वर्ष 50 • अंक 12 • दिसम्बर 2023

₹ 25/-

हंसती दुनिया

हँसती दुनिया

वर्ष 50 • अंक 12 • दिसम्बर 2023 • पृष्ठ 52

बच्चों के बौद्धिक विकास की अनूठी पत्रिका

(पंजाबी, अंग्रेजी व मराठी में भी प्रकाशित)

प्रकाशक एवं मुद्रक : श्री राकेश मुटरेजा ने सन्त निरंकारी मण्डल, दिल्ली-110009 हेतु एच.टी. मीडिया लिमिटेड, प्लॉट न. 8, उद्योग विहार, ग्रेटर नोएडा-201 306 (उ.प्र.) से मुद्रित करवाकर सन्त निरंकारी सत्संग भवन, सन्त निरंकारी कालोनी, दिल्ली-110009 से प्रकाशित किया।

मुख्य संपादक : डॉ० विजय शर्मा

सम्पादक: विमलेश आहूजा

सहायक सम्पादक: सुभाष चन्द्र

Phone : 011-47660200
Fax : 011-27608215
E-mail : hduniya.hindi@nirankari.org
editorial @ nirankari.org
Website : www.nirankari.org

स्तम्भ

4. सबसे पहले
5. अवतार बाणी
6. अनमोल वचन
23. पहेलियाँ
38. क्या आप जानते हैं?
41. आपके पत्र मिले
42. पढ़ो और हँसो
50. रंग भरो

चित्रकथायें

12. चित्रकथा
34. किट्टी

हँसती दुनिया

कहानियां

10. नियमित पढ़ाई
– ओ. पी. राजकुमार
16. झुककर झुकाया जाता है
– डॉ. रामलखन प्रजापति
19. दुश्मन बने दोस्त
– राधेलाल 'नवचक्र'
20. बेर के पेड़ का दर्द
: फारुख हुसैन
24. प्रतिष्ठा का मूल्य
– लाल सिंह
30. एक तीर से दो शिकार
– प्रिंस खुराना
44. काला कौवा और पीली चिड़िया
– उदय ठाकुर

कविताएं

7. विनती
– राधेलाल 'नवचक्र'
7. जीवन पथ
– महेन्द्र सिंह शेखावत
17. वृक्षों की पुकार
– भानुदत्त त्रिपाठी
29. नाम कमाओ, बच्चों की ...
– कमल सिंह चौहान
33. मेहनत, सेहत
– कीर्ति श्रीवास्तव
39. सूरज चंदा तारे
– अंशु शुक्ला
39. झरना
– उदय मेघवाल
47. काला कौआ
– राजेंद्र प्रसाद

विशेष/लेख

10. आदमी से पहले धरती ...
– कैलाश जैन
18. कंगारू
– परशुराम शुक्ल
26. विचित्र छिपकलियाँ
– दीपांशु जैन
28. विज्ञान प्रश्नोत्तरी
– घमंडीलाल अग्रवाल
32. नन्हीं चिड़िया जेब्रा फिंच
– विद्या प्रकाश
40. मूँगफली
– विभा वर्मा
46. जल की रानी का ...
– कमल सोगानी
48. खजूर खाने के फायदे
– डॉ. आर.पी. पाराशर

सकारात्मक दूरदृष्टि

दिन, महीने, साल गुजरते जाएँगे।
हम नित सफलता को पाते जाएँगे।

हर दिन, कुछ दिनों के बाद महीने में बदल जाता है और हर मास कुछ महीनों के बाद साल में बदल जाता है। इसी तरह हम भी पल–पल बदल रहे हैं। यह क्रम हम चाहें या न चाहें यह तो आगे बढ़ता ही रहेगा और इसके साथ–साथ हम भी एक–एक कदम से सफलता की सीढ़ियाँ चढ़ते जाते हैं। सफलता भी एक दिन का परिणाम नहीं होती उसके लिए निरन्तर श्रम करना होता है। हम जो भी श्रम, मेहनत करते हैं उसका फल हमें अवश्य मिलता ही मिलता है। चाहे उसकी हम भले ही अपेक्षा न करें।

ऐसे अनेकों महानुभाव हमारे देश और विदेश में भी हुए जिन्होंने अपने हर संकल्प को सफल करने के लिए निरन्तर प्रयास किया, मेहनत की, असफलता का सामना भी करना पड़ा परन्तु वे उस असफलता को अनुभव बनाकर उसी को रास्ता बनाया और मंजिल को प्राप्त किया।

सर इसाक न्यूटन (Isaac Newton) एक प्रमुख वैज्ञानिक, भौतिक शास्त्री एवं गणितज्ञ थे। अनेकों आविष्कारों में उनका मुख्य आविष्कार गुरुत्वाकर्षण का सिद्धांत था। साथ–साथ गति का नियम, परावर्तक दूरबीन एवं अनेकों गणित के नियम भी आपने दिए। आपका जन्म 25 दिसम्बर को हुआ था। इसी दिन हमारे देश के एक प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी का जन्म हुआ था। आपकी मनमोहक वाणी सबको मुग्ध कर लेती थी। आपके विपक्षी भी आपकी तारीफ करते थे। आप कुशल वक्ता, कवि, राजनैतिज्ञ, देशभक्त एवं अनुशासन को अपनाते थे। आप भारत–रत्न से भी सम्मानित किए गए थे।

हम सभी जानते हैं कि इसी दिन जीसस क्राइस्ट का भी जन्मदिन पूरे विश्व में मनाया जाता है। आपकी शिक्षाएँ आज भी उतनी ही महत्वपूर्ण एवं शिक्षाप्रद हैं जितनी हजारों वर्ष पहले थीं। मुख्यतः आपका सन्देश था कि अपने पड़ोसी से ऐसा व्यवहार करो जो हम अपने साथ पसन्द करते हैं। यानि उसको भी उतना प्रेम करो जितना हम अपने आप से करते हैं। यदि कोई आपको एक चांटा मारे तो दूसरा गाल आगे कर दो।

हमारे देश के श्रीनिवास रामानुजन का जन्म भी इसी माह में हुआ था। आप बहुत ही प्रतिभाशाली गणितज्ञ थे। आपकी याददाश्त और प्रश्न हल करने की क्षमता आज के कैलकुलेटर से की जा सकती है।

ऐसे अनेकों और भी बुद्धिजीवी, दार्शनिक भी हुए हैं। उनमें से एक महान सन्त जिन्होंने हमारी हँसती दुनिया को आरम्भ किया और आज उनकी कृपा एवं आशीर्वाद से 50 वर्ष पूरे कर चुकी है। आपकी दूरदृष्टि, सामाजिक जागरूकता के कारण बच्चों में सकारात्मक बदलाव एवं अध्यात्मिक विकास का सपना भी साकार हो रहा है। आपका जन्म भी 10 दिसम्बर, 1930 को हुआ था। आपने सबको मानवता का पाठ पढ़ाया। एक अच्छा मानव ही अच्छा नागरिक बन सकता है। बिना प्रेम के जीवन को जीवन नहीं कहा जा सकता। परमात्मा का दर्शन अगर हो जाए तो विश्व भाईचारा भी स्थापित हो सकता है। आप हैं हमारे सत्गुरु बाबा गुरबचन सिंह जी महाराज। हम सारे विश्व के प्राणी आपके हँसती दुनिया के जन्म के प्रयास को नमन करते हैं और अपना हृदय से आभार प्रगट करते हैं।

–विमलेश आहूजा

हमारे पवित्र ग्रंथ

सम्पूर्ण अवतार बाणी

पद संख्या 284

जदों हंकार नूं छडिये उदों निरंकार मिलदा ए।
जदों गुरबचन नूं मन्निये उदों अवतार मिलदा ए।
गुरु दी मत्त दे साहवें कदे हंकार नहीं टिकदा।
जिवें हंकार दे साहवें कदे सत्कार नहीं टिकदा।
एह तन मन जिस ने दित्ता ए इस निरंकार नूं समझो।
न दातां विच उलझ जाओ असल दातार नूं समझो।
झुकाया सीस मैं चरनीं तां तेरी दीद होई ए।
तेरा दर्शन जदों कीतै तां मेरी ईद होई ए।
चरण सत्गुर दे ना मिलदे ना एह सत्कार मिलणा सी।
ना मिलणा सी गुरु अवतार ना निरंकार मिलणा सी।

भावार्थ : उपरोक्त पद में बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि जब तक इन्सान अहंकार नहीं छोड़ता, तब तक उसे निरंकार–प्रभु–परमात्मा नहीं मिलता है। जहाँ अहंकार है वहाँ निरंकार का अहसास नहीं होता। निरंकार कण–कण में मौजूद है। जर्रे–जर्रे में समाया हुआ है लेकिन अहंकार करने वाले के अहसास में यह कण–कण वासी कभी नहीं आता। जब इन्सान गुरुवचन को मान लेता है तो उसे सत्गुरु अवतार मिल जाता है। अगर गुरुवचनों को न मानें तो सत्गुरु के चरणों का आनंद कभी प्राप्त नहीं किया जा सकता। गुरु की मत को स्वीकार करना ही गुरु के वचनों को मानना है। जहाँ अहंकार है, वहाँ सत्कार वाला भाव भी मन में नहीं टिकता। अहंकार को त्यागने से ही सत्कार का भाव मन में प्रफुल्लित होता है।

बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि जिस परमात्मा ने ये बहुमूल्य दातें दी हैं इन दातों का आनंद तो लेना है पर इनमें उलझकर नहीं रह जाना है। दातार की असल समझ भी तभी आती है जब इसकी ओर कदम बढ़ाते हैं न कि तब जब इसकी दी हुई दातों में उलझकर रह जाते हैं। इसलिए दातों में न उलझें बल्कि इस दातार को समझें। सत्गुरु ने इसका यही सहज उपाय बताया है कि दातार की दी हुई दातों तन, मन, धन को दातार का ही मानना है। जिस प्रभु ने इन्हें दिया है उन्हें इस प्रभु की देन ही स्वीकार करनी है। जब सत्गुरु के चरणों में श्रद्धापूर्वक सिर झुकाते हैं तो तत्काल इसके दर्शन हो जाते हैं।

बाबा अवतार सिंह जी समझा रहे हैं कि जिस क्षण सत्गुरु के चरणों का आसरा मिला तो सत्कार–प्यार भी मिलने लगा। अगर ये पावन–पवित्र चरण न मिलते तो न सत्कार मिलना था और न ही निरंकार–प्रभु के दर्शन ही होने थे। फिर तो भटकते, ठोकर खाते, अपयश सहते ही जीवन बीत जाता। हर इन्सान ने सत्गुरु के चरणों में आकर निरंकार–प्रभु का ज्ञान प्राप्त करना है। इसके दर्शन करके सुखी होना है।

अनमोल वचन

❖ जो ईश्वर को कण–कण में देखते हैं वे ही प्रसन्न रहकर सम्पूर्ण ज्ञान प्राप्त कर सकते हैं।

– निरंकारी मिशन

❖ विद्यार्थी का बाल्यकाल सबसे महत्व का समय है। उस समय मिला हुआ ज्ञान कभी भूलता नहीं।

– महात्मा गाँधी

❖ विद्यार्थी का जीवन लक्ष्य न केवल परीक्षा में उत्तीर्ण होना, स्वर्ण पदक प्राप्त करना, अपितु देश–सेवा की क्षमता एवं योग्यता व स्वयं की ऊर्जा को जगाना भी है।

– नेता सुभाषचन्द्र बोस

❖ जब तक मन नहीं जीता जाता, राग द्वेष शान्त नहीं होते तब तक मनुष्य इन्द्रियों का गुलाम बना रहता है।

– विनोबा भावे

❖ अपने विवेक को शिक्षक बनाओ, शब्दों का कर्म से और कर्म का शब्दों से मेल कराओ।

– शेक्सपीयर

❖ वे कितने गरीब हैं जिनके पास धैर्य नहीं।

– निर्मल जोशी

❖ जो बलवान होकर निर्बलों की रक्षा करता है वह सभ्य मानव कहलाता है। बल के अहंकार में निर्बल का उत्पीड़न करने वाला तो पशु होता है।

– महर्षि दयानंद

❖ हँसमुख और प्रसन्न रहने में कुछ प्रयास की आवश्यकता है, अपने को प्रसन्न रखना भी एक कला है।

– लार्ड एवेबरा

❖ परिश्रम वह चाबी है जो सोये भाग्य के फाटक खोल देती है।

– चाणक्य

❖ बुद्धिमानों की झिड़कियाँ सुनना भला है लेकिन मूर्खों से गीत सुनना अच्छा नहीं।

– इन्जील

❖ जीवन केवल समय काटने के लिए नहीं है, बड़ा बनने के लिए है।

– मार्शल

❖ मिलने पर मित्र का आदर करो, पीठ पीछे उसकी प्रशंसा करो तथा आवश्यकता के समय उसकी मदद करो।

– अरस्तु

❖ जो कार्य आपके सामने है उसे शीघ्रता एवं निष्कपट भाव से करना ही कर्तव्य है। यही आपके अधिकार की पूर्ति है।

– गेटे

❖ जब–जब हम गिरते हैं हमें आगे चलने का तजुर्बा हो जाता है।

– सुकरात

❖ जिस घर में छोटे–बड़े सब मिलकर रहते हैं, वह घर अपने बल पर सदा सुरक्षित रहता है।

– अथर्ववेद

❖ विनम्रता से श्रेष्ठ कोई अस्त्र नहीं।

– सूक्ति

❖ यदि मन साफ है तो कोई तीर्थ करने की आवश्यकता नहीं।

– सन्त रविदास

विनती

–राधेलाल 'नवचक्र'

हम हैं छोटे–छोटे बालक,
भगवन आप जगत के पालक।
हमारी विनती सुन लो आज,
कहते हमें न आती लाज।।

हमें ज्ञान दो, बल भी देना,
सभी बुराई तू हर लेना।
अपनापन का भाव जगा दो,
सब से नेह करना सिखा दो।।

सूरज, सागर और सितारे,
लगते हैं सब कितने प्यारे।
तेरी महिमा बड़ी निराली,
सभी तरफ फैली हरियाली।।

शीश झुकाकर, हाथ जोड़ हम,
करते रोज तुम्हें प्रणाम।
हम हैं छोटे–छोटे बालक,
भोले–भाले नटखट बालक।।

जीवन पथ

–महेन्द्र सिंह शेखावत

कर्म के पथ पर है चलना।
सत्य के पथ पर है चलना।
आये चाहे कितनी बाधा,
हँसते–हँसते है चलना।

आगे ही हमको बढ़ना।
पीछे नहीं कभी रहना।
सच्चाई नेकी के पथ पर,
हरदम है हमको चलना।

नहीं किसी का बुरा करें हम।
आपस में न कभी लड़ें हम।
करें सदा हम मदद सभी की,
नहीं किसी से कभी डरें हम।

नियमित पढ़ाई

– ओ. पी. राजकुमार

गीतेन्द्र हमेशा अपनी परीक्षा में प्रथम आता था। इस वर्ष ग्रीष्मावकाश के बाद उसकी पढ़ाई प्रारम्भ हुई तो वह हमेशा की भाँति अपनी पढ़ाई में जुट गया। एक रात बिजली चली जाने पर वह दीपक जलाकर अपनी पढ़ाई कर रहा था तभी उसके पड़ोस में रहने वाला लोकेश वहाँ पर आ गया। वह उसके विद्यालय में उसकी कक्षा में ही पढ़ता था। गीतेन्द्र को पसीने में भीगे हुए देखकर वह उससे बोला– अभी तो पढ़ाई शुरू ही हुई है और तुम अभी से अपनी पढ़ाई में जुट गये? पढ़ाई के लिए तो पूरा साल पड़ा हुआ है। सुनकर गीतेन्द्र मुस्कुराते हुए उससे बोला– नियमित रूप से अपनी पढ़ाई करने पर ही हम लोग अपनी परीक्षा में अच्छी श्रेणी में उत्तीर्ण हो सकते हैं। सुनकर लोकेश उसकी ओर देखने लगा तो गीतेन्द्र उससे बोला– अपनी कक्षा में पढ़ते समय हमें अपने शिक्षकों की बातों को भी ध्यानपूर्वक सुनना चाहिए और अगर उनकी कोई बात हमारी समझ में न आए तो उसे उसी समय उनसे पूछना चाहिए। अधिकांश छात्र उस समय उनकी बातों पर अपना ध्यान न देकर अपनी दूसरी बातों में ही उलझे रहते हैं।

यही हाल मेरा है यार। मैं भी यह सोचकर उस समय अपना ध्यान नहीं देता हूँ कि उन्हें मैं अपनी किताबों में ही पढ़ लूँगा। सुनकर लोकेश ने कहा तो किसी काम से वहाँ पर आई उसकी माँ उनकी इन बातों को सुनकर उससे बोली– तभी तो तू हर साल कभी सप्लीमेंट्री से तो कभी ग्रेस से पास होता है।

गीतेन्द्र फिर बोला– नियमित रूप से अपनी पढ़ाई करने पर हम लोग अपने शिक्षकों के पूछे गए प्रश्नों के उत्तर को भी सही ढंग से दे देते हैं और अपनी परीक्षाओं के दिनों में हमें उनकी तैयारी करने में भी अधिक परेशानी नहीं होती है। नियमित रूप से अपनी पढ़ाई न करने वाले छात्र अपनी परीक्षाओं के दिनों में कुछ प्रश्नों को याद कर लेते हैं। अगर संयोगवश वे उनके प्रश्नपत्रों में आ जाते हैं तो ठीक वरना वे अनुत्तीर्ण हो जाते हैं।

यह सुनकर लोकेश उसकी बुद्धि मानी पर मुस्कुराने लगा तो गीतेन्द्र

उससे बोला– नियमित रूप से अपनी पढ़ाई करने वाले छात्रों को हर प्रश्न का जवाब पूर्ण रूप से याद रहता है। अपनी परीक्षाओं में वे हर प्रश्न का जवाब सही ढंग से देकर न सिर्फ अच्छी श्रेणी में अपनी परीक्षाएँ उत्तीर्ण करते हैं बल्कि वे विशेष योग्यता प्राप्त करके अपने विद्यालय में प्रथम स्थान प्राप्त करते हैं। पिछले वर्ष एक गाँव के छात्र ने अपने राज्य में प्रथम स्थान प्राप्त करके अपना और अपने गाँव के विद्यालय का नाम रोशन कर दिया था।

गीतेन्द्र की इन बातों को सुनकर लोकेश नियमित पढ़ाई का महत्व जान चुका था। वह अपनी एक परेशानी के बारे में उससे बोला– मैं प्रश्नों के जवाबों को रटता रहता हूँ। जरा–सा भूल जाने पर मैं उन्हें बिल्कुल ही भूल जाता हूँ।

यह सुनकर गीतेन्द्र उसकी इस परेशानी का हल बताते हुए बोला– हमें अपने प्रश्नों के उत्तर रटने नहीं चाहिए बल्कि समझने चाहिए। समझते हुए प्रश्नों के जवाबों को याद करने से हम लोग उन्हें आसानी से याद रख सकते हैं। सुनकर लोकेश खुशी से मुस्कुरा उठा था। गीतेन्द्र उसे आगे बताते हुए बोला– नियमित रूप से अपनी पढ़ाई करने का हमें एक लाभ यह भी होता है कि किसी वजह से हमें अपनी परीक्षाओं के दिनों में पढ़ाई के लिए पर्याप्त समय नहीं मिल पाए तब भी हम अपनी परीक्षाएँ ठीक ढंग से दे सकते हैं।

पिछले वर्ष परीक्षाओं के दिनों में मेरी मम्मी की तबियत अचानक खराब हो गयी थी। इस वजह से मुझे अपनी पढ़ाई के लिए पर्याप्त समय नहीं मिल पाया था। मैं कुछ ही समय तक अपनी पढ़ाई करके अपनी परीक्षाएँ देता रहा था मगर फिर भी मैंने अपनी परीक्षाएँ प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण की थीं।

अब मैं नियमित पढ़ाई का महत्व समझ चुका हूँ। अब मैं भी आज से ही अपनी नियमित रूप से पढ़ाई करके अपनी परीक्षाएँ प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण करके अपनी मम्मी के सपनों को पूरा करने की कोशिश करूँगा। लोकेश ने अपनी माँ को ओर देखते हुए कहा। सुनकर उसकी माँ खुशी से मुस्कुरा उठी थी। ♦

आदमी से पहले धरती पर आया कछुआ!

–कैलाश जैन

प्रायः हमारे दिमाग में कछुए की छवि अपनी धीमी चाल के बावजूद खरगोश से दौड़ जीतने वाले प्राणी के तौर पर बनी हुई है। इस मशहूर कहानी ने कछुए को बेपनाह शोहरत दिलाई है। यह प्राणी इस धरती पर मानव–सभ्यता के उदय से बहुत पहले ही आ चुका था। शरीर–वैज्ञानिक शारीरिक संरचना के नजरिये से इसका रिश्ता विशालतम प्राणी डायनासोर से जोड़ते हैं, जिसके बारे में माना जाता है कि वह इस धरती के पहले जीव थे।

जल और थल दोनों जगह रहने वाले इस उभयचर प्राणी को सरीसृप वर्ग का सदस्य माना जाता है। चार पैरों वाले इस प्राणी का समूचा शरीर एक सख्त खोल से ढका रहता है। यह खोल पृष्ठ तल पर चपटी और वृताकार प्लेट से बने आवरण की तरह होता है, जो इसके नाजुक शरीर को शत्रुओं से सुरक्षा प्रदान करता है। इसके गोल सिर पर दो छोटी–छोटी आँखें होती हैं तथा एक कठोर चोंच होती है। किसी भी खतरे का आभास होते ही यह अपनी गर्दन सहित समस्त अंगों को खोल के भीतर समेट लेता है। त्वचा से ढके हुए कान एवं छोटी–सी चपटी पूँछ इसकी खास विशेषता है। इसके मुँह में दाँत नहीं होते हैं, बल्कि दाँत की जगह एक सख्त हड्डी होती है, जिसे यह अपने शिकार को काटने के लिए इस्तेमाल करता है।

कछुओं की लगभग ढाई सौ प्रजातियां खोजी जा चुकी हैं, जिन्हें मुख्यतया तीन वर्गों में विभाजित किया जा सकता है। समुद्री कछुए, टेरापींस अथवा ताजे पानी के कछुए तथा स्थलीय कछुए।

समुद्री कछुए आकार–प्रकार की दृष्टि से अपेक्षाकृत बड़े और विशाल होते हैं। इनमें लेदरी कछुए प्रमुख हैं। इसकी लम्बाई दो मीटर तथा वजन 500 किलोग्राम तक होता है। यह भारत के निकोबार द्वीप–समूह के आसपास बड़ी मात्रा में पाये जाते हैं। ये कछुए नन्हीं जैली–फिश का शिकार करते हैं। इस प्रजाति के कछुए समुद्र में पाँच सौ मीटर से भी अधिक गहराई तक गोता लगा सकते हैं।

समुद्री कछुओं में दूसरी बड़ी प्रजाति ग्रीन कछुआ है। इसे संसार में सर्वाधिक मूल्यवान कछुआ माना जाता है। यह भारत में प्रायः सभी समुद्र तटों पर पाया जाता है। इस जाति के रिडले नामक कछुए का वजन 50 से 70 किलोग्राम तक तथा लम्बाई 75 सेंटीमीटर के लगभग होती है। आदमी द्वारा इनके अन्धाधुन्ध शिकार तथा पर्यावरण सम्बन्धी असन्तुलन के कारण कछुओं की ग्रीन प्रजाति लुप्त होने के कगार पर है। समुद्री कछुओं के वर्ग में हावसविल, लोग्गर, हेडरा नामक प्रजातियां उल्लेखनीय हैं।

ताजे पानी की झीलों, तालाबों एवं नदियों में रहने वाले कछुओं की तकरीबन दो सौ प्रजातियां पाई जाती हैं। इनमें सिर एवं पैरों को अपने खोल में समेटने की क्षमता होती है। आमतौर पर इन कछुओं का खोल बड़ा एवं सख्त होता है, मगर कुछ प्रजातियों के कछुओं के खोल मुलायम एवं नर्म होते हैं।

स्थलीय कछुए की पैंतीस प्रजातियां पाई जाती हैं। ये कछुए आमतौर पर जमीन पर ही रहते हैं। सिर्फ पानी पीने या नहाने के लिए ही जल तक जाते

हैं। ये कछुए सामान्यतः गर्म जलवायु वाले क्षेत्रों में रहना पसन्द करते हैं।

उम्र के मामले में कछुए वाकई भाग्यशाली होते हैं। इनकी औसत आयु सौ वर्ष मानी गई है। कुछ वैज्ञानिकों की मान्यता है कि कछुए अधिकतम तीन सौ वर्षों तक जी सकते हैं।

कछुए की कुछ प्रजातियां शाकाहारी होती हैं, जो हरी घास, पत्तियां, बीज, गिरे हुए फल आदि खाती हैं। इसके विपरीत कुछ प्रजातियों के कछुए खासतौर से समुद्री कछुए मांसाहारी होते हैं तथा मछलियों, मेंढकों और अन्य समुद्री जीवों से अपना पेट भरते हैं।

चाल के मामले में बेचारा कछुआ बहुत धनवान है। यह अपनी शारीरिक बनावट के कारण जमीन पर बहुत कम गति से चल पाता है। किन्तु लेदर बैक टटेल कछुआ खतरे की अवस्था में पैंतीस किलोमीटर प्रति घंटा की गति से भाग सकता है।

कछुआ बहुत प्राचीनकाल से ही आदमी के लिए बहुत उपयोगी रहा है। प्राचीन समय में तलवार के वार से बचने के लिए कछुए की पीठ से बनी ढाल का इस्तेमाल होता था। आजकल कछुए के सख्त खोल पर कलाकृतियां बनाकर उन्हें ड्राइंगरूम में सजाने का फैशन चल पड़ा है।

कछुए हमारे पर्यावरण–सन्तुलन की एक महत्वपूर्ण कड़ी है। अपने स्वार्थ के लिए आदमी द्वारा इनकी बड़े पैमाने पर की जा रही हत्याओं के चलते मुख्य प्रजातियों के कछुए लुप्त होने के कगार पर पहुँच गये हैं। ♦

चित्रकथा

चित्रांकन एवं लेखन : अजय कालड़ा

उसके माता–पिता बहुत गरीब थे इसलिए वे उसे स्कूल नहीं भेज सके। परन्तु रघु बहुत बुद्धिमान था इसलिए सभी उसे बहुत प्यार करते थे।

एक दिन की बात है। रघु पहाड़ी की तलहटी में भेड़ें चरा रहा था कि अचानक जोर की आँधी चलने लगी।

रघु झटपट अपनी भेड़ों को इकट्ठा करके एक गुफा में ले आया।

उसके ध्यान से देखने पर, उसे उनमें कुछ भेड़ें कम लगीं। उसने फुर्ति से गुफा के द्वार को पत्थर से बन्द किया और शेष भेड़ों को ढूंढने चल पड़ा।

आँधी बहुत तेज थी और वर्षा भी होने लगी थी, तभी रघु ने देखा कि पहाड़ी से गुजरने वाली रेलवे–लाइन पर एक बहुत बड़ी चट्टान के टुकड़े पड़े हैं।

अरे! यदि रेलगाड़ी इन टुकड़ों से टकरा गई तो बहुत बड़ी दुर्घटना हो जाएगी। हो सकता है कि रेलगाड़ी पलट कर खाई में गिर जाए।

इस तरह तो जान–माल की बहुत हानि हो जाएगी। तभी उसे रेलगाड़ी की सीटी सुनाई दी। रघु ने तुरन्त अपने गले में बँधा लाल स्कार्फ (मफलर) खोल लिया और एक पल की देरी किए बिना रेलगाड़ी की ओर दौड़ पड़ा।
रघु दौड़ता ही जा रहा था। उधर रेलगाड़ी तीव्र गति से आ रही थी, लेकिन वह अपने प्राणों की परवाह किए बिना भागता जा रहा था। वह स्कार्फ को हिलाते हुए बोलता जा रहा था– 'रोको–रोको, आगे खतरा है।'
रेलगाड़ी के ड्राइवर ने जब लाल स्कार्फ देखा तो तुरन्त गाड़ी रोक दी क्योंकि लाल रंग खतरे का संकेत भी देता है।
दुर्घटना से बचाने के लिए रेल अधिकारियों ने रघु की सराहना करते हुए उसे पुरस्कृत करने की घोषणा की। गाँववालों को जब इस घटना का पता चला तो वे भी उसकी प्रशंसा किए बिना न रह सके।

झुक कर झुकाया जाता है

– डॉ. रामलखन प्रजापति

महाभारत का युद्ध जीतने के बाद पांडवों ने एक बड़ा भारी प्रीतिभोज एवं यज्ञ का अनुष्ठान किया। दूर–दूर के छोटे–बड़े सभी राजाओं को उस यज्ञ में बुलाया गया। उस यज्ञ में बड़े–बड़े साधु–महात्मा भी आये। युधिष्ठिर ने अपने भाइयों को मेहमानों की देखभाल करने के लिए अलग–अलग काम सौंप दिया था। यज्ञ खत्म होने के बाद अब भोजन कराना शेष था। तभी आ पहुँचे कृष्ण।

कृष्ण जी को देखकर पाँचों भाई उनके पास आए। यह देखकर एक राजा ने कहा, लो आ गए अब कृष्ण–कन्हैया। अब तो पाँचों भाई इनकी ही सेवा में व्यस्त हो जाएँगे।

कृष्ण जी ने यह बात सुन ली और मुस्कुरा दिए। फिर युधिष्ठिर से पूछा– मेरे हिस्से में क्या काम दिया है तुमने?

युधिष्ठिर ने कहा– आपको भला क्या काम दें? काम तो हमलोग कर ही रहे हैं, आप तो हमारे विशिष्ट अतिथि हैं। ऊपर आसन पर विराजिए।

कृष्ण जी ने कहा– मैं विराजने नहीं, काम करने आया हूँ। मुझे कुछ काम करना चाहिए। युधिष्ठिर समेत सभी भाई बहुत परेशानी में पड़ गये। भला कृष्ण जी को क्या काम दिया जा सकता है? किसी के भी समझ में कृष्ण जी को देने लायक कोई काम नहीं आया। अन्त में युधिष्ठिर ने कृष्ण जी से कहा– अच्छा तो आपको जो काम अच्छा लगे आप वही काम करना शुरू कर दीजिए।

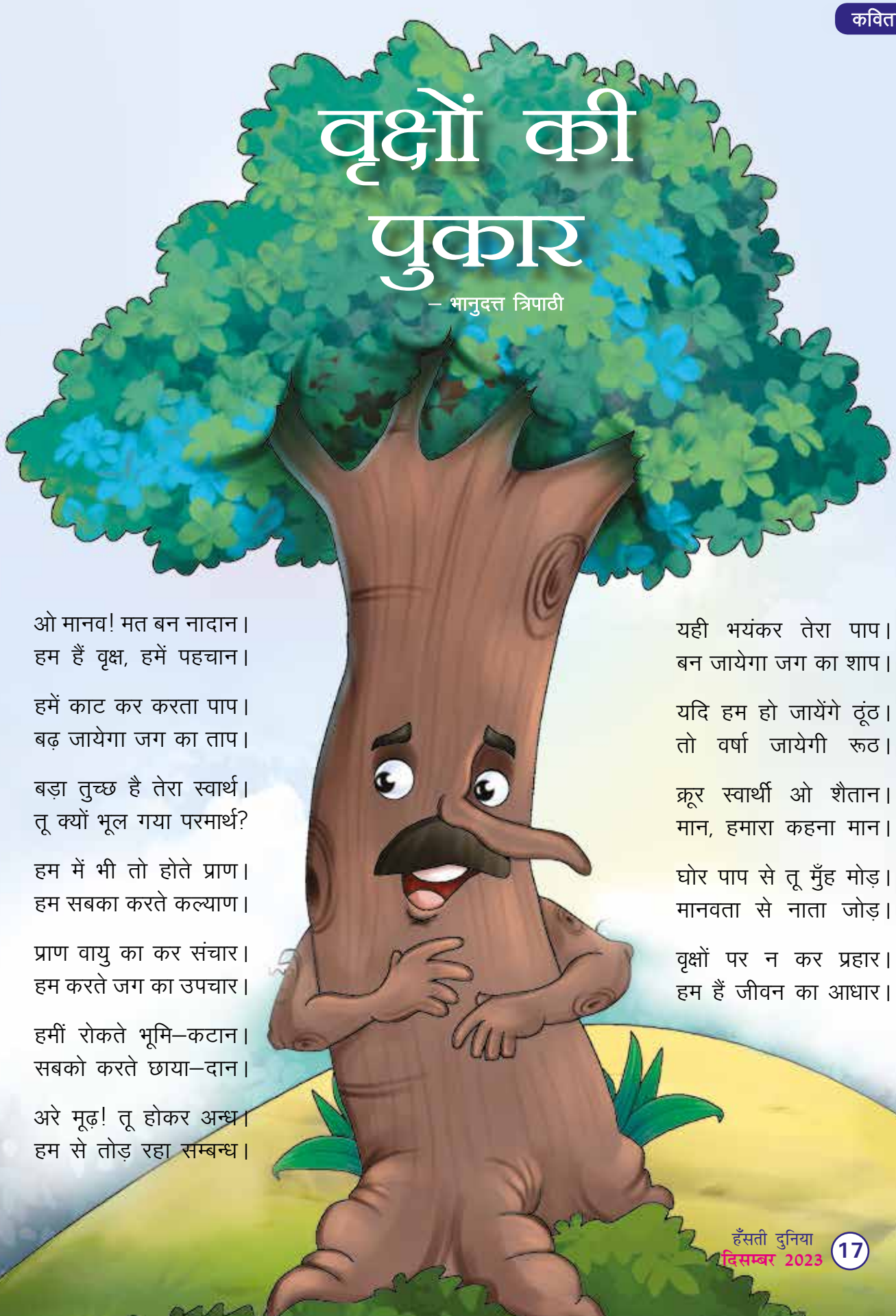
कृष्ण जी मुस्कुराते हुए उस ओर चले गए जहाँ भोज चल रहा था। लोग भोजन कर रहे थे। वहाँ पहुँचकर वे जूठी पत्तलें उठाने लगे। युधिष्ठिर को जब पता चला तो वे भागे–भागे वहाँ आए और कृष्ण जी का हाथ पकड़कर बोले– आप यह क्या करने लगे हैं?

कृष्णजी ने हाथ छुड़ाकर कहा– जो काम मुझे अच्छा लगा वही कर रहा हूँ। सेवा से बड़ा और क्या काम हो सकता है। मैंने सबसे बड़ा काम करना शुरू कर दिया है। तुम मुझे अब क्यों रोक रहे हो?

यह सब देखकर एक महात्मा ने कहा– झुककर झुकाना कृष्ण जी से ही सीखा जा सकता है। जिस राजा ने कृष्ण जी पर आवाज कसी थी, वे तो यह सब देखकर पानी–पानी हो रहे थे और कृष्ण जी उनकी स्थिति देखकर मन्द–मन्द मुस्कुरा रहे थे। ♦

वृक्षों की पुकार

– भानुदत्त त्रिपाठी



ओ मानव! मत बन नादान।
हम हैं वृक्ष, हमें पहचान।

हमें काट कर करता पाप।
बढ़ जायेगा जग का ताप।

बड़ा तुच्छ है तेरा स्वार्थ।
तू क्यों भूल गया परमार्थ?

हम में भी तो होते प्राण।
हम सबका करते कल्याण।

प्राण वायु का कर संचार।
हम करते जग का उपचार।

हमीं रोकते भूमि–कटान।
सबको करते छाया–दान।

अरे मूढ़! तू होकर अन्ध।
हम से तोड़ रहा सम्बन्ध।

यही भयंकर तेरा पाप।
बन जायेगा जग का शाप।

यदि हम हो जायेंगे ठूंठ।
तो वर्षा जायेगी रूठ।

क्रूर स्वार्थी ओ शैतान।
मान, हमारा कहना मान।

घोर पाप से तू मुँह मोड़।
मानवता से नाता जोड़।

वृक्षों पर न कर प्रहार।
हम हैं जीवन का आधार।

आस्ट्रेलिया का अद्‌भुत वन्य प्राणी : कंगारू

– परशुराम शुक्ल

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

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

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

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

कंगारू की प्रजनन प्रक्रिया बड़ी अद्‌भुत होती है। इसका प्रजननकाल मात्र चार सप्ताह है। मादा कंगारू एक समय में केवल एक बच्चे को जन्म देती है। जन्म के समय इसका बच्चा

अपूर्ण होता है। उसके न आँख होती है, न कान, आकार मात्र एक इंच तथा वजन पच्चीस ग्राम से भी कम होता है। मादा कंगारू के पेट में पिछली टाँगों के मध्य मुलायम, रोयेंदार एक थैली होती है। मादा कंगारू जन्म के तुरन्त बाद बच्चे को अपनी थैली में रख लेती है। कंगारू का नवजात बच्चा इतना शक्तिहीन होता है कि अपने आप स्तनपान भी नहीं कर पाता। मादा कंगारू अपने बच्चे को सात–आठ महीने इसी तरह अपने पेट की थैली में रखकर पालती है। जब बच्चा सात महीने का हो जाता है तो थैली के बाहर झांकना आरम्भ कर देता है। मादा कंगारू जब चरती है तो वह भी दो–चार पत्तियाँ तोड़ लेता है। कभी–कभी वह थैली के बाहर भी आ जाता है लेकिन जैसे ही आस–पास हल्की सी आहट भी होती है तो वह थैली में जाकर छुप जाता है। एक वर्ष तक यही स्थिति रहती है। इसके बाद वह थोड़ा बहुत स्वतंत्र रूप से विचरण करने लगता है। दो–ढाई वर्ष में कंगारू पूर्ण रूप से युवा हो जाता है।

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

दुश्मन बने दोस्त

–राधेलाल 'नवचक्र'

लम्बे समय के बाद हजरत उमर एक ऐसे बादशाह की राजधानी में पहुँचे जिससे बरसों से उनका मन–मुटाव चल रहा था। जब वे वहाँ पहुँचे तो संयोग ऐसा था कि ऊँट की पीठ पर उनका गुलाम बैठा था और वे ऊँट की नकेल पकड़े हुए नीचे खड़े थे।

बादशाह के वजीर ने ऊँट पर सवार गुलाम को ही हजरत उमर समझकर उन्हें सलाम करने गए तो गुलाम ने घबराकर कहा– बादशाह हजरत उमर तो ऊँट की नकेल पकड़े हैं। मैं तो उनका एक साधारण–सा गुलाम हूँ।

यह सुनकर सबको हैरानी हुई। सच्चाई क्या है? सबने जानना चाहा।

हजरत उमर ने रहस्य खोला। बात एकदम सीधी–सी है। हम लोग लम्बे सफर से आ रहे हैं। प्रत्येक चार कोस पर कभी मैं और कभी मेरा गुलाम ऊँट की पीठ पर सवार होकर चलते आए हैं। जब मैं सवार होता, ऊँट की नकेल गुलाम के हाथ में और जब वह सवार रहता तो ऊँट की नकेल मेरे हाथ में होती। इस समय बारी थी गुलाम की इसलिये ऊँट की नकेल मेरे हाथ में है।

जब यह खबर बादशाह के कानों में पहुँची तो वह भी चकित रह गए। फिर उसने आकर उनका बहुत सम्मान करते हुए कहा– जो बादशाह अपने गुलाम के साथ इतनी आदमियता का सलूक करता है, भला उससे मेरी कैसी लड़ाई। आज से आप मेरे उस्ताद हैं और मैं हूँ आपका शागिर्द।

उसी दिन से दोनों की लड़ाई खत्म हो गयी और दुश्मन बन गए दोस्त। ♦

बेर के पेड़ का दर्द

– फारुख हुसैन

गोविन्द नगर गाँव से सटे जंगल के किनारे एक बेर का पेड़ लगा हुआ था। जो हर बार की तरह इस बार भी पके–पके बेरों से लदा हुआ था और पके बेर अपने आप जमीन पर गिरते जा रहे थे। लेकिन पिछले तीन–चार सालों से पक्षियों के अलावा उनको खाने वाला कोई नहीं था। बेचारा बेर का पेड़ हर रोज की तरह आज फिर गाँव से आने वाली सड़क की ओर देख रहा था। उसे लग रहा था कि अभी गाँव से नन्हे–मुन्ने बच्चे उस पर लगे बेर खाने आएंगे। लेकिन शाम होने के बावजूद भी कोई भी बच्चा उधर से नहीं गुजरा। हाँ कुछ राहगीर वहाँ से गुजरे थे जिन्होंने उसकी ओर देखा भी नहीं था।

एक वक्त था जब उस पर फल आते ही दूर–दूर से बच्चे उसके फल खाने के लिए उसके इर्द–गिर्द जमा रहते और उस पर लगे खट्टे–मीठे बेरों को तोड़कर खूब मजे से चटखारे लेकर खाते और यहीं नहीं बेरों को तोड़ने के लिए बच्चे कभी पत्थर, लकड़ी और भी न जाने क्या–क्या उस पर फेंककर मारा करते, जिसकी चोट पड़ते ही बेर भर–भराकर नीचे गिर जाते और सब बच्चे जमीन पर गिरे बेरों को उठाने लग जाते। यह सब देखकर उसे बड़ा मजा आता। उस पर फेंके जाने वाले पत्थर व अन्य चीजों की चोट उस पर लगने से उसे थोड़ा दर्द तो होता लेकिन बच्चों की खुशी के आगे वह अपना दर्द भूल जाता।

''क्या बात है बेरू दादा मैं देख रहा हूँ जब से आप पर फल आये हैं तब से आप बहुत उदास लग रहे हैं।'' उसके तने के कोटर में रहने वाले मिट्ठू तोते ने उसकी डाली पर बैठते हुए उससे पूछा।

''क्या बताऊँ मिट्ठू, पता नहीं क्या हो गया है काफी समय बीत गया है। लेकिन मेरे फल को खाने

के लिए अब कोई बच्चा इधर आता ही नहीं। पहले तो बेर लगते ही बच्चों की भीड़ लग जाती थी।'' बेर के पेड़ ने मिट्ठू को बताया।

दादा, जब से लोगों के बीच 'एंड्रॉइड' फोन क्या आ गया। सब कुछ बदल गया है। बड़े तो बड़े अब बच्चे भी मोबाइल के जैसे गुलाम हो गए हैं। अब तो बच्चों ने खेलना–कूदना तक सब बंद कर दिया है।'' मिट्ठू तोता मायूस होकर बोला।

''वो तो मुझे भी पता है कि मोबाइल फोन काफी वक्त से सभी इस्तेमाल कर रहे हैं लेकिन कुछ नहीं बदला था और यह 'एंड्रॉइड' फोन क्या है यह मैं नहीं समझा।'' बेर के पेड़ ने हैरानी से मिट्ठू से पूछा।

''दादा एंड्रॉइड फोन वह होता है जिसमें इंटरनेट चलता है और जिसमें सभी बच्चे ऑनलाइन गेम खेलना, कार्टून फिल्में देखना और व्हाट्स एप, इंस्टाग्राम और भी न जाने क्या–क्या चलाना पसन्द कर रहे हैं। अब उन्हें किसी तरह से अन्य चीजों से मतलब नहीं है।'' मिट्ठू तोते ने बेरू दादा को समझाते हुए बताया।

''लेकिन अगर बच्चे खेलेंगे–कूदेंगे नहीं तो उनका शारीरिक और मानसिक विकास कैसे होगा और ऐसा न करने पर वे अक्सर बीमार भी रहेंगे।'' यह सब जानकर बेर का पेड़ परेशान होकर बोला।

''आप सही कह रहे हैं दादा, जब से यह मोबाइल चले हैं तब से सब कुछ बदल गया है। बच्चों ने बिल्कुल भी खेलना–कूदना और चलना–फिरना बंद कर दिया है। मोबाइल के चक्कर में वे तो खाना, खाना भी नहीं चाहते। विद्यालय से छुट्टी होते ही वे बस आँखें गड़ाए मोबाइल ही चलाते रहते हैं। जिसकी वजह से अब बच्चों की आँखों पर बुरा असर पड़ रहा है और वे अब अक्सर बीमार रहने लगे हैं और यही नहीं अब विद्यालयों में भी मोबाइल का प्रयोग किया जाने लगा है और बच्चों की ऑनलाइन क्लासें शुरू कर दी गई हैं जिसकी वजह से मोबाइल भी बच्चों की पढ़ाई का एक हिस्सा बन चुका है और बड़े लोग भी यह सब जानते हुए अपनी सभी जिम्मेदारियों को भूल चुके हैं।'' मिट्ठू तोता धीरे से बोला।

''ओह! यह सब तो बहुत गलत हो रहा है। मुझको नहीं मालूम था कि दुनिया इतनी बदलती जा रही है।'' बेर का पेड़ हैरानी से बोला।

''हाँ दादा! लेकिन इस हो रहे बदलाव के चलते इसका खामियाजा सभी के साथ–साथ हम

सबको भी भुगतना पड़ रहा है। इन मोबाइलों की बढ़ती जरूरतें व इंटरनेट की सेवा उपभोक्ताओं को देने के लिए मोबाइल कम्पनियों की ओर से जगह–जगह पर टॉवर लगाए जा रहे हैं जिनसे निकल रही रेडिएशन तरंगों से जहाँ मनुष्यों को नुकसान हो रहा है। वहीं उनके साथ–साथ हम पक्षियों की जान की दुश्मन बन रही है और इसी वजह से हम पक्षियों की लगातार मौतें होने से हमारी संख्या भी घटती जा रही है। वहीं लगातार पेड़–पौधों के हो रहे कटान से भी बहुत परेशनियां होनी शुरू हो गयी हैं।'' मिट्ठू बोला।

बातें करते–करते अँधेरा होने लगा था इसलिए मिट्ठू तोता, बेरू दादा से 'गुडनाइट' बोलकर सोने के लिए अपने कोटर में चला गया।

उधर मिट्ठू तोते की बात सुनकर अब बेर के पेड़ की नींद उड़ चुकी थी वह सोच रहा था कि मिट्ठू सही बोल रहा है। अगर समय रहते आज की इन बातों पर ध्यान नहीं दिया उससे कहीं न कहीं न कहीं आगे चलकर सभी को बड़ा खामियाजा भुगतना पड़ेगा।

अगले दिन जब सुबह हुई तो बेर का पेड़ अब बच्चों की राह ताकना बंद कर चुका था और समझ चुका था कि बच्चे अब पुराने बच्चों की तरह नहीं रह गए हैं उनको इस आधुनिकता के दौर में ही जीने का मजा आ रहा है। ♦

पहेलियाँ

1. कौन रत्न वो देश का,
कहलाता है बोस।
'जय हिन्द' का दे गया,
हम को जो उद्घोष?

2. उल्टा–सीधा एक समान,
तीन अक्षर का मेरा नाम।
मुझसे सुन्दर दिखे जहान,
जरा बताओ मेरा नाम?

3. बीच कटूँ तो बनू समय,
पीछे कटूँ तो काम।
आँखों में शोभा पाती,
बोलो तो मैं क्या कहलाती?

4. चार पैर दो हाथ,
निर्जीव सब अंग।
मुझे पाने हेतु होते,
बड़े–बड़े हुड़दंग?

5. उसको सूरज कभी न भाय,
अंधियारे में निकसत पाय।
ज्यों–ज्यों साँप ताल को खाय,
सूखे ताल साँप मर जाय।।

6. एक नारी की दो औलादें,
दोनों का एक ही रंग।
एक चले और दूजा सोवे,
फिर भी दोनों रहती संग।।

7. जन्में रहे पतली डाल,
बदन का रंग हरा।
सिंगार का साधन यह,
रगड़ हाथ में रंग भरा।।

8. सिर पर सिकुड़ी, आगे छितरी,
हर घर में है साजा।
शान से चलती धूल उड़ती,
करती काम यह ताजा।।

9. एक पुरुष का अचरज भेद,
हाड़–हाड़ में छेद।
मोहि अचम्भा आवे ऐसे,
जीव बसे है इसमें कैसे।।

10. भूमि की मैं उपज बढ़ाऊँ,
बिना आँख के ही चल पाऊँ।
गर्मी में न आऊँ नजर,
भूमि तो है मेरा घर।।

(पहेलियों के उत्तर
किसी अन्य पृष्ठ पर देखें!)

अब्राहम लिंकन की सादगी

प्रेरक–प्रसंग : किशोर डैनियल

एक बार अमेरिका के राष्ट्रपति अब्राहम लिंकन अपने जूतों की पालिश कर रहे थे। इतने में उनके मंत्रीमंडल का एक सदस्य उनसे मिलने आया। उन्हें जूतों पर पालिश करते देखकर उसने कहा– आप इतने बड़े देश के राष्ट्रपति होते हुए भी आप स्वयं अपने जूतों पर पालिश कर रहे हैं?

इस पर अब्राहम मुस्कुराते हुए बोले– तो क्या आप किसी दूसरों के जूतों पर पालिश कराना पसन्द करोगे?

अब्राहम लिंकन आगे बोले– आदमी को स्वावलम्बी होना चाहिए। अपना काम स्वयं करने से व्यक्ति छोटा नहीं हो जाता बल्कि सन्तुष्टि मिलती है।

यह उत्तर सुनकर मंत्री महोदय उनसे बहुत प्रभावित हुए।

प्रतिष्ठा का मूल्य

– लाल सिंह

भारतवर्ष प्राचीनकाल में विभिन्न राज्यों में बँटा हुआ था। भारत के दक्षिण राज्यों में से एक राज्य था– मदुरा राज्य। मदुरा के महाराज बलदेव नीति निपुण थे। वे अपनी प्रजा को पुत्रवत् मानते थे। उनके मन–मस्तिष्क में सदैव प्रजा के हित के विचार जन्म लेते रहते थे।

एक दिन वे रात्रि के समय प्रजाजनों के कष्टों को जानने के लिए मदुरा में वेश बदलकर घूम रहे थे। अचानक एक वृक्ष के नीचे सोये हुए एक व्यक्ति पर उनकी निगाह पड़ी। वे उसके करीब आए उनके आने की आहट से उस व्यक्ति की नींद खुल गई।

महाराज बलदेव ने उनसे पूछा– आप कहाँ से आए हैं और शहर में उचित व्यवस्था होते हुए भी वृक्ष के नीचे क्यों सो गये हैं?

उस व्यक्ति ने जवाब दिया– मैं गंगा स्नान करके आ रहा हूँ और अब सेठूँ नदी में स्नान करने के लिए जा रहा हूँ। इसलिए मैं वृक्ष के नीचे सो गया हूँ जिससे मैं प्रातःकाल भोर बेला में ही अपने मार्ग की ओर प्रस्थान कर सकूँ।

राजा ने कहा– आपके वार्तालाप से मुझे ऐसा लगता है कि आप एक धर्मनिष्ठ व्यक्ति हैं। मैं आपसे कुछ बातें जानना चाहता हूँ।

वह व्यक्ति बोला– आप सहर्ष पूछिए, जितनी मेरे में बुद्धि है तदनुसार मैं उत्तर दूँगा।

राजा ने पूछा– महाशय, संसार में मनुष्य भयमुक्त क्यों नहीं है?

विषयभोगों में रोग का भय है, कुल में वियोग का भय है, धन संग्रह में चोरी और राज्य का भय है। शास्त्र में विवाद का भय है, गुण में दुर्जन का भय है और शरीर में मृत्यु का भय है। मनुष्य इन भय के कारणों को अपनाये हुए है। इनमें रुचि रखता है। अतः सदैव भययुक्त रहता है। यदि कोई व्यक्ति इन भयों से बचना चाहता है तो केवल एक वैराग्य ही धारण करने योग्य है जो अभय होने का मूलमंत्र है। उसने उत्तर दिया।

राजा ने दूसरा प्रश्न किया– संसार में जीवनयापन के लिए व्यक्ति को क्या कार्य करना चाहिए?

वह महात्मा व्यक्ति बोला– राजन्! प्रत्येक व्यक्ति को आठ महीने अति परिश्रम से धनार्जित करना चाहिए जिससे वह वर्षाऋतु में निश्चिन्त होकर आराम से रह सके, खा–पी सके। दिन में प्रत्येक व्यक्ति को इतना परिश्रम करना चाहिए जिससे उसे रात्रि में भरपूर निद्रा आ सके। जितना भी हो सके, अपने जीवन के समय को दूसरों के जीवन को सुखी बनाने के लिए प्रयोग करना चाहिए। अपने आत्मिक

उत्थान के लिए सन्त और वैराग्यवान व्यक्तियों का संग करना चाहिए जिससे उसे प्रभु–परमात्मा की जानकारी हो सके और जन्म–मरण के बन्धन से छूट जाये।

महात्मा की बातों से राजा के मन में उथल–पुथल मच गई और वह ऐसे सन्त–महात्माओं की तलाश में रहने लगा जो उसे परमात्मा का बोध करा सके और वैराग्य के माध्यम से संसार में जीते जी अभय कर सके।

महात्मा तो अपनी बात कहकर चले गये थे। लेकिन महाराज बलदेव की रातों की नींद हराम हो गई। उनका हर पल इसी विचार में बीत रहा था कि मैंने अपने जीवन के बहुमूल्य समय को कंकर–पत्थर जोड़ने में ही खर्च कर दिया है और परलोक सुखी करने के लिए कुछ भी नहीं कर पाया हूँ। अचानक उन्होंने अपने राजपुरोहित कुलगुरु चेल्वम्बि को बुलवाया और उन पर अपनी चिन्ता का कारण प्रगट किया। महाराज बोले– हे कुलगुरु! मैं बहुत दिनों से चिन्तित हूँ। इसलिए कि मेरे जीवन का बहुमूल्य समय सांसारिक वस्तुओं के राग मोह में ही व्यतीत हो गया है। मुझे परमात्मा की जानकारी करने के लिए क्या करना चाहिए? मेरा मार्गदर्शन करिए। आपकी अति कृपा होगी।

राजगुरु बोले– राजन्, यदि किसी व्यक्ति को परमात्म–तत्व की प्राप्ति करनी हो तो उसे ध्यान देना चाहिए कि–

सन्तों की सेवा, उनके उपदेश को श्रवण करना, उन्हें जीवन में अपनाना। सन्तों के संग रहना और उनके साथ रहते हुए उनके आचरण का अनुकरण करना।

महाराज बलदेव अब सन्तों की तलाश में जुट गये। अनेकों सन्तों से उनका वार्तालाप भी हुआ लेकिन उन्हें आत्मिक शान्ति प्राप्त न हो सकी। उनका मन आत्म–ज्ञान के अभाव में अशान्त ही बना

रहा। अचानक एक दिन उनका सामना तिन्नेवेली जिले के विल्लीतुपूर निवासी सन्त पेरी आलवार विष्णुचित्त से हो गया। उनसे वार्तालाप करने के पश्चात् उन्हें ऐसा अनुभव हुआ कि जिस शान्ति की खोज में वह दिन–रात भटक रहे थे। वह उन्हें विष्णुचित्त जी से प्राप्त हो सकती है और वे उनकी सेवा में प्राण–प्रण से जुट गये। एक दिन महाराज ने पेरीआलवार विष्णुचित्त को हाथी पर बैठाकर उनकी शोभा यात्रा मदुरा से निकाली। इससे विष्णुचित्त जी का मन खिन्न हो गया और उन्होंने महाराज बलदेव से कहा कि ये जितनी भी मान–बड़ाई है ये सब परमात्मा के मिलने में बाधक है। राजा को बात समझ आ गई वह सन्त से बिना किसी आडम्बर के मिले, उनकी सेवा की व मोक्ष को प्राप्त हुए।

ब्रह्मज्ञान प्राप्त व्यक्ति यदि मान–प्रतिष्ठा की ओर आकृष्ट हो जाए तो यह उसके लिए दुर्भाग्यपूर्ण होता है क्योंकि जितनी–जितनी मान–प्रतिष्ठा बढ़ती है उतना–उतना उसके मन में अहंकार का पौधा पनपता है और अहंकार मोक्ष प्राप्ति में सदैव बाधक होता है। ♦

विचित्र छिपकलियां

विशेष जानकारी : दीपांशु जैन

छिपकली प्रायः हर घर में देखने को मिल जाती है। आइये, आज हम आपको कुछ अजीबो–गरीब छिपकलियों से मिलवाएँ–

देव छिपकली : इंडोनेशिया के कमोड द्वीप में पाई जाने वाली ड्रागोन नामक छिपकली अपने भारी–भरकम शरीर के कारण सचमुच 'देव' कहलाने की हकदार है। यह तेरह–चौदह फुट लम्बी होती है और इसका वजन ढाई सौ पौंड के लगभग होता है। यह कितनी खतरनाक होती है, इसका अनुमान इस बात से लगाया जा सकता है कि यह जंगली सूअर, घोड़े और हिरण आदि को समूचा चटकर जाती है। दुनिया में इससे बड़ी छिपकली नहीं पाई जाती।

चाकू छिपकली : अमरीका में पाई जाने वाली इस छिपकली की दुम लम्बी और चाकू की तरह होती है। यही नहीं, मोर की तरह उसके सिर पर एक सुन्दर कलगी भी होती है। और तो और यह अद्‌भुत छिपकली पानी में तैर भी सकती है। तैरने में उसकी लम्बी चाकू जैसी दुम बहुत सहायक होती है।

रंग बदल छिपकली : अमरीका की यह छिपकली भी जब चाहे अपनी पसंद का रंग बदल लेती है और इस प्रकार आसानी से अपने शत्रु को धोखा दे देती है।

सींगदार छिपकली : यह बिल्कुल जरूरी नहीं है कि सींग केवल चौपायों के ही हों। मटियाले रंग की यह छिपकली भी अपने माथे पर चौपायों तरह सींग

रखती है। मजे की बात यह है कि चौपायों की तरह ही यह धरती पर रहना पसंद करती है।

शाकाहारी छिपकली : कीड़े–मकोड़े न खाकर घास–फूँस से ही शाकाहारी छिपकली जीवन बिताती

है। इसका नाम 'इंगवान' है और यह धरती पर नहीं, पानी में रहती है।

जमाखोर छिपकली : मैक्सिको में पाई जाने वाली 'गिले मोंस्टर' नामक छिपकली अपनी लम्बी दुम में खाना जमा करती रहती है। यह बहुत खतरनाक होती है। अपने शिकार पर आक्रमण करके यह उससे चिपक जाती है और उसके शरीर में जहर प्रविष्ट करके उसको मार डालती है।

दाढ़ी वाली छिपकली : इन महोदया को दाढ़ी रखने का शौक है। मगर यह दाढ़ी उसी समय प्रगट होती है जब इनको गुस्सा आता है। उस समय इनके गले की नीचे की खाल लटक जाती है, जो देखने में ऐसी लगती है, जैसे दाढ़ी हो।

झालर वाली छिपकली : आठ इंच लम्बी इस छिपकली की पूँछ लगभग दो फुट लम्बी, पतली, चाबुक की तरह होती है। इसकी सबसे अनोखी बात है इसकी गर्दन पर लटकने वाली खाल की ढीली झालर। जब इसे कोई खतरा होता है तो यह छिपकली अपनी टाँगों को समेटकर खड़ी हो जाती है और अपने सिर को ऊपर उठाकर अपना मुँह खोल लेती है और तब यह अपनी गर्दन पर लटकी झालर को भी खोलकर एक सख्त कालर की तरह फैला लेती है।

पेड़ पर चढ़ने वाली छिपकली : इस छिपकली का वैज्ञानिक नाम है 'केमेलियोन'। यह वृक्षों पर चढ़ने वाली छिपकली है, जो मुख्य रूप से श्रीलंका, अफ्रीका तथा दक्षिणी यूरोप में पाई जाती है। यह एक कीटभक्षी जन्तु है। कीड़े–मकोड़े, टिड्डे, झींगुर और मकड़ियाँ इसका प्रिय भोजन है। इसके पैर की अंगुलियाँ छोटी होते हुए भी सुविकसित होती हैं। आँखें बड़ी तथा ढक्कन से ढकी होती हैं। सिर पर मुर्गे के समान कलगी होती है।

सबसे मजेदार बात तो यह है कि इसकी जीभ बहुत लम्बी होती है। जीभ की लम्बाई का पता सिर्फ इस बात से लगाया जा सकता है कि पूरी निकली हुई जीभ सम्पूर्ण शरीर से भी लम्बी होती है। प्राणी–जगत में शायद केमेलियन की जीभ ही सबसे अधिक लम्बी होती है। इस छिपकली की जीभ का अग्रभाग का सिरा फूला हुआ तथा स्रावी पदार्थ युक्त होता है। यह प्राणी जीभ की सहायता से ही शिकार करता है। इस छिपकली में रंग बदलने की अद्‌भुत क्षमता होती है। थोड़ा–सा छेड़ने मात्र से यह अपना रंग बदल लेती है। केमेलियोन अंडे देती है, किन्तु इसकी कुछ जातियाँ बच्चे भी पैदा करती हैं। ♦

विज्ञान प्रश्नोत्तरी

प्रश्न : चन्द्रमा की सतह पर अंतरिक्ष यात्री एक–दूसरे की आवाज क्यों नहीं सुन सकते हैं?

उत्तर : चन्द्रमा की सतह पर वायु नहीं है। ध्वनि वायु के माध्यम से ही एक स्थान से दूसरे स्थान तक जाती है। अतः चन्द्रमा पर अंतरिक्ष यात्री एक–दूसरे की आवाज नहीं सुन सकते हैं। वे रेडियो–तरंगों के माध्यम से ही आपस में सम्पर्क करते हैं।

प्रश्न : तेल–टैंकरों को भरते समय ऊपर कुछ खाली स्थान क्यों छोड़ दिया जाता है?

उत्तर : टैंकरों को भरते समय ऊपर कुछ खाली स्थान छोड़ दिया जाता है। इसका कारण यह है कि भीतर दाब कम हो जाता है और टैंकरों के बाहर दाब अधिक होता है। हवा अधिक दाब से कम दाब की ओर बहती है। इसलिए टैंकरों का ढक्कन ठीक से बन्द हो जाता है।

प्रश्न : बस की छत पर रखे सामान को रस्सी से बाँधना जरूरी क्यों होता है?

उत्तर : तेज गति से चलती बस की छत पर हवा तेज गति से बहती हुई अनुभव होती है। छत पर रखा सामान भी उसी वेग से बस के साथ आगे बढ़ता है जिस वेग से बस आगे बढ़ती है। जब तेज गति से बस अपनी दिशा बदलती है तो गति के जड़त्व के कारण छत पर रखा सामान भी उसी दिशा में स्थानान्तरित होना चाहता है जिसके परिणामस्वरूप वह छत से नीचे गिर जाता है। सामान को गिरने से बचाने के लिए प्रायः उसे रस्सी से बाँध दिया जाता है।

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

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

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

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

–प्रस्तुति : घमंडीलाल अग्रवाल

नाम कमाओ

—कमलसिंह चौहान

खिले फूल से तुम मुस्कुराओ,
हरियाली संग गाना गाओ।
नदी सरोवर तालाब भरे हैं,
खुद के रास्ते नेक बनाओ।।

तितली संग भी दौड़ लगाओ,
भौंरो के संग गाना गाओ।
बातें करो तुम खुशबू जैसी,
सबके संग तुम प्रेम लुटाओ।।

वैर भाव का पाठ पढ़ो नहीं,
बुरे विचार भी गढ़ो नहीं।
चेहरे पर मुस्कान समेटो,
पढ़ो लिखो और खेल रचाओ।।

अच्छा सोचो अच्छा करोगे,
सबके भीतर जोश भरोगे।
माता–पिता और गुरु की सेवा,
पढ़–लिखकर तुम नाम कमाओ।।

बच्चों की दुनिया

आसमान में खिलते तारे,
सब बच्चों को लगते प्यारे।
पानी में ये झिलमिल करते,
नन्हें मुन्ने राज दुलारे।।

वैसे ये बच्चों की दुनिया,
सविता रीता और मुनिया।
हँसते खिलते तारों जैसे,
माता–पिता की आँख के तारे।।

पल में ठुमके और चहके,
डांटो तो ये देखो बहके।
प्रेम प्यार से मन जाते हैं,
जैसा साँचा ढलते सारे।।

शिक्षा इनको अच्छी देना,
देश प्रेम की नींव जमाना।
भूल चूक तो होती रहती,
भारत देश के बच्चे प्यारे।।

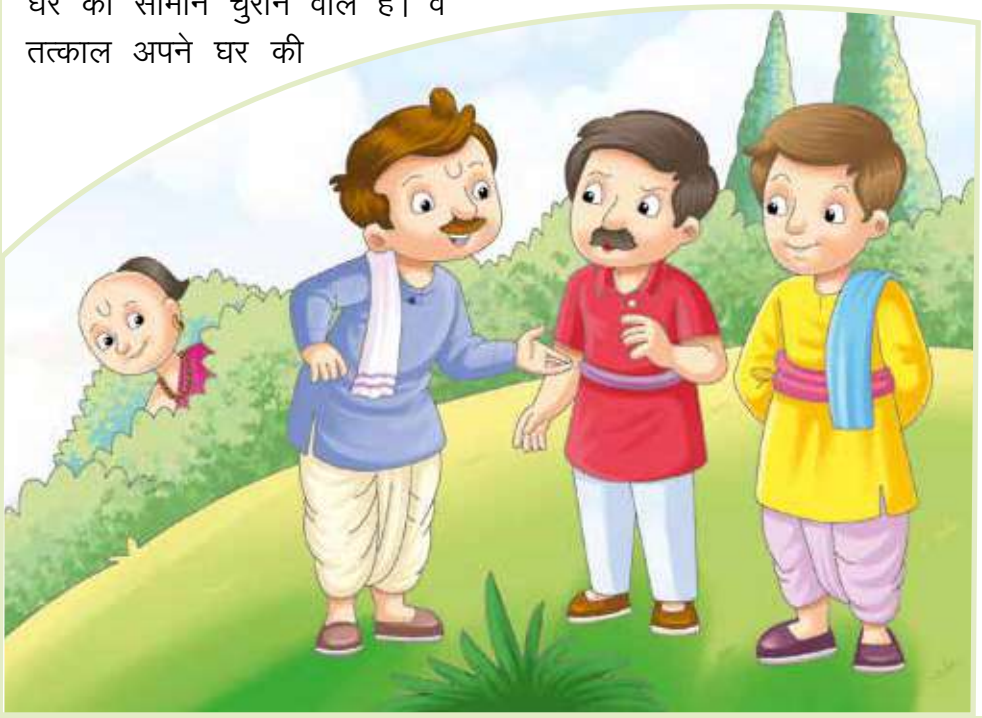
एक तीर से दो शिकार

– प्रिन्स खुराना

तेनालीराम विजयनगर के महाराज कृष्णदेव राय के दरबार के विद्वानों में से एक थे। एक दिन उन्हें महाराज के दरबार में देर शाम तक रूकना पड़ा। रात के समय घर जाते हुए झाड़ी के पास से गुजरते हुए उन्हें कुछ लोगों के फुसफुसाने की आवाज सुनाई दी। वह किसी पेड़ की आड़ में छिप गये और अन्धेरे में उनकी बातें सुनने लगे। वे लोग आपस में बातचीत कर रहे थे कि 'तेनालीराम बहुत ही अमीर व्यक्ति है और हमारे पास कुछ भी नहीं है लेकिन कल तक हम अमीर हो जायेंगे और उसके पास कुछ भी नहीं रहेगा।' इस बात पर सब लोग धीरे से हँसने लगे उनमें से एक ने कहा– 'यार, तुमने खूब कही, तुम्हारे क्या कहने वाह!'

तेनालीराम को भनक लग गई कि चोर उसके घर का सामान चुराने वाले हैं। वे तत्काल अपने घर की ओर दौड़ पड़े। वे रास्ते में एक योजना बना रहे थे जिससे कि चोरों को सबक सिखाया जा सके। घर पहुँचकर उन्होंने अपने घर का दरवाजा खटखटाया उनकी पत्नी ने दरवाजा खोला। तेनालीराम आँगन में झूले पर बैठ गया। उनकी पत्नी ने उनके लिए दूध का गिलास तैयार किया। तत्पश्चात शिकायत भरे स्वर में उनसे कहा कि हमारे घर के पीछे वाले खेत में जो धान की फसल है, वह सूखती जा रही है। अगर तुम उसमें समय पर पानी नहीं दोगे तो फसल नष्ट हो जाएगी।

तेनालीराम ने कहा– ''तुम्हारी बातें ठीक हैं पर कुछ विशेष कार्य है पहले उसे पूरा करना है जल्दी आओ।'' वे अपनी पत्नी के साथ घर के पिछवाड़े में गये। उन्होंने एक बहुत बड़ा बक्सा निकाला और उसे ईंट–पत्थरों से भर दिया। उनकी पत्नी कुछ समझ नहीं पा रही थी।



तेनालीराम ने बाद में अपनी पत्नी से कहा चलो अब इस बक्से को ले जाकर कुएँ में गिरा देते हैं। यह सुनकर उनकी पत्नी ने पूछा– परन्तु क्यों?

तेनालीराम ने पत्नी के कान में

फुसफुसाते हुए सारी घटना सुनाई। उनकी पत्नी हैरान रह गई परन्तु तेनालीराम खुश होकर बोले– यह एक उत्तम अवसर है अपने खेतों को पानी देने का। दोनों उस भारी बक्से को घसीटते हुए कुएँ के पास लेकर आए और दोनों ने मिलकर उस भारी बक्से को कुएँ के अन्दर फेंक दिया उसके बाद तेनालीराम ने अपनी पत्नी से ऊँची आवाज में कहा– सुनती हो भाग्यवान! अब कोई भी चोर हमारी मूल्यवान चीजों की चोरी नहीं कर पाएगा। इस बक्से में सबकुछ है सोना, चाँदी, आभूषण तथा हीरे–जवाहरात आदि।

पेड़ के पीछे छिपे चोरों ने तेनालीराम की सारी बातें सुन ली थी। तेनालीराम और उनकी पत्नी जैसे ही घर के अन्दर गये उसके थोड़ी देर बाद वे चोर वहाँ से निकलकर कुएँ की तरफ आए। कुएँ में पानी बहुत था और नीचे जाकर बक्सा निकालना आसान नहीं था। लिहाजा उन चोरों ने कुएँ के पानी को उलीचना बेहतर समझा। उन्होंने वहाँ पर एक बाल्टी तथा उससे बँधी एक रस्सी देखी। चोरों ने जल्दी से बारी–बारी से बाल्टी द्वारा कुएँ का पानी निकालना शुरू किया। वे पानी निकालते और एक नाले में डालते जाते। सारी रात वे हीरे, जवाहरात के लालच में मेहनत करते रहे। सुबह होने तक उन चोरों को वो बड़ा बक्सा दिखा। उनमें से एक चोर ने कहा– मैं नीचे जाकर उस बक्से को रस्सी से बाँधता हूँ। फिर धीरे–धीरे सब चोरों ने भारी बक्से को ऊपर खींचा। उन्होंने बिना विलम्ब किए बक्से के ताले को तोड़ा परन्तु ये क्या! उस बक्से में तो सोने–चाँदी के आभूषण, सिक्कों की बजाय ईंट–पत्थर ही भरे हुए थे। सारा माजरा समझते ही जैसे ही वे सारे भागने के लिए उठे, उन्होंने देखा कि तेनालीराम सिपाहियों को लेकर खेत के किनारे पर खड़े हुए हैं।

यह देखकर उन चोरों के होश उड़ गये। सिपाहियों ने उन चोरों को वहीं धर दबोचा। बाद में तेनालीराम अपनी पत्नी को लेकर खेत की तरफ गये और बोले– कैसी रही मेरी तरकीब, चोरों की वजह से हमारे धान को पानी मिल गया वो भी मुफ्त में।

उनकी पत्नी ने उनकी तरफ देखते हुए कहा– आप सचमुच में चतुर हैं। आपने तो एक तीर से दो शिकार कर डाले।– फिर वे दोनों जोर–जोर से हँसने लगे। ♦

नन्हीं चिड़िया
जेब्रा फिंच

–विद्या प्रकाश

आस्ट्रेलिया में पाये जाने वाले पक्षियों की सबसे छोटी तथा सामान्य प्रजाति है जेब्रा फिंच। शुष्क स्थानों पर रहना पसन्द करने वाला यह पक्षी जंगलों के साथ घास के मैदानों में भी अपना बसेरा बनाता है।

इस पक्षी की चोंच चटक लाल रंग की होती है और सिर, पंख और पीठ स्लेटी तथा डैनों के नीचे का भाग धूसर पीले रंग का होता है। इसका वैज्ञानिक नाम 'टेनियोपिगिया गुटटाटा' तथा पुकारने का नाम जेब्रा फिंच है। नारंगी रंग के गालों वाले नर जेब्रा फिंच मादा से अधिक आकर्षक दिखते हैं। नर तथा मादा दोनों ही पक्षियों की आँखों के नीचे काले सफेद घेरे होते हैं तथा सीने तथा पूँछ पर सफेद और काली पट्टियाँ होती हैं। इसके इस नामकरण के पीछे का कारण जेब्रा की भाँति पायी जाने वाली यही पट्टियाँ और यही लुक है।

यह एक सामाजिक पक्षी है। जोड़ा बनाकर रहने वाले जेब्रा फिंच के झुण्ड में 100 से ज्यादा सदस्य शामिल हो सकते हैं। यह अपना घोसला पेड़ों के खोखले तनों तथा झाड़ियों में बनाता है। इसका घोसला घास के सूखे तिनकों से बना होता है जिसमें यह पंखों को बिछाकर इसे गद्दीदार और आरामदेह कर देता है। घोसले में प्रवेश के लिए जेब्रा फिंच इसमें एक नालीदार रास्ता भी तैयार करता है। मादा जेब्रा फिंच एक बार में 4 से 6 सफेद धूसर अण्डे देती है तथा माता–पिता दोनों मिलकर बारी–बारी से 14 दिनों तक अण्डों को सेते हैं। जन्म के समय चूजों का रंग स्लेटी तथा चोंच काली होती है। ये 5 से 6 सप्ताह में घोसला छोड़कर आकाश में उड़ने लायक हो जाते हैं।

जेब्रा फिंच की लम्बाई अधिकतम 10 सेंटीमीटर तक होती है। यह शुष्क वातावरण में रहने का अभ्यस्त होता है तथा बिना पानी के कई रोज तक जीवित रह सकता है। यह पानी में चोंच डुबोकर पीने की बजाय सीधे सुड़क तथा गटक जाता है तथा यही विशेषता इसे शेष पक्षियों से अलग कर देती है। जेब्रा फिंच मूलतः बीजों को खाना पसन्द करता है। लेकिन जब आहार का संकट हो तो यह दीमकों का भी आहार करने में गुरेज नहीं करता है। ♦

पहेलियों के उत्तर

1. सुभाषचन्द्र बोस, 2. नयन, 3. काजल,
4. कुर्सी, 5. दीयाबत्ती, 6. चक्की, 7. मेहन्दी,
8. झाड़ू, 9. पिंजरा, 10. केंचुआ,

मेहनत

– कीर्ति श्रीवास्तव

मेहनत से न घबराना,
अच्छे काम करते जाना।
मेहनत का फल होता मीठा,
प्रेम से इसको चखते जाना।।

काँटे मिले जो राहों में,
तुम इनसे न डर जाना।
मंजिल पर पहुँचना हो तो,
हर मुश्किल से लड़ जाना।।

लोग लगाएँगे पहरे कई,
तुम दुश्मन को मात दे जाना।
अंधेरा भी झुक जाएगा,
तुम राहों पर बढ़ते जाना।।

सेहत

अगर नहीं पड़ना है बीमार,
सेहत का रखना होगा ध्यान।
गाजर, मूली खूब खाओ,
पढ़ने में अव्वल आ जाओ।।

सेब, अनार, केला खाकर,
ताकतवर तुम कहलाओ।
हरी सब्जियाँ भी तुम खाओ,
बीमारी को दूर भगाओ।।

सफाई का भी रखना ध्यान,
रोज सुबह करना स्नान।
नाखून सदा कटे रहेंगे,
कीटाणु भी दूर भागेंगे।।

किट्टी

चित्रांकन एवं लेखन
–अजय कालड़ा

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

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

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

क्या आप जानते हैं ?

आकाश नीला क्यों दिखाई देता है?

जब सूर्य का प्रकाश वायुमण्डल के कणों से टकराता है तो सात रंगों में से बैंगनी, जामुनी, नीला रंग सबसे अधिक छितरते हैं और लाल रंग सबसे कम। इन तीनों रंग का मिश्रण लगभग नीला होता है इसलिए आकाश हमें नीला दिखाई देता है।

हमें छींक क्यों आती है?

छींक आना शरीर की एक प्रतिवर्ती क्रिया (Reflex action) है। नाक की म्यूकस झिल्ली (Mucous membrane) की नाड़ियों में जब सूजन आ जाती है या कोई बाहरी पदार्थ इसमें धस जाता है तो उसे निकालने के लिए और खुजलाहट को रोकने के लिए हमें छींक आती है।

हमें हिचकी क्यों आती है?

कभी–कभी पेट में गेस या अम्लता (Acidity) बढ़ जाने के कारण डायफ्राम सिकुड़ जाता है। इस समय फेफड़ों से जाने वाली हवा रूकावट के कारण एक अजीब सी आवाज पैदा करती है। इसी को हम हिचकी कहते हैं।

हमें पसीना क्यों आता है?

जब रक्त का तापमान शरीर के तापमान से अधिक हो जाता है तब ठंडक पैदा करने वाला केन्द्र काम करना शुरू कर देता हैं ऑक्सीजन की क्रिया धीमी पड़ जाती है और स्वेद ग्रन्थियाँ पसीना निकालना शुरू कर देती हैं। अतः शरीर के तापमान को स्थिर करने के लिए पसीना आता है।

जुगनू रात में कैसे चमकते हैं?

जुगनू के पेट के पीछे की ओर प्रकाश पैदा करने वाले अंग होते हैं जिनका नियंत्रण नाड़ियों द्वारा होता है। इन अंगों में ल्यूसीफेरि (Luciferi) और ल्यूसीफरेन्स (Luciferanse) नामक दो पदार्थ होते हैं। ल्यूसीफेरिन ऑक्सीजन से संयोग करता है तो प्रकाश निकलता है।

उल्लू को अँधेरे में कैसे दिखाई देता है?

उल्लू की इस विलक्षण क्षमता के कारण हैं– एक तो इसके नेत्र गोलक बहुत लचीले होते हैं और वह हर दूरी के अनुसार उन्हें फोकस कर सकता है। दूसरे वह अपनी आँखों की पुतलियों को काफी ज्यादा फैला सकता है।

विश्व का सबसे छोटा देश कौन सा है?

विश्व का सबसे छोटा देश है– स्टेटोडेल डेलासिटा वेटिकेनो जिसे सामान्य रूप में वेटिकन भी कहा जाता है। वेटिकन कैथोलिक ईसाईयों के सबसे बड़े धर्मगुरु पोप का देश है।

सूरज चंदा तारे

– अंशु शुक्ला

नभ के सूरज चंदा तारे,
सब हैं प्यारे दोस्त हमारे।
मैं उनसे कहती हर रात,
आ जाओ तुम मेरे पास।।

सूरज हमको गर्मी देता,
चन्दा देता शीतलता।
रात में तारे चमचम करके,
मन मोहित करते सबका।।

सूरज आता रोज सवेरे,
पूरब में लाली फैलाता।
चाँद रात के अंधकार को,
आकर प्रतिदिन दूर भगाता।।

सूरज चंदा तारे मिलकर,
हमको यह समझाते हैं।
मिलकर रहने से ही हम सब,
हरदम पूजे जाते हैं।।

झरना

– उदय मेघवाल

हर पल झर–झर झरता झरना।
तन–मन शीतल करता झरना।

ऊँचे पर्वत, जंगल, घाटी,
कहाँ–कहाँ न विचरता झरना।

आए रोड़ा या पथ बाधा,
नहीं किसी से डरता झरना।

इंद्रधनुष की छटा बिखेरे,
सबके मन को हरता झरना।

जीवों की यह प्यास बुझाता,
परहित जीवन धरता झरना।

सदियों से बह रहा निरंतर,
मगर कभी न ठहरता झरना।

मुसीबतों से लड़ना सीखो,
साहस दिल में भरता झरना।

सर्दी का स्वादिष्ट और पौष्टिक मेवा

मूँगफली

– विभा वर्मा

जैसे ही सर्दी दस्तक देती है। वैसे ही गर्मा–गर्म मूँगफली की तरफ हम सभी आकर्षित होने लगते हैं। ठंडक में इसकी सोधी सोधी गर्मी सभी को बहुत भाती है। इसके खाने का मजा जाड़े के मौसम कुछ और ही होता है।

मूँगफली एक सस्ता, सुलभ और पौष्टिक आहार है। इसमें पोषक तत्वों की तो मानों खान ही खान है। यानि प्रकृति ने मूँगफली को भरपूर पोषक तत्वों से ओत–प्रोत कर रखा है। यह प्रोटीन खाद्यों में से एक है। इसकी प्रमुख विशेषता यह है कि यह मांस से भी अधिक प्रोटीन वाला खाद्य भंडार है। रासायनिक विश्लेषण से पता चला है कि मूँगफली में 26% प्रोटीन, 40% वसा, 20% कार्बोहाइड्रेट होता है। 100 ग्राम कच्ची मूँगफली में एक लीटर दूध के बराबर प्रोटीन होता है।

अमेरिका में लोग मूँगफली का मक्खन बड़े चाव से खाते हैं। 250 ग्राम मूँगफली के मक्खन में 300 ग्राम पनीर या 2 लीटर दूध या फिर 15 अंडों के बराबर ऊर्जा मिलती है।

स्वास्थ्य की दृष्टि से मूँगफली को सूखे मेवे की श्रेणी में रखा गया है।

कच्ची मूँगफली अधिक गुणकारी होती है। यदि कच्ची न खाई जाए तो उसे थोड़ा भून लेना चाहिए। दुबले–पतले लोगों को भी यह मोटा ताजा बना देती है। मूँगफली के दाने को गुड़ के साथ गजक बनाकर अथवा नमक–मिर्च लगाकर खाना चाहिए। यह शक्ति एवं ऊष्मा देने वाला भी खाद्य है। अतः अपने भोजन में कम पैसों में बादामों का गुण प्राप्त कर सकते हैं। यदि नियमित मूँगफली खाए तो कुछ हद तक प्रोटीन का संचय शरीर में हो सकता है। जो लोग मांस–मछली एवं सूखे मेवे नहीं खरीद सकते हैं वे उपर्युक्त सभी चीजों की आवश्यकताओं की पोषकता मूँगफली से आसानी से प्राप्त कर सकते हैं।

बिना भूनी मूँगफली का दाना प्रातःकाल खाली पेट खाने से स्वास्थ्य में निखार आता है। इससे स्मरणशक्ति में भी वृद्धि होती है। अतः पढ़ने वाले बच्चों को इसके नियमित सेवन से लाभ मिलेगा। मूँगफली को और अन्य विधि से भी प्रयोग में ले सकते हैं।

- मूँगफली को पानी में भिगोकर छिलका पीसकर गेहूँ के आटे के साथ मिलाकर हलवा बना लेना चाहिए।
- मूँगफली के दानों की खीर बनाई जाती है। मूँगफली पीसकर सब्जी में डाल देने से सब्जी स्वादिष्ट एवं पौष्टिकता से भरपूर होगी। इसमें अधिक तेल डालने की आवश्यकता भी नहीं होगी। ♦

आपके पत्र मिले

मैं हँसती दुनिया का नियमित पाठक हूँ। हँसती दुनिया में प्रकाशित सम्पूर्ण सामग्री शिक्षाप्रद होती है। यह बच्चों को ही नहीं बड़ों को भी प्रभावित किये बिना नहीं रहती। अगस्त अंक में 'चित्रकथा' तथा 'भ्रम' (बाल कहानी) एवं पन्द्रह अगस्त के बारे में बाल कविता बहुत ही रोचक दी हुई है।

सितम्बर अंक में 'चित्रकथा', बाल कहानी 'सबसे जहरीला कौन' तथा 'कभी न भूलो' पढ़कर मन पुलकित हो उठा। हँसती दुनिया पत्रिका ही नहीं एक अनमोल खजाना है।

स्तम्भ भी ज्ञानवर्द्धक होते हैं। जिनको पढ़कर बच्चों का बौद्धिक विकास होता है। हँसती दुनिया के सभी अंक ज्ञानवर्द्धक होते हैं।

– पूरन सिंह सैनी (राजनगर, दिल्ली)

आज हम हँसती दुनिया का जो वर्तमान स्वरूप देख रहे हैं। ये आप सबकी मेहनत और सत्गुरु की कृपा है।

सत्गुरु कृपा करे कि संसार के हर कोने में हँसती दुनिया पहुँचे ताकि सभी इससे लाभ ले सके वैसे हँसती दुनिया इस मार्ग पर धीरे–धीरे अग्रसर हो रही है।

इसमें प्रकाशित कविताओं को मैं बड़े शौक से पढ़ता हूँ। हर दफा कविताएँ मन लुभा लिया करती हैं।

– रोशन पुष्पेन्द्र (गजरौला)

मैं हँसती दुनिया का नियमित पाठक हूँ। इस पत्रिका को बड़े ही चाव से पढ़ता हूँ। मुझे इसमें खासतौर पर 'सबसे पहले', 'पढ़ो और हँसो' तथा कहानियाँ बेहद पसन्द हैं।

– प्रवीण कुमार (हाजीपुर, दरभंगा)

अनार में हैं गुण हजार

–विभा वर्मा

अनार फल तो है ही पर इसकी पत्तियाँ, बीज एवं फल भी बहुत गुणकारी होते हैं। आओ इसकी कुछ गुणकारी बातें जानें–

❖ अनार के वृक्ष की लकड़ी के अलावा इसकी सभी चीजें औषधि निर्माण में काम आती हैं।

❖ अनार के फूलों को छाया में सुखाकर बारीक पीसकर मंजन की तरह प्रयोग करने से दाँतों में मजबूती आती है। इससे मसूढ़ों से खून आना भी बन्द हो जाता है। इसके सूखे पत्तों का मंजन भी बहुत गुणकारी होता है। मसूढ़ों से खून आना एवं पीप निकलना बन्द हो जाता है।

❖ मुँह एवं गले के रोगों को नष्ट करने की क्षमता भी अनार में है।

❖ अनारदाना भी मीठे अनार का ही बीज है। अनारदाना भी खट्टा–मीठा होता है।

❖ अनार के रस को पानी में डालकर मुँह साफ करने से दाँत दर्द की शिकायत दूर होती है। इससे मसूढ़ों का विकार भी नष्ट होता है।

❖ अनार के छिलके को दूध में उबालकर पीने से खाँसी खत्म होती है।

पढ़ो और हँसो

हनी फिजिक्स का 'एग्जाम' देने गया, पेपर में सवाल पूछा गया– ''कौन–सा लिक्विड गर्म करने पर सॉलिड बन जाता है।''

हनी का जवाब : ''बेसन के पकौड़े।''

बेटा : पिताजी, मुझे तीन विषयों में एक समान अंक मिले हैं।

पिता : बेटा, यह तो बड़ी अच्छी बात है। जरा हम भी तो सुने, हमारे बेटे ने एक समान कितने अंक प्राप्त किये हैं?

बेटा : शून्य, शून्य, शून्य।

एक नौजवान कमर में रस्सी बाँधकर पहाड़ पर चढ़ने की ट्रेनिंग ले रहा था। तभी उसने गाइड से पूछा– सर, रस्सी एकदम मजबूत है ना! टूटेगी तो नहीं।

गाइड बोला– फिक्र मत करो, हमारे पास रस्सियों की कमी नहीं है।

रोगी : (नर्स से) क्या डॉक्टर साहब ने अभी तक नींद की गोलियाँ नहीं भेजी?

नर्स : जी नहीं।

रोगी : जल्दी मंगवाओ, मुझे नींद आ रही है अब मैं गोलियों के इंतजार में और नहीं जाग सकता।

–सुदीप कुमार, दिल्ली

शिक्षिका : राहुल बताओ, हाथी की क्या पहचान होती है?

राहुल : मैडम जी, हाथी की दो पूँछ होती है एक आगे और एक पीछे।

एक नौकर ने अपने कंजूस मालिक से कहा– 'साहब' मैंने ख्वाब देखा कि आपने मुझे एक हजार रुपये एडवांस दिये हैं।

मालिक ने कहा– ठीक है, अगले महीने तुम्हारी तनख्वाह से काट लिए जाएंगे।

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

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

बेटा : पापा, क्या आप आँख बंद करके 'साइन' कर सकते हो?

पापा : हाँ, हाँ क्यों नहीं।

बेटा : तो बस फिर आँखें बंद करके मेरे रिपोर्ट कार्ड पर साइन कर दीजिए।

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

राजेश : जी दलदल।

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

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

श्याम ने कहा– जी हाँ।

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

सुनकर श्याम की आँखें आशा से चमक उठीं।

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

मरीज : मुझे अपनी आँखों के सामने धब्बे से दिखाई देते हैं।
डॉक्टर : क्या नये चश्मे से कोई फायदा नहीं हुआ?
मरीज : हाँ हुआ है, अब वो धब्बे ज्यादा साफ दिखाई देते हैं।

– दिशा (बड़नेरा)

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

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

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

मूर्ख बोले– देखते नहीं हमारा मकान बना है।

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

एक दोस्त दूसरे दोस्त से : गाड़ी का पेट्रोल खत्म हो गया... अब गाड़ी को आगे नहीं ले जा सकते।
दूसरा दोस्त : कोई बात नहीं... गाड़ी को रिवर्स गियर में लगाओ, घर वापिस चलते हैं।

– गुरचरण आनन्द (लुधियाना)

काला कौवा और पीली चिड़िया

–उदय ठाकुर

पेड़ पर बैठा कौआ टहनी पर चोंच मार रहा था। चोंच साफ करके कौए ने चारों ओर नज़र दौड़ायी तो उसे 'पकड़ो–पकड़ो' का शोर सुनाई दिया। उसने देखा दो लड़के एक पीली चिड़िया के पीछे लगे हुए थे। पीली चिड़िया एक झाड़ी के नीचे दुबक गई। इतने में कौआ भी वहाँ आ पहुँचा। कौए ने पीली चिड़िया से पूछा– कौन है तू?

वह बोली– मैं चिड़िया हूँ।

–तू आई कहाँ से?– कौए ने पूछा।

–मैं पिंजरे में रहती थी। एक दिन एक लड़की कटोरी में पानी लाई। उसने पिंजरे का दरवाजा खोला और मैं बाहर निकल गई। इन लड़कों ने मुझे देख लिया और मेरी जान के दुश्मन हो गए।– चिड़िया बोली।

–खैर, किसी से डरना नहीं, पर अब तू जीयेगी कैसे?– कौए ने कहा।

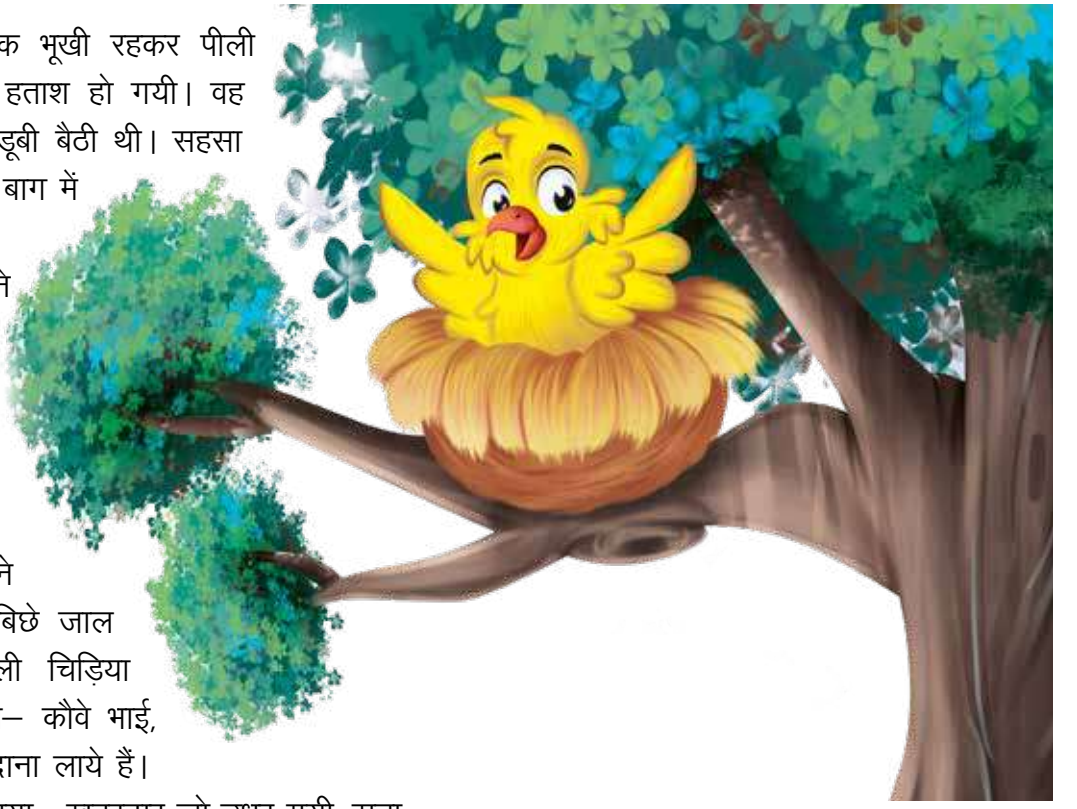
–मेरी तो बहुत थोड़ी–सी जरूरत है; बस कुछ दाने।– चिड़िया बोली।

–तू रहेगी मेरे साथ? आम के पेड़ पर मेरा घोसला है।– कौए ने कहा।

पीली चिड़िया तुरन्त मान गई। कौआ और पीली चिड़िया एक घोसले में रहने लगे। कभी–कभी पीली चिड़िया सोच में डूब जाती। अपने भाग्य के बारे में सोचती रहती, शायद पिंजरे में ही रहना अच्छा होता। वहाँ पेट भी भरा रहता। वह कई बार उस घर तक गयी भी जिसके वहाँ पिंजरा रखा हुआ था। उसमें अब दो तोते बैठे हुए थे। चिड़िया उनसे ईर्ष्या करने लगी।

एक दिन सुबह पीली चिड़िया ने बाहर झांककर देखा। चारों ओर सब कुछ सफेद था। रात को हिमपात हुआ था। सबसे बड़ी बात तो यह थी कि वे दाने भी बर्फ के नीचे दब गये थे, जो पीली चिड़िया खाया करती

थी। दो दिन तक भूखी रहकर पीली चिड़िया बिल्कुल हताश हो गयी। वह वैसे भी दुःख में डूबी बैठी थी। सहसा उसने लड़कों को बाग में आते देखा।



लड़कों ने जमीन पर जाल बिछाया, दाने फेंकें और भाग गये।

–अरे, ये लड़के कितने अच्छे हैं। नीचे बिछे जाल को देखकर पीली चिड़िया खुश होकर बोली– कौवे भाई, लड़के मेरे लिए दाना लाये हैं।

कौआ बड़बड़ाया– खबरदार जो उधर गयी, सुना तूने? जैसे ही दाना चुगने लगोगी फौरन जाल में फंस जाओगी।

–फिर क्या होगा?– चिड़िया ने पूछा।

–फिर दुबारा तुझे पिंजरे में बन्द कर देंगे।– कौए ने कहा।

बेचारी पीली चिड़िया सोच में पड़ गयी। कुछ देर तक तो वह मन कड़ा किये रही, लेकिन भूख पर कब तक जोर चलता। वह दानों के लालच में आ गयी और जाल में फंस गयी। फिर 'मुझे बचाओ', 'मुझे बचाओ' की दर्द भरी आवाज में चीखने लगी। अब वह सोचने लगी 'इस दुनिया में कौए के घोसले से बेहतर जगह और कहीं नहीं है। बेशक वहाँ ठंड होती थी और भूखे रहना पड़ता था, पर आजादी तो पूरी थी। जिधर जी में आया उधर ही उड़ सकती थी।' वह रो पड़ी। उसकी खुशकिस्मती थी कि कौआ उधर ही उड़ रहा था। उसने देखा कि पीली चिड़िया तो जाल में फंसी पड़ी है।

–वाह री बुद्धू! मैंने कहा था न कि इन दानों को मत छूना।– कौआ बड़बड़ाया।

–फिर कभी ऐसा नहीं करूंगी।– चिड़िया रूआंसी होकर बोली।

कौआ ठीक समय पर आ गया था। लड़के अपना शिकार पकड़ने के लिए भागे आ रहे थे, लेकिन कौए ने बारीक जाल फाड़ डाला और चिड़िया आजाद हो गई। लड़के बड़ी देर तक कौए के पीछे भागते रहे, वे उस पर पत्थर फेंक रहे थे।

–कितना अच्छा हुआ।– पीली चिड़िया फिर से अपने घोसले में पहुँचकर खुश हो रही थी।

–हाँ, अब तो अच्छा हुआ पर आगे से खबरदार रहना।– कौआ बड़बड़ा रहा था। पीली चिड़िया फिर से कौए के घोसले में रहने लगी। अब वह ठंड और भूख की शिकायत नहीं करती थी।

स्वतंत्रता का अपना ही आनन्द है। ♦

जल की रानी
का रंग-बिरंगा संसार

–कमल सोगानी

संसार भर में मछलियों की 4500 से भी अधिक प्रजातियाँ पाई जाती हैं। ये मछलियाँ मक्खी के आकार से लेकर 60–65 मीटर तक लम्बी भी होती हैं जो दुनिया की विभिन्न जलवायु के मुताबिक भिन्न–भिन्न जलाशयों में पाई जाती हैं। औसतन मछली श्याम–श्वेत होती है लेकिन विभिन्न प्रजातियों की मछलियाँ भिन्न–भिन्न रंग–रूप की भी होती हैं। दक्षिण अमेरिका के जलाशयों में सूर्ख चटक रंगों की मनमोहक प्यारी–प्यारी मछलियाँ तैरती दिखाई देती हैं। वैसे इनके रंग लाल, गुलाबी, केसरिया, नीले, हरे, कत्थई, बैंगनी, पीले, भूरे आदि होते हैं। जिनकी नन्ही–नन्ही आँखें हीरे की तरह दमकती रहती हैं।

वैसे मछलियों की कुछ प्रजातियाँ जहरीली भी होती हैं। चीन व ब्राजील की नदियों में ऐसी मछलियों की भरमार अधिक है। कुछ मछलियाँ जल की घनी वनपस्तियों में ही अजीब तरह के घोसले बनाकर रहना पसन्द करती हैं। कुछ मछलियाँ तो उड़ने वाली भी होती हैं जो पानी की सतह पर तैरते–तैरते अचानक 8–10 फुट तक की ऊँचाई पर उड़ती हैं, सीधे जल में डुबकी लगाकर फिर से उड़ती हैं, ऐसा वे कई बार करती हैं जबकि इन मछलियों के पंख नहीं होते। उड़ने वाली ये मछलियाँ अक्सर नील नदी में ज्यादा दिखाई देती हैं। पनामा नहर में भी उड़ने वाली मछलियों की कई प्रजातियाँ हैं। नुकीले काँटों वाली मछली जिसे 'सेही' की सहेली भी कहा जाता है। कोरिया की गहरी ठंडी नदियों में पाई जाती है। ये अपने शरीर के नुकीले काँटों से अपने शिकार को घायल कर, फिर उसे अपना भोजन बनाती हैं।

आर्कर मछली तो विचित्र ढंग से शिकार करती है। यह छोटे–छोटे समुद्री पौधों पर लटके हुए कीड़े और मक्खियों पर थूककर उन्हें बड़ी तरकीब से पानी में गिरा दती है फिर झपटकर उन्हें चटकर जाती है। यह मछली पेड़–पौधों पर बैठे कीड़ों पर कैसे थूकती है? यह बड़ी रोचक प्रक्रिया है। इसके मुँह के ऊपरी हिस्से में एक लम्बी नली जैसी संरचना होती है। जिससे पानी थूक के रूप में सीधे एक रेखा के रूप में बाहर आता है। इसका निशाना बहुत सही और अचूक होता है। यह लगभग दो मीटर की दूरी तक के कीड़ों को आसानी से अपना शिकार बना लेती है। वैसे इस मछली की लम्बाई पौन इंच होती है, यह इंडोनेशिया के जलाशयों में पाई जाती है।

पानी में गंध छोड़कर शिकार करने वाली मछली को 'ओयि' नाम से जाना जाता है। फुट भर लम्बी यह मछली कत्थई काले रंग की होती है। जब इसे भूख सताती है तो यह पानी में एक तरह की गंध छोड़ती है। जिस कारण कई नन्हें–नन्हें कीट इसकी तरफ आकर्षित हो चले आते हैं और ये तुरन्त उन्हें दबोच लेती है। ♦

मूली

– हरिकृष्ण 'हरि'

हरे–भरे पत्तों की होती,
जड़ सफेद मूली की।
खाने में पाचक होती है,
जो पसन्द जूली की।।

मूँगफली

देशी मेवा सच्ची होती,
कच्ची बच्चों मूँगफली।
भून–भूनकर गुड़ संग इसको,
खाओ बच्चो मूँगफली।।

काला कौवा

–राजेंद्र प्रसाद श्रीवास्तव

किया पेड़ की ओर इशारा,
चिंटू बोला– मम्मी हौवा।
मम्मी बोली– चिंटू बेटा,
यह तो कहलाता है कौवा।।

दाएँ–बाएँ झाँका करता,
सब कहते हैं कौवा काना।
सावधान रहता है हर पल,
चतुर और है बहुत सयाना।।

छत पर या छानी पर आकर,
जब यह काँव–काँव चिल्लाता।
आएँगे मेहमान कहीं से,
अक्सर ऐसा माना जाता।।

अक्टूबर अंक रंग भरो के श्रेष्ठ चित्र

1. **मनी शर्मा** — 15 वर्ष
   गीता कॉटेज–2,
   भुज (गुजरात)

2. **शिवम यादव** — 12 वर्ष
   गीता कॉटेज–2
   भुज (गुजरात)

3. **अचिन्त** — 10 वर्ष
   312–ए, टाइप–2, न्यू क्वार्टर,
   रोहतक (हरियाणा)

4. **उन्नति अरोड़ा** — 10 वर्ष
   29/5, शिव नगर,
   मधापार, भुज (गुजरात)

5. **गीतांजलि** — 12 वर्ष
   1458/03, एयर फोर्स स्टेशन
   भुज (गुजरात)

इनके अतिरिक्त जिनकी प्रविष्ठियों को पसन्द किया गया वे हैं-

रिद्धि सैनी (पालम कालोनी, नई दिल्ली), प्रीतिका सिंह (सेक्टर–45–सी, चंडीगढ़), मिशिका शर्मा (शास्त्री नगर, पठानकोट), शामभवी सिंह (सिविल लाइन, मथुरा), शिवांश, वंशिका, दक्षा (भुज), अनुज, निशा, रितिका, प्रमेश, देव, सुदीक्षा, प्रतिभा, यश, तन्नू, कनिष्का, शुभांकर, सोनिया, रिशु, मानव (शिवराम पार्क, नई दिल्ली), अभिनाश, आदित्य, रणवीर, संध्या, मानवी, खुशी, दिपू, पवन, पल्ल्वी, राजकुमार, अनुष्का (मोतीहारी), जीविका, हनिशा, भविका रामचंदानी, कृष्णा, जिगर राजई, मुस्कान, रैना, मीत बलवानी, यशिका, भविका, हीर कलवानी, चाँदनी, लहर मूलचंदानी अनंत, शिव बम्बानी (गोधरा)।

दिसम्बर अंक रंग भरो

पृष्ठ 50 पर एक चित्र दिया गया है। इस चित्र में सुन्दर–सुन्दर रंग भरकर 10 जनवरी, 2024 तक कार्यालय 'हँसती दुनिया', एडमिनिस्ट्रेटिव ब्लॉक, निरंकारी सरोवर कॉम्प्लेक्स, दिल्ली–110009 को भेज दें।

- पांच श्रेष्ठ चित्रों के प्रतिभागियों के नाम (पते सहित) फरवरी 2024 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।

खजूर खाने के फायदे

– डॉ. आर. पी. पाराशर

खजूर खाने से कोलेस्ट्रॉल काबू में रहता है, एलर्जी कम परेशान करती है, यह इम्यूनिटी को भी मजबूत करता है। इसे लगातार खाने से खून की कमी भी नहीं होती। इतने फायदे का यह बिल्कुल भी मतलब नहीं है कि एक दिन में इतना खजूर खा लें कि पेट के लिए उसे पचाना भी मुश्किल हो जाए। ज्यादा से ज्यादा 100 ग्राम खजूर दिनभर में पर्याप्त है। वहीं सामान्य दिनों में 4–5 खजूर हर दिन खाने से काम चल जाएगा। ध्यान रहे कि अगर इसे दूध के साथ या फिर पानी में भिगोकर खाया जाए तो नुकसान की आशंका कम हो जाती है। फाइबर की भरपूर उपलब्धता इसे सुपरफूड की कैटीगरी में पहुँचाता है।

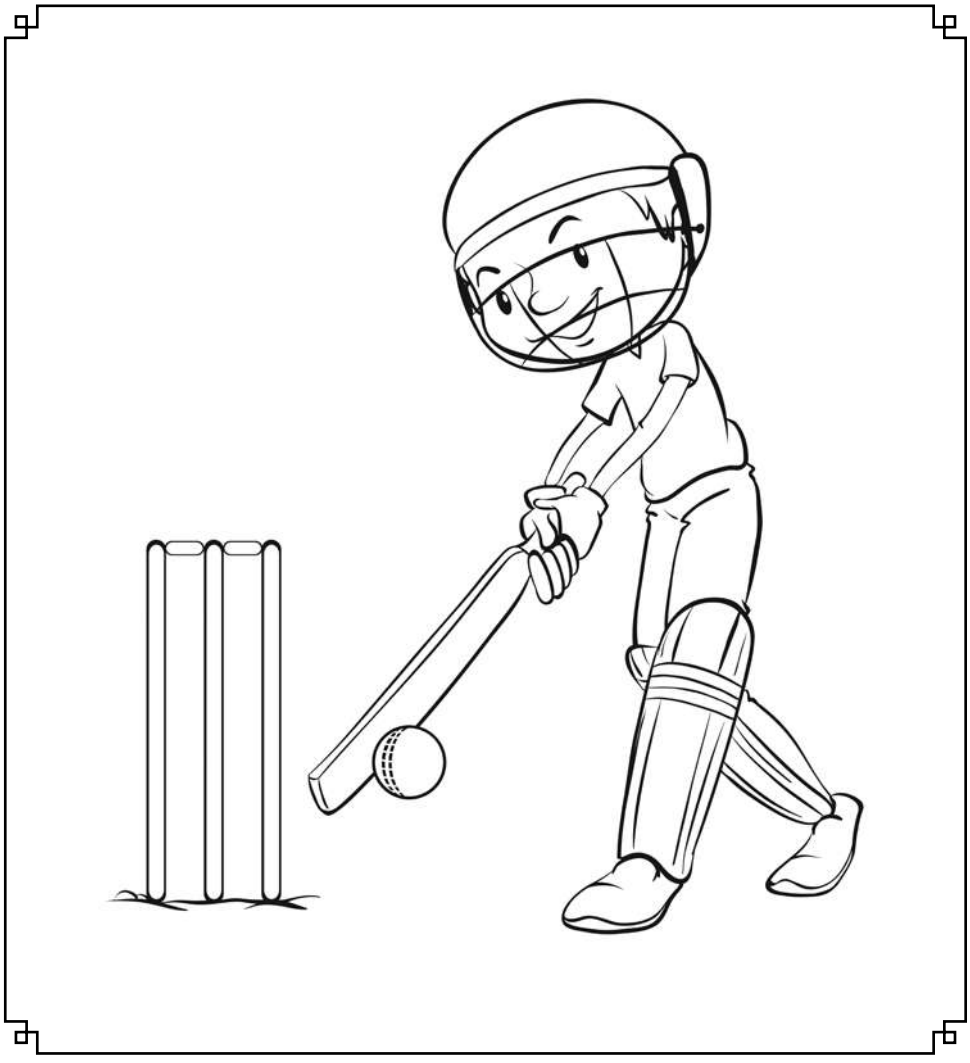
यह शरीर के लिए काफी बेहतर माना जाता है। इनमें एंटीऑक्सिडेंट (शरीर में बनने वाले खतरनाक केमिकल को कम करने में मदद करता है।) की मात्रा भी काफी होती है। वहीं गुड़ में फाइबर की मात्रा बहुत कम होती है जबकि खजूर में भरपूर है। दूसरे मिनरल्स और विटामिन्स भी खजूर में काफी हैं। इसलिए अगर 2 से 3 खजूर स्वीटडिश के रूप में खाएँ तो यह कई मामलों में बेहतर हो जाता है।

कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करने में सहायक : इनमें मौजूद फाइबर, कैल्शियम, पोटेशियम आदि शरीर में मौजूद कोलेस्ट्रॉल को कम करने में मददगार होते हैं। यह ब्लडप्रेशर को भी दुरुस्त रखने में मदद करता है। यह खून की नलियों को साफ करता है। दिल की मांसपेशियों को भी मजबूत करने का काम करता है और दमे को दूर करने में भी मददगार है।

आंतरिक सूजन दूर करने में अगर किसी व्यक्ति को आंतरिक सूजन यानी इन्फ्लेमेशन हुआ हो या किसी बीमारी या फिर चोट लगने की वजह से हो। ऐसे में खजूर बहुत काम आता है। अपने एंटीइन्फ्लेमेटरी की वजह से यह आंतरिक सूजन को आसानी से दूर कर देता है। इनके अलावा खजूर नर्वस सिस्टम, कमजोरी दूर करने में, स्किन और बालों के लिए भी यह फायदेमंद है।

मांसपेशियों को मजबूत करने में सहायक : खजूर की यह खासियत अद्‌भुत है। जो लोग नॉनवेज नहीं खाते, उनके लिए खजूर मांसपेशियों को मजबूत करने में अहम भूमिका निभाता है। नॉनवेज में मौजूद प्रोटीन और दूसरे विटामिन्स मांसपेशियों के लिए काफी अहम होते हैं। यह कमी खजूर काफी हद तक पूरी कर देता है। ♦

रंग भरो



नाम : ..... आयु : .....

पिता का नाम : .....

पूरा पता : .....

.....

..... पिन कोड : .....

Nirankari Radio

radio.nirankari.org

24x7

Kids Divine

ek ruhani muskaan

kids.nirankari.org

Catch the latest episode on 23rd of every month

IT'S LIVE, DOWNLOAD NOW

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

महफ़िल ए रूहानियत

Mehfil-E-Ruhaniyat

Special programme

Voice DIVINE

radio.nirankari.org

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

SV

SOUL VIBES

radio.nirankari.org

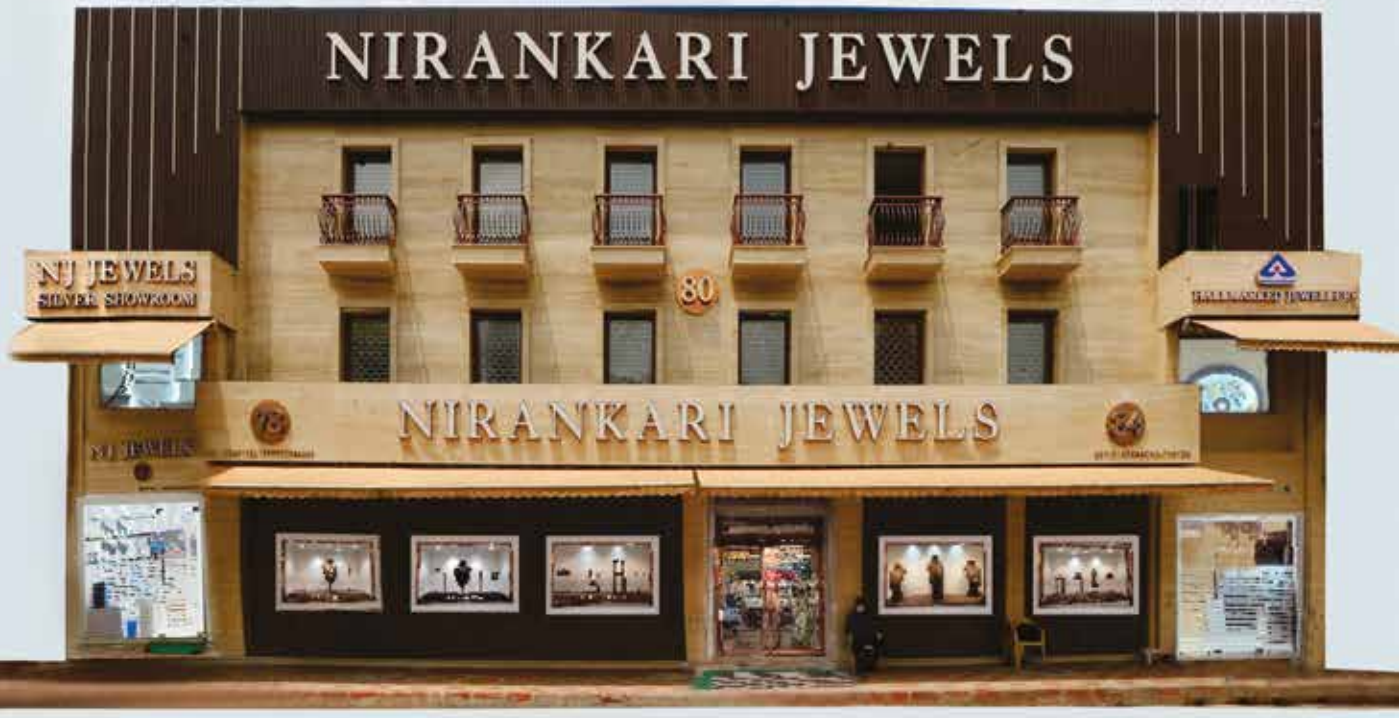
Catch the latest episode on Last Friday of every month

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



NIRANKARI JEWELS

78-84, Edward Line, Kingsway Camp, Delhi, 110009
Near G.T.B. Nagar Metro Station Gate No. 4

011-42870440, 42870441, 47058133
nirankari_jewels@hotmail.com
www.nirankarijewels.com
@nirankarijewelsdelhi
Nirankari Jewels Pvt. Ltd.

Monday Closed

Customer Care : **9818883394**