जलन और प्यास को मिटाने वाली होती है। आयुर्वेद के ग्रंथों में ककड़ी को एक 'औषधिय फल' निरुपित किया गया है।

ककड़ी गर्मियों में मन-मस्तिष्क को तरावट व ठंडक पहुँचाने वाली होती है, किन्तु इसका ठंडक पहुँचाने वाला गुण इसमें बहुतायत से मौजूद जलीय अंश में न होकर इसमें पर्याप्त मात्रा में पाये जाने वाले सोडियम की वजह से होता है। सोडियम केवल शरीर को ठंडक ही नहीं पहुँचाता अपितु रक्त को क्षारत्व भी प्रदान करता है। वैसे ककड़ी में सोडियम के अतिरिक्त कैल्शियम, मैग्नीशियम, फास्फोरस, क्लोराइड, सल्फर और आयरन भी प्रचुर मात्रा में विद्यमान होता है। विटामिन 'ए' आंशिक रूप से और 'बी' और 'सी' पर्याप्त मात्रा में ककड़ी में उपलब्ध होता है।

नरम, पतली और लम्बी तरककड़ी हो या खीरा ककड़ी, इसको कच्चा चाव से ही खाया जाता है। सलाद में भी ककड़ी की अपनी उपयोगिता है। पकी हुई ककड़ी के बीज ठंडे और दिमाग को तरावट देने वाले होते हैं। ककड़ी की सब्जी भी बनाकर खाई जाती है। वैसे ककड़ी, कच्ची खाने से सम्पूर्ण गुणों का लाभ मिलता है।

ककड़ी स्वादिष्ट होने के साथ-साथ अपने औषधिय गुणों के कारण भी लोकप्रिय है। आइए, ककड़ी के कतिपय औषधिय गुणों की चर्चा करें।

❖ गर्मी में होने वाले मूत्र विकारों, जैसे पेशाब में जलन आदि में ककड़ी काटकर शक्कर डालें और फिर उस पर नींबू निचोड़कर खाएं।

❖ पायरिया रोग में ककड़ी खाने और इसका रस पीने से लाभ होता है।

❖ ककड़ी के रस में भुना हुआ जीरा और नमक मिला देने से काफी स्वादिष्ट पेय तैयार हो जाता है। भोजन से पूर्व यदि यह पेय आधा गिलास पी लिया जाए तो भोजन के प्रति रुचि उत्पन्न हो जाती है।

❖ ककड़ी का रस त्वचा का रंग निखारता है। चेहरे पर दाग, झाइयां अथवा मुंहासे होने पर रोजाना खाली पेट एक गिलास ककड़ी का रस पीना लाभप्रद होता है।

❖ जिन व्यक्तियों को गर्मी या खुश्की हो गई हो, उन्हें नियमित ककड़ी का सेवन लाभप्रद है।

ककड़ी का नियमित सेवन निःसंदेह लाभप्रद है किन्तु इसके सेवन में कतिपय सावधानियां भी अपेक्षित हैं। गर्मी में कभी भी बासी, सड़ी हुई या अधिक देर तक धूप में पड़ी ककड़ी न खाएं। एक साथ अधिक मात्रा में ककड़ी के सेवन से अजीर्ण, अतिसार अथवा हैजा होने की आशंका रहती है। मोटी ककड़ी के डंठल के पास का हिस्सा काटकर बाकी ककड़ी पर घिसकर उसका पित्त निकालना चाहिए। यथासंभव ककड़ी पर काला नमक और काली मिर्च डालकर सेवन करें। ककड़ी को पकाने के स्थान पर कच्ची या सलाद के साथ खाएं अथवा इसका रस निकालकर पीएं तो अधिक लाभ होगा।

प्रेरक-प्रसंग : ऊषा रानी

विद्या-सौन्दर्य

एक बार सम्राट चन्द्रगुप्त, चाणक्य से किसी बात पर चर्चा कर रहे थे कि अकस्मात् सम्राट ने चाणक्य से कहा– आपकी विद्वता, सूझबूझ व वाक्-पटुता की मैं दाद देता हूँ, मगर क्या ही अच्छा होता कि परमात्मा आपको विद्वता के साथ-साथ रूप सौन्दर्य भी प्रदान करता।

चाणक्य ने समझ लिया कि राजा को अपने सौन्दर्य का घमण्ड हो गया है और वह रूप के सामने विद्या को नगण्य समझ रहा है। चाणक्य ने सेवक को बुलाकर मिट्टी और सोने के दो पात्रों में जल लाने को कहा। जल आ गया तो चाणक्य ने राजा से पहले मिट्टी के पात्र का और बाद में स्वर्ण के पात्र का जल पीने के लिए कहा।

राजा ने आदेश का पालन किया तो चाणक्य ने पूछा– राजन्! किस पात्र का जल शीतल लगा।

चन्द्रगुप्त ने उत्तर दिया– मिट्टी के पात्र का।

इस पर चाणक्य ने कहा– महाराज! वैसे तो दोनों में ही डाला गया जल शीतल था किन्तु बाहर से सुन्दर दिखाई देने वाले स्वर्ण-पात्र का जल शीतल नहीं रहा जबकि मिट्टी के पात्र का जल शीतल रहा। यही बात सौन्दर्य और विद्या की है। सुन्दरता और कुरूपता का विद्या से कोई सम्बन्ध नहीं बल्कि विद्या सौन्दर्य से श्रेष्ठ है। परमात्मा ने मुझे विद्या दी है सौन्दर्य नहीं।

कई दिनों से पत्नी का इलाज करा रहे एक व्यक्ति ने 'लेडी डॉक्टर' से कहा– इनकी बीमारी अब मेरा 'सरदर्द' बनती जा रही है।

इस पर लेडी डॉक्टर बोली– सरदर्द के लिए मेरे पति से मिलिए; मैं सिर्फ स्त्री रोग विशेषज्ञ हूँ।

फलवाला : साहब! सेब ले जाइए, सेहत बन जाएगी।

ग्राहक : इतना ज्यादा भाव लगा रखा है। मेरी सेहत बने या न बने पर सेब बिकने से तुम्हारी सेहत जरूर बन जाएगी।

वेटर : यह जानकर बड़ी खुशी हुई कि आप यहाँ मुम्बई में हीरो बनने आए हैं।

युवक : तुम्हें क्यों खुशी हुई?

वेटर : दरअसल मैं भी हीरो बनने के लिए आया था।

डॉक्टर : (पाँच वर्षीय बच्चे से) बेटे यह दवाई दिन में तीन चम्मच रोज लेना।

बच्चा : लेकिन डॉक्टर अंकल, मेरे घर में तो सिर्फ दो ही चम्मच हैं।

मालिक : (नौकर से) कोई काम करने से पहले कम से कम पूछ लिया करो।

नौकर : मालिक, मैंने खिड़की में से देखा है कि रसोई में बिल्ली दूध पी रही है। आप कहें तो भगा दूँ।

ग्राहक : (दुकानदार से) मुझे चूहे पकड़ने का पिंजरा दे दो।

दुकानदार : देता हूँ भाई।

ग्राहक : जल्दी करो भाई मुझे ट्रेन पकड़नी है।

दुकानदार : इसमें चूहे पकड़े जाते हैं ट्रेन नहीं।

डाकू : (सेठ से) सेठ, जान देते हो या माल?

सेठ : भाई जान ही ले लो, माल तो बुढ़ापे तक काम आयेगा।

– प्रतीक्षा कुशवाहा (इटावा)

एलकेजी के बच्चे के पेपर में 0 आया।
गुस्से से पिता बोला– यह क्या है?
बच्चा : पिता जी, टीचर के पास 'स्टार' खत्म हो गए थे इसलिए उन्होंने 'मून' दे दिया।

एक आदमी धोबी को डांट रहा था– एक तो तूने मेरी कमीज गुम कर दी, ऊपर से धुलाई के पैसे मांग रहा है।

धोबी ने कहा– साहब! कमीज धुलने के बाद गुम हुई है।

माँ : (पप्पू से) तुम बाजार से जो चीनी लाये थे, वह कहाँ रखी है?
पप्पू : वह रास्ते में मिट्टी में गिर गयी थी। धोने के लिए मैंने उसे पानी भरी बाल्टी में डाल दिया है।

माँ : (निष्ठा से) अरे तेरी बहन को स्कूल से छुट्टियां मिलने पर तू क्यों रहो रही है?
निष्ठा : अगर मैं भी स्कूल जाती होती तो मुझे भी छुट्टियां मिलतीं।

नवीन : (अपने मोहल्ले के चौकीदार से) रामलाल, तुम रात को पहरा देते समय 'जागते रहो' ही क्यों बोलते हो?
चौकीदार : साहब इसलिए कि आप लोग जागते रहें और मैं सो जाऊँ।

चिंटू : डॉक्टर साहब एक साल पहले मुझे बुखार आया था।
डॉक्टर : तो अब क्या?
चिंटू : आपने नहाने को मना किया था, आज इधर से गुजर रहा था तो सोचा कि पूछता चलूं, अब नहा लूं क्या?

छोटू : डॉक्टर साहब, मेरे ऊपर वाले दांत में कीड़ा लगा था लेकिन आपने तो मेरा नीचे वाला दांत निकाल दिया।
डॉक्टर : वो कीड़ा नीचे वाले दांत पर खड़ा होकर ऊपर वाले दांत को काटता था, अब कहाँ खड़ा होगा।

– उर्मिला गुप्ता (मालाड, मुम्बई)

एक विलक्षण वन्य जीव : सेही

जंगल का एक अनोखा जीव ऐसा भी है, जिसे देखकर वनराज भी थर-थर कांपता है। इस जीव के शरीर पर नुकीले, विषैले घने कांटे होते हैं, जो छेड़ने पर सुई की तरह चुभते हैं। प्रकृति के इस विलक्षण जीव को 'सेही' नाम से जाना जाता है।

सेही का शरीर 60-70 सेंटीमीटर लम्बा व वजन 18-20 किलोग्राम होता है। शरीर का वर्ण काला तथा कोई प्रजाति भूरे रंग की भी होती है। दुम 4-5 सेंटीमीटर की होती है।

यूं यह एक स्तनपायी जीव है, और है बड़ा आलसी। किसी एक ही जगह टिककर गधे की तरह घंटों चिन्तन करता रहता है। अपने शरीर पर नुकीले कांटों का राज होने के कारण ये किसी से भी नहीं डरता। जब इसे सनक सवार होती है तो यह घूमते-घूमते खूंखार जानवरों की बस्ती में भी पहुँच जाता है। शेर, चीता, जंगली भेड़िये, जंगली कुत्ते तो इसे देखकर घुर्राकर अपना रास्ता बदल लेते हैं। यदि कोई जानवर भूल से इसके पास आ भी जाता है तो यह फुर्ती से अपने शरीर के कांटों को नुकीली सुइयों की तरह खड़े कर लेता है। कांटे देखते ही जानवर दूर भाग जाता है। यदि कोई जानवर इससे संघर्ष करने का प्रयास भी करता है तो ये अपने शरीर को इस तरह झटका देता है कि उसके कांटे तीर के समान निकलते हैं और दुश्मन के शरीर में बुरी तरह धंसकर घाव कर खून निकाल देते हैं। हाँ, इन्हीं कांटों के बल पर यह जंगल के राजा से तनिक भी नहीं डरता और उसका मुकाबला करता है। कांटों की मार खाकर शेर उल्टे पांव दौड़ने लगता है, क्योंकि इस जीव के कांटे शरीर में लगते ही पूरे शरीर में जहर फैला देते हैं, फिर दुश्मन का जीवित रहना संभव ही नहीं।

मादा सेही वर्ष में एक बार दो से लेकर पांच तक बच्चों को जन्म देती है, जन्म के समय बच्चों के शरीर पर कांटे नहीं होते। दो-ढाई वर्षों में बच्चे बड़े हो जाते हैं, इनके शरीर पर कांटे भी निकल आते हैं और खुद अपना शिकार कर अपना पेट भरने लगते हैं।

प्रस्तुति : जयेन्द्र

नाम बताओ के उत्तर :

1. आलू	2. साबुन	3. अखबार
4. टेलीविजन	5. कुर्सी	6. तारा
7. कापी	8. राष्ट्रगान	9. राष्ट्रगीत

बाल कविता : मीनू सिंह

चिड़िया

एक थी चिड़िया मोटी-ताजी,
उड़ने से लाचार थी।
ऊपर से तो स्वस्थ दिख रही,
अन्दर से बीमार थी।।

चलते फिरते दाना खाती,
पानी पीती गटर-गटर।
फूल की सेज पर बैठी-बैठी,
सोती रहती थी दिनभर।।

बंदर भालू उसे समझाते,
किया करो तुम भी कुछ काम।
काम करोगी स्वस्थ रहोगी,
सुस्ती छोड़ो त्यागो आराम।।

धीरे-धीरे बात पते की,
समझ गई चिड़िया रानी।
अपने काम स्वयं अब करती,
दूर हुई सब परेशानी।।

कविता : संदीप कुमार

मछली रानी

चांदी जैसी मछली रानी,
जल से बाहर न आती हो?
मैं जो तुमको छूना चाहूं,
डरकर क्यों चली जाती हो?

तुम कौन से खेल खेलती,
क्या खाती क्या पीती हो?
एक जगह बोर नहीं हो
जल में कैसे जीती हो?

कभी खुशी में झूमकर,
क्या तुम भी गीत गाती हो?
आज मुझे बता दो सब,
इतना क्यों शरमाती हो?

फरवरी अंक रंग भरो के श्रेष्ठ चित्र

1. **स्वर्णजीत राणा** 14 वर्ष
सन्त निरंकारी सत्संग भवन,
आदर्श नगर, फगवाड़ा (पंजाब)

2. **आंचल मूलचंदानी** 13 वर्ष
झूलेलाल सोसाइटी, लूनावाडा रोड,
एफसीआई गोदाम के पास,
गोधरा (गुजरात)

3. **अम्बर लाम्बा** 9 वर्ष
412बी-12, अभिनव अपार्टमेंट,
वसुंधरा एंक्लेव (दिल्ली)

4. **मानवी बंसल** 12 वर्ष
बंसल इंटरप्राइजेज, मेन बाजार,
मंदिर चौक, लहरागागा,
जिला : संगरूर (पंजाब)

5. **शान्या सिंह** 12 वर्ष
गली नं. 8, रामबाग कालोनी,
रामघाट रोड, अलीगढ़ (उ.प्र.)

इनके अतिरिक्त जिनकी प्रविष्ठियों को पसन्द किया गया वे हैं-

प्रथम हंस (हरदेव नगर, झड़ौदा),
आलिया (उरैन, लखीसराय),
पुनीत (अमरोहा),
समदृष्टि (शालीमार बाग, दिल्ली),
सेजल (पंजोला, कांगड़ा),
कृष्णा (अजमेर),
आनन्दित (सेक्टर-39, लुधियाना),
आयुष, रिया (खलीलाबाद),
अगम्य (एलडीए कॉलोनी, लखनऊ),
माइरा (ढकोली, जिरकपुर),
रेहान (बलदेव नगर, अम्बाला),
आरूषि (सेक्टर 56, चंडीगढ़),
चिराग (वर्ली, मुम्बई),
कनिष्का (मोती भवन, जगतदल),
सुमित, मुस्कान, मोहित गुरनाणी, कृष्णा,
हार्दिक, लहर, चांदनी, नंदिनी मूलचंदानी,
मंथन, यशिका पंजवाणी, हितांशी, कार्तिक,
रोशनी, जय, निशिका मनवाणी, शिव,
अनंत बम्बाणी, यशिका देवनाणी, मुस्कान
लालवाणी, गौरी तेहलाणी (गोधरा)

मई अंक रंग भरो

सामने के पृष्ठ पर एक चित्र दिया गया है। इस चित्र में सुन्दर-सुन्दर रंग भरकर **10 जून** 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) **अगस्त 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 को जो भी पढ़ेगा वह भी हँसते हुए लोगों में सम्मलित हो जायेगा क्योंकि हँसती दुनिया का प्रत्येक अंक अनुकरणीय, ज्ञानवर्द्धक एवं हृदय को लुभाने वाला होता है। मन को सद्विचारों, सद्कर्मों की प्रेरणा का स्रोत एवं जीवन को उच्चकोटि बनाने में यह एक अनूठी पत्रिका है। यह पत्रिका न केवल बच्चों के लिए बल्कि सभी के लिए लाभप्रद है। इस पत्रिका को सजाने-संवारने में जिन-जिन का सहयोग रहा है। उन सबको बहुत-बहुत धन्यवाद। हमें पूर्ण आशा है कि यह पत्रिका इसी प्रकार निखरती रहेगी।

– आनन्द प्रकाश (काली जगदीशपुर)

हँसती दुनिया का मैं नियमित पाठक हूँ। मैं और मेरे परिवार के सभी सदस्य इस पत्रिका का बेसब्री से इन्तजार करते हैं। यह पत्रिका बच्चों के लिए रोचक, प्रेरक और ज्ञानवर्द्धक है।

– पूर्णसिंह सैनी (राजनगर, दिल्ली)

हँसती दुनिया एक ऐसी पत्रिका है जिससे बच्चों का बौद्धिक विकास होता है। इस पत्रिका में कहानियां, कविताएं तथा 'पढ़ो और हँसो' इत्यादि पढ़ने में बहुत मजा आता है।

– वैभव किशोर (डांगोली मांट)

मैं हँसती दुनिया का पुराना पाठक हूँ। इस पत्रिका से हमें बहुत ज्ञान प्राप्त होता है। मेरे दोस्तों को भी यह पत्रिका बहुत अच्छी लगती है। हम सब यह आशा करते हैं कि यह पत्रिका और श्रेष्ठ हो और हर व्यक्ति को इसके बारे में ज्ञान हो।

– गुरमीत सिंह टुटेजा (इन्दौर)

मैं हँसती दुनिया की पुरानी पाठिका हूँ। मुझे और मेरे परिवार को यह पत्रिका बहुत अच्छी लगती है। इसकी कहानियां, लेख, कविताएं आदि से हमें बहुत कुछ सीखने को मिलता है। हम उम्मीद करते हैं कि आप इसी प्रकार इस पत्रिका को प्रकाशित करते रहे।

– स्वीटी हशमतराय भागवानी (इन्दौर)

हम हँसती दुनिया के पुराने पाठक हैं। हमें इस पत्रिका में 'पढ़ो और हँसो', कविताएं एवं कहानियां बहुत अच्छी लगती हैं। इसको पढ़ने से हमारा मनोरंजन होता है और ज्ञान भी बढ़ता है। मेरे घर के सदस्य इसे बड़े शौक से पढ़ते हैं। हर महीने हम इस पत्रिका का इन्तजार करते हैं।

– संगीता धामेला (बालाघाट)

मैं हँसती दुनिया की पुरानी पाठिका हूँ। मैं इस पत्रिका को बहुत ही ध्यान से पढ़ती हूँ। महीना शुरू होते ही मुझे इस पत्रिका का इन्तजार रहता है। मुझे इस पत्रिका में 'पढ़ो और हँसो' तथा 'कभी न भूलो' बहुत पसन्द है।

– गीता खनेजा निरंकारी (कलनौर)

मैं हँसती दुनिया का सदस्य हूँ। मुझे हँसती दुनिया बहुत अच्छी लगती है। मुझे इसमें प्रकाशित कविताएं और कहानियां बहुत पसन्द हैं।

इसकी कहानियां प्रेरणादायक और शिक्षाप्रद होती हैं। यह पत्रिका मनोरंजन कराने के साथ-साथ ज्ञानवर्द्धक भी है।

– मोहक कुमार (सब्जी मंडी, पानीपत)

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।