❖ वर्ष 50 ❖ अंक 01 ❖ जनवरी 2023

हँसती दुनिया

₹ 15/-

नववर्ष की
आप सभी को
शुभकामनाएं

हँसती दुनिया

● वर्ष 50 ● अंक 01 ● जनवरी 2023 ● 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-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।

सम्पादक
विमलेश आहूजा

सहायक सम्पादक
सुभाष चन्द्र

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

Available on Website

सदस्यता शुल्क

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

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

स्तम्भ

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

हँसती दुनिया

कविताएं

7. **नये वर्ष का स्वागत**
: महेन्द्र सिंह शेखावत

7. **भारत तू मेरा आधार है**
: पायल मेहरा

17. **गणतंत्र ने दिया, संविधान देता है हक**
: हरजीत निषाद

23. **भारत देश हमारा**
: डॉ. ब्रजनन्दन वर्मा

33. **सूरज और हवा**
: कमल सिंह चौहान

33. **धूप**
: सुकीर्ति भटनागर

41. **वैज्ञानिक बन जाऊँ**
: डॉ. दिलीप धींग

41. **शिक्षा पाना**
: राजकुमार जैन 'राजन'

47. **गौरैया की व्यथा**
: मीरा सिंह 'मीरा'

47. **भालू आया**
: श्रवण कुमार

विशेष/लेख

8. **अंतरिक्ष : जहाँ दिन ...**
: फेनम सोगानी

16. **गुणी हैं संतरे**
: अनिता जैन

21. **मानव विकास की नई प्रजाति ...**
: कमल सोगानी

27. **गजब की है गाजर**
: कैलाश जैन

32. **बाल पहेलियां**
: डॉ. कमलेंद्र कुमार

40. **विज्ञान प्रश्नोत्तरी**
: घमंडीलाल अग्रवाल

46. **देश-विदेश के विचित्र वृक्ष**
: राहुल शर्मा

कहानियां

10. **पायलट बनूंगा**
: डॉ. राजीव गुप्ता

18. **बंटी की सूझबूझ**
: ललित शौर्य

24. **नीलू की जिद्द**
: राधेलाल 'नवचक्र'

30. **टिंकू को सीख मिली**
: विपिन कुमार

39. **दायित्व**
: राघवदास निरंकारी

43. **ईश्वर मेरे साथ**
: जयेन्द्र

नववर्ष का हर पल प्यार से भरपूर हो

नया वर्ष मुबारक हो, नववर्ष की हार्दिक शुभकामनाएं, हैपी न्यू ईयर, आदि-आदि से सभी एक-दूसरे का अभिवादन करते हैं। साथ-ही-साथ यह कोशिश भी रहती है कि मैं अपने परिवार, साथियों, मित्रों को उनसे पहले कि वे मुझ से कहें कि नववर्ष मंगलमय हो, मैं पहले ही कह दूँ। यह बहुत अच्छी बात तो है ही, फिर मुझे भी अपेक्षा हो जाती है कि वे मुझे भी शुभकामना दें। यह परम्परा अनेकों वर्षों से बराबर चली आ रही है और हम भी लगभग इनका एक हिस्सा बन चुके हैं।

आज विज्ञान ने इतनी उन्नति कर ली है कि हम एक से एक अच्छे मैसेज कम्प्यूटर, मोबाईल फोन आदि द्वारा एक-दूसरे तक पलक झपकते ही पहुँचा सकते हैं और तो और अधिकतर नये-नये मैसेज तो हमें अनेकों वेबसाईट्स पर मिल ही जाते हैं और फिर उनका आदान-प्रदान होता रहता है। इसके साथ-साथ यह भी होता है कि मेरा मैसेज ऐसा हो कि जो अभी तक किसी ने न भेजा हो। यहाँ प्रतिस्पर्धा तो हो ही जाती है परन्तु अनेकों नये-नये विचार, चिन्तन व अवधारणाओं की उत्पत्ति भी हो जाती हैं।

हमारे पास भी अनेकों-अनेकों शुभकामनाओं के संदेश आते हैं और उन सभी में लगभग हमारे लिए उन्नति, सुख-समृद्धि, सफलता, मनचाही इच्छा की पूर्ति, खुशी से भरपूर, स्वास्थ्य की कामना, सभी संकल्पों की पूर्ति, परमात्मा से आशीर्वाद प्राप्त हो आदि-आदि जैसे मैसेज शामिल होते हैं और हमारी भी यही कामना रहती है कि सभी को जीवन में खुशहाली मिले और सुन्दर जीवन जी पाएं।

एक मित्र ने फोन पर मुझे कहा था कि हम हर वर्ष सभी को शुभकामनाएं देते हैं फिर भी हमारे दिलों में वह बात क्यों नहीं है जो होनी चाहिए। सुख, समृद्धि, खुशी, उन्नति, शान्ति तो हम सभी को चाहिए फिर भी यह क्यों नहीं मिल पा रही और वह इसका विश्लेषण करते जा रहे थे। साथियो, यह बेचैनी तो हमें भी हो जाती है।

एक दिन ऐसा हुआ कि तीन सन्यासी पुरुष भ्रमण करते हुए अपने क्षेत्र से कहीं दूर निकल गए और देर रात का समय हो गया था और अब वे थक भी चुके थे। उन्होंने दूर से किसी एक घर में रोशनी को देखा और वहाँ पहुँच गए। उस घर का द्वार खटखटाने पर घर की गृहिणी बाहर आई और उन्हें अन्दर आने का निवेदन किया। परन्तु उनमें से बुजुर्ग सन्यासी ने कहा कि बेटी, अगर आपके पति घर में हैं तभी हम अन्दर आ सकते हैं। गृहिणी ने अपने पति से स्वीकृति ली फिर उन्हें घर के अन्दर आने को कहा। बुजुर्ग सन्यासी कहने लगा हमारे में से एक ही अन्दर आएगा और परिचय देते हुए कहा कि हम में से एक का नाम समृद्धि है, दूसरे का सफलता और तीसरे का प्यार। गृहिणी ने अन्दर जाकर अपने पति से मन्त्रणा की और उसके पति ने कहा कि समृद्धि को भीतर बुला लो। परन्तु गृहिणी ने कहा सफलता को बुला लो, हमारे सभी काम सफल हो जायेंगे। लेकिन उनकी बेटी ने कहा कि पापा, प्यार को बुला लो। मैं तो प्यार से ही खाना खाती हूँ तो आज प्यार के साथ भी खा लूंगी। अन्ततः प्यार को अन्दर आने को कहा। अरे यह क्या? आप तो तीनों ही भीतर आ रहे हैं। इस पर समृद्धि और सफलता ने कहा कि जहाँ प्यार होता है वहाँ समृद्धि और सफलता तो उसके पीछे पीछे आ ही जाती हैं।

साथियो, हम जब भी किसी को शुभकामना का सन्देश या कुछ भी विचार प्रेषित करें तो उसमें दिल की गहराईयों से, भावपूर्ण स्नेह, सौहार्द एवं प्रेम-प्यार से भरपूर होना चाहिए।

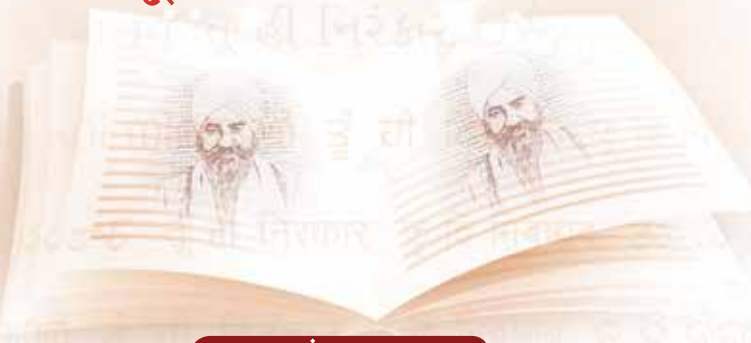
हमारे आचरण में, आदत में, व्यवहार में और संस्कार में प्रेम ही प्रेम हो। हम प्रेममय हो जाएंगे तो हर दिन, हर पल नववर्ष ही प्रतीत होगा।

हृदय से, दिल से, प्रेम से, प्यार से आप सभी को पूरे नववर्ष का हर पल प्यार में जीने की शुभकामना, हमारे हँसती दुनिया परिवार की ओर से।

— विमलेश आहूजा

हमारे पवित्र ग्रंथ :

सम्पूर्ण अवतार बाणी



पद संख्या 267

उच्चा सभ तों है दर तेरा महिमा तेरी अपरम्पार।
गुण तेरे ने गिणती बाहिरे मेहरां दा नहीं कोई शुमार।
निस दिन गौन्दै गुण जो तेरे अंग संग तक तैनूं दातार।
चरन तेरे जे पत्थर छू लए भवसागर हो जांदै पार।
पाक पवित्तर होंदै पापी बणदै मूरख वी हुश्यार।
दासनदास दास हो रहन्दै जां बलिहार कहे अवतार।

भावार्थ : उपरोक्त पद में बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि निरंकार-प्रभु को जाने बिना बहुमूल्य मानव जन्म व्यर्थ चला जाता है। संसार में आकर इन्सान माया के पीछे भागने में ही अपना पूरा जीवन लगा देता है। वह भौतिक पदार्थों की प्राप्ति के लिए अपनी सारी ऊर्जा झोंक देता है। यह सब कुछ करने में वह इतना ज्यादा उलझ जाता है कि उसके मन में निरंकार-प्रभु को पाने की कोई इच्छा ही नहीं जागती। माया में गलतान रहने वाले, दिन-रात इसी में उलझे रहने वाले मानव का खाना-पीना सब धृगाकार है, निंदनीय है। जब तक कि वह प्रभु-परमात्मा को जानने, मानने और इसका हो जाने का भाव अपने मन में नही लाता, उसका हर कार्य व्यर्थ है।

बाबा अवतार सिंह जी बता रहे हैं कि धन इकट्ठा करने में इन्सान इतना ज्यादा फंस जाता है कि वह किसी का हक दबाने, किसी को अकारण ही पीड़ा पहुँचाने या उसे प्रताड़ित करने में संकोच नहीं करता। वह अनेकों पाप कर्म करके धन इकट्ठा करता है और फिर उसका झूठा अहंकार करता है। वह झूठ के इस पसारे को सच मान बैठता है और जीवनभर इसी झूठ के ताने-बाने में उलझा रहता है। जिस प्रकार मकड़ी जाल बुनती है और छोटे-छोटे कीट-पतंगों के उस जाल में फंसने की प्रतीक्षा करती है ताकि वह उनका शिकार कर सके। एक दिन उसी जाल में फंसकर वह स्वयं भी समाप्त हो जाती है। इसी तरह प्रभु-परमात्मा की जानकारी के बगैर इन्सान माया के झूठे ताने-बाने में उलझकर अपना जीवन नष्ट कर लेता है।

बाबा अवतार सिंह जी मानव को इस महारोग का उपचार बताते हुए कह रहे हैं कि सत्गुरु से मिलकर इस प्रभु, इस नामी को जान लो क्योंकि संसार से जाने वाले के साथ नाम के सिवाय कुछ भी साथ नहीं जाता। तिनका-तिनका करके जोड़ी गई उसकी समस्त माया, धन-दौलत, महल माड़ियां सब यही रह जाते हैं। इसलिए ऐसे गुरु को ढूढ़ो जो तुम्हें प्रभु से मिला दे और उस पर बलिहार जाओ। इन्सान ने अगर यह कार्य समय रहते कर लिया तो प्रंशसा का पात्र बनता है। अन्यथा अन्त में पछताने के सिवाय कुछ हाथ नहीं आता। अत: हे मानव! तुम सत्गुरु की शरण में आकर अपना जीवन सफल कर लो।

भावार्थ : हरजीत निषाद

अनमोल वचन

❖ समागम का शीर्षक रूहानियत और इन्सानियत संग-संग, रूहानी रूप में इस आत्मा का परमात्मा से मिलन ब्रह्मज्ञान द्वारा और उसके बाद इन्सानियत वाले गुण दोनों का एक संतुलित रूप भी होना बहुत जरूरी है और दोनों ही इस रूप में बने रहें।

❖ जिस प्रकार मछली का जीवन और मृत्यु पानी ही है, उसे एहसास है कि हर तरफ पानी है। उसी तरह भक्त भी इस परमात्मा के एहसास में जीवन जीते हैं। वे हमेशा ही परमात्मा के रंग में रंगे रहते हैं। गृहस्थ में रहते हुए ही भक्ति करते हैं।

❖ ब्रह्मज्ञान पाकर अपनी भक्ति और विश्वास को मजबूत करने के लिए नित्यप्रति सन्तों का संग किया करें, सत्संग में आकर अच्छे गुण धारण करें और अपनी आध्यात्मिक जड़ों को मजबूत किया करें। इसी से मन का रिश्ता परमात्मा के साथ पक्का होगा।

❖ जैसे पांव में धूल लग जाती है तो उसे धो लेते हैं। वैसे ही दुनियावी माया यदि हम पर कोई असर डालती है तो सत्संग में आकर अमृत रूपी वचनों से ही मैल धुलती है। **– सत्गुरु माता सुदीक्षा जी**

❖ हीरा कभी यह नहीं कहता कि मैं बहुत कीमती हूँ। उसके गुण ही उसको कीमती बना देते हैं। इसी प्रकार से भक्त कभी अपने आपको ऊँचा नहीं कहता। उसका गुण ही उसको ऊँचा बना देता है।

❖ काश! संसार के सभी इन्सानों को मिलजुलकर रहने का सलीका प्राप्त हो जाये।

❖ भक्त हर हाल में दातार के रंग में रहता है, उतार-चढ़ाव का असर ग्रहण नहीं करता बल्कि हर हाल में खुश रहता है।

❖ परमपिता-परमात्मा को जानकर ही विश्व शान्ति सम्भव है। महापुरुषों, गुरुओं, अवतारों के पदचिन्हों पर चलकर ही कल्याण सम्भव है। मानवता को अध्यात्मिकता से ही बचाया जा सकता है। **– बाबा हरदेव सिंह जी**

❖ दुख अज्ञानता का नाम है जैसे अंधेरा कोई चीज नहीं, इसी प्रकार दुख भी कोई चीज नहीं। प्रकाश हो तो अंधेरा और ज्ञान हो तो दुख नहीं होता।

– बाबा अवतार सिंह जी

बाल कविता : महेन्द्र सिंह शेखावत

नये वर्ष का स्वागत

नये वर्ष का करें सभी हम,
मिलकर सारे ऐसा स्वागत।
भूलें सारे वैर भाव हम,
मन में हो प्रीति की चाहत।।

नहीं किसी का बुरा करें हम,
सीखें मानवता से रहना।
सच्ची-मीठी वाणी बोलें,
कटुवचन न कभी कहना।।

नये-नये संकल्प करें हम,
अब है आगे हमको बढ़ना।
भूखे-प्यासे दीन-दुखी की,
आगे बढ़कर सेवा करना।।

सबके लिए हो मंगलमय, इस
नये वर्ष का इक-इक पल।
भविष्य स्वर्णिम और सुखद हो,
सबके लिए हो उज्ज्वल कल।।

कविता : पायल मेहरा

भारत

तू मेरा आधार है

भारत तुझसे मेरा नाम है।
भारत तू ही मेरा धाम है।
भारत मेरी शोभा शान है।
भारत मेरा तीर्थ स्थान है।

भारत तू मेरा सम्मान है।
भारत तू मेरा अभिमान है।
भारत तू धर्मों का ताज है।
भारत तू सबका समाज है।

भारत तुझमें गीता सार है।
भारत तू अमृत की धार है।
भारत तू गुरुओं का देश है।
भारत तुझमें सुख संदेश है।

भारत जब तक ये जीवन है।
भारत तुझको ही अर्पण है।
भारत तू मेरा आधार है।
भारत मुझको तुझसे प्यार है।
भारत तुझपे जां निसार है।
भारत तुझको नमस्कार है।

विज्ञान लेख : फेनम सोगानी

अंतरिक्ष : जहाँ दिन में भी तारे दिखाई देते हैं ...

दोस्तों! तुम्हें जानकर अचरज होगा कि हमारी आकाशगंगा में सूर्य जैसे 300 अरब तारे हैं। इन तारों का आकार सूर्य जैसा ही है। लेकिन एक भी तारे में सूर्य जैसा प्रकाश देने की शक्ति नहीं है। ये तारे धीरे-धीरे टिमटिमाते रहते हैं तथा आसमान में इधर-उधर तैरा करते हैं। जब ये तारे आपस में टकराते हैं तो भयंकर विस्फोट होता है लेकिन इनका मलबा धरती तक नहीं आ पाता, अधिक ऊँचाई के वायुमंडल में ही तैरता रहता है तथा मलबे के कण धीरे-धीरे आपस में चिपककर फिर से पिंड का रूप धारण करते रहते हैं। सूर्य के प्रकाश से इन पिंड को फिर से नवजीवन मिलता है। ये लाखों-करोड़ों साल उपरांत धीरे-धीरे हल्का-हल्का प्रकाश उत्पन्न करने लगते हैं और फिर से आसमान में तैरने लगते हैं।

दिन और रात के सफर में हजारों तारे प्रतिदिन टकराते हैं और फिर धीरे-धीरे जुड़कर तारे की तरह टिमटिमाने लगते हैं। हाँ, नीलगगन में तारों की जो विशाल बारात है उसे 'मिल्की वे' पुकारा जाता है। पृथ्वी से नीलगगन में नजर आने वाले सभी तारे 'मिल्की वे' आकाशगंगा का हिस्सा हैं, लेकिन ब्रह्मांड के फैलाव में ऐसी न जाने कितनी ही आकाशगंगाएं और भी हैं। यूं हमारा सौरमंडल

'मिल्की वे' आकाशगंगा के विशाल परिवार का एक छोटा-सा टुकड़ा है।

वैज्ञानिकों के अनुसार 'मिल्की वे' की अवधारणा नई नहीं कही जा सकती। भारतीय, मिस्र, अरबी आदि के चिंतकों ने कई सदियों पूर्व ही इसका अनुमान लगा लिया था। इतिहास तथ्यों से विदित होता है कि 17वीं सदी के पहले चरण में वैज्ञानिक गैलिलियो ने अपने टेलीस्कोप से देखकर आकाशगंगा की अधिकारिक पुष्टि की। खगोलविदो के अनुसार आकाशगंगा की बनावट सर्पिलाकार या घुमावदार है। पृथ्वी से देखने पर 'मिल्की वे' रात के आकाश को दो स्पष्ट गोलार्द्धों में विभाजित करता है। हाँ, इसके आधार पर माना जाता है कि हमारा सौरमंडल आकाशगंगा के भीतरी किनारे पर स्थित है।

खगोलविदो की टेलीस्कोप खोजों से विदित हुआ है कि एण्ड्रोमेडा आकाशगंगा में 12 खरब से भी अधिक तारे हैं। ब्रह्मांड में 'मिल्की वे' और एण्ड्रोमेडा जैसी ही अरबों आकाशगंगाएं दूर-दूर तक फैली हुई हैं।

ग्रीक वैज्ञानिकों के एक ताजा शोध के मुताबिक 'मिल्की वे' की उम्र 14.2 अरब वर्ष है यानि ब्रह्मांड की उम्र जितनी। 'मिल्की वे' में तारों के साथ ही धूल कण और गैस पिंड भी शामिल हैं। जो चार भुजाओं की शक्ल में उसकी घुमावदार संरचना का निर्माण करते हैं।

'मिल्की वे' के केन्द्र से सूर्य की अनुमानित दूरी 26 हजार प्रकाशवर्ष है। खगोलविदो का मानना है कि 'मिल्की वे' लगभग 636 कि.मी. प्रति सेकिंड की गति से आगे सरक रही है।

अंतरिक्ष में तो दिन में भी तारे दिखाई देते हैं। मंगल ग्रह को 'रेड स्टार'(लाल तारा) कहा जाता है। शुक्र ग्रह को 'इवनिंग स्टार' (शाम का तारा) नाम से भी जाना जाता है।

❖

कहानी : डॉ. राजीव गुप्ता

पायलट बनूंगा

जब भी अंकित से कोई पूछता कि वह बड़ा होकर क्या बनेगा तो वह कोई निश्चित जवाब नहीं दे पाता। कभी वह कहता कि इंजीनियर बनूंगा तो कभी डॉक्टर।

दरअसल उसे भी ठीक-ठीक नहीं मालूम था कि वह क्या बनना चाहता है? वह अभी छोटा ही तो था, केवल 11 साल का। वह कक्षा 6 में पढ़ता था।

एक दिन जब वह स्कूल से लौटकर आया तो उसने अपनी मम्मी-पापा को बहुत खुश पाया।

–क्या बात है, मम्मी? आप जोर से हँस रहे हैं।– उसने मम्मी से पूछा।

–हाँ बेटे, हम लोग अगले महीने अमेरिका जा रहे हैं। तुम्हारे लोकेश भइया की शादी है।

सुनकर वह भी खुशी से उछल पड़ा। लोकेश उसके ताऊजी के लड़के का नाम था। उसके ताऊजी अमेरिका में रहते थे। वे वहाँ किसी संस्था में वैज्ञानिक थे।

पापा उसी दिन से पासपोर्ट और वीजा बनवाने में जुट गये।

–पापा, ये पासपोर्ट और वीजा क्या होता है?– एक दिन अंकित ने पूछा।

–बेटा, यह विदेश में किसी दूसरे देश में घुसने का अनुमति-पत्र होता है। जिससे कि कोई भी गलत आदमी विदेश न पहुँच जाए। ये विदेश जाने वाले व्यक्ति की अच्छी तरह से जांच-पड़ताल के बाद ही बनता है।

आखिर वह दिन भी आ गया जब अंकित अपने मम्मी-पापा के साथ हवाईजहाज में बैठा। वह बहुत खुश था।

–पापा, इतना बड़ा हवाईजहाज हवा में उड़ता कैसे है?– हवाईजहाज को आश्चर्य से देखते हुए उसने पूछा।

–बेटा, इसके उड़ने में एक खास नियम काम करता है। जब हम पानी या हवा को नीचे की ओर धक्का देते हैं तो वह भी हमें ऊपर की ओर धकेलता है। जब हवाईजहाज का पंखा हवा को बड़े जोर से नीचे की तरफ फेंकता है, तो हवा भी उसे ऊपर की ओर धक्का लगाती है। इस प्रकार जब हवाईजहाज ऊपर उठता है तो इसके बड़े-बड़े पंख इसे हवा में सम्भालने का कार्य करते हैं। इसमें लगा इंजन इसे आगे बढ़ाने में मदद करता है। इस प्रकार हवाईजहाज आकाश में तेजी से उड़ने लगता है।– अंकित के पापा ने बताया।

इसी बीच विमान परिचारिका मुस्कुराते हुए उनके पास आई और यात्रियों से अपनी-अपनी कमर-बेल्ट बांध लेने का अनुरोध करने लगी क्योंकि अब हवाईजहाज उड़ान भरने वाला था।

–पापा, इस बेल्ट को बांधने से क्या फायदा है?– बेल्ट कसते हुए अंकित बोला।

–इससे विमान के उड़ते समय हमको झटका नहीं लगता है, वरना हम गिर भी सकते हैं।

–तो क्या यह बेल्ट हमें सारे सफर में बांधनी पड़ेगी?

–नहीं, केवल हवाईजहाज के ऊपर उठते और नीचे उतरते समय। जब विमान ऊपर उड़ रहा हो तब हम इसे खोल सकते हैं।

–पापा, इस हवाईजहाज को चलाने वाला ड्राइवर नहीं दिख रहा है।– अंकित ने इधर-उधर देखते हुए कहा।

–बेटा, वह आगे बने केबिन में बैठा है। उसके बैठने के स्थान को कॉकपिट कहते हैं और हवाईजहाज उड़ाने वाले ड्राइवर को पायलट कहते हैं। कॉकपिट में अनेक तरह के यंत्र लगे रहते हैं। जिससे पायलट अपने हवाईजहाज को नियंत्रण में रखता है।– अंकित के पापा ने उसे समझाया।

–पापा, यदि उड़ान भरने के बाद हवाईज. हाज में कोई खराबी आ जाए तब पायलट क्या करता है?

–बेटा, ऐसा कम ही होता है क्योंकि उड़ान भरने से पहले हवाईजहाज को पूरी तरह से चैक किया जाता है। फिर भी यदि उड़ान भरने के बाद हवाईजहाज में कोई कमी आ जाती है तो पायलट उसे सावधानीपूर्वक किसी सुरक्षित स्थान पर उतारने की कोशिश करता है।

–अच्छा पापा, यदि मैं बड़ा होकर पायलट बनूं तो कैसा रहे?– कुछ सोचते हुए अंकित ने कहा।

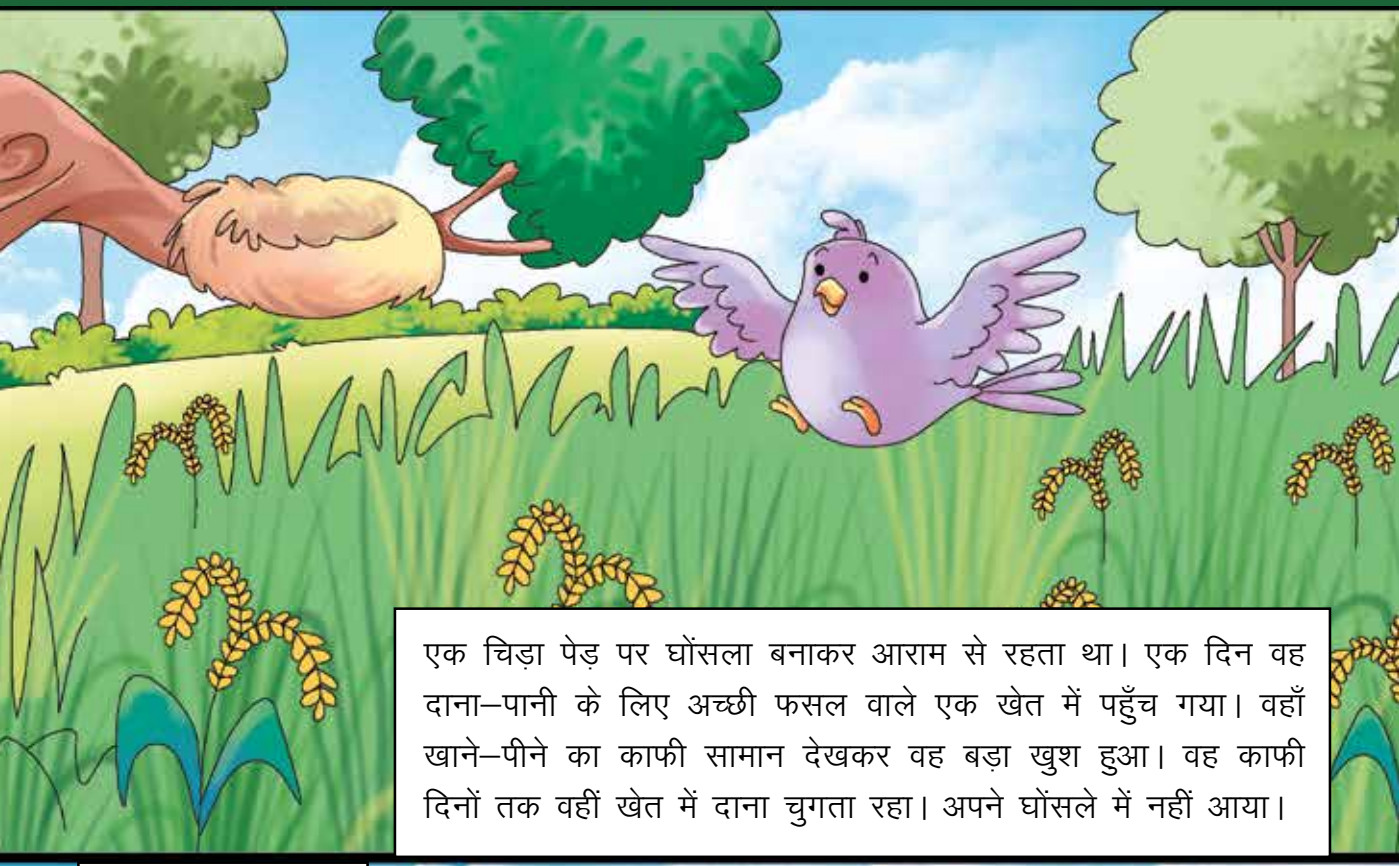
–हाँ बहुत अच्छा रहेगा। परन्तु इसके लिए तुम्हें कड़ी मेहनत करनी पड़ेगी।– उसके पापा ने कहा।

–साथ में उसकी मम्मी और विमान परिचारिका भी मुस्कुरा रही थी। वह उन्हें कोल्ड ड्रिंक सर्व करने आई थी।

❖

चित्रकथा

चित्रांकन एवं लेखन : अजय कालड़ा



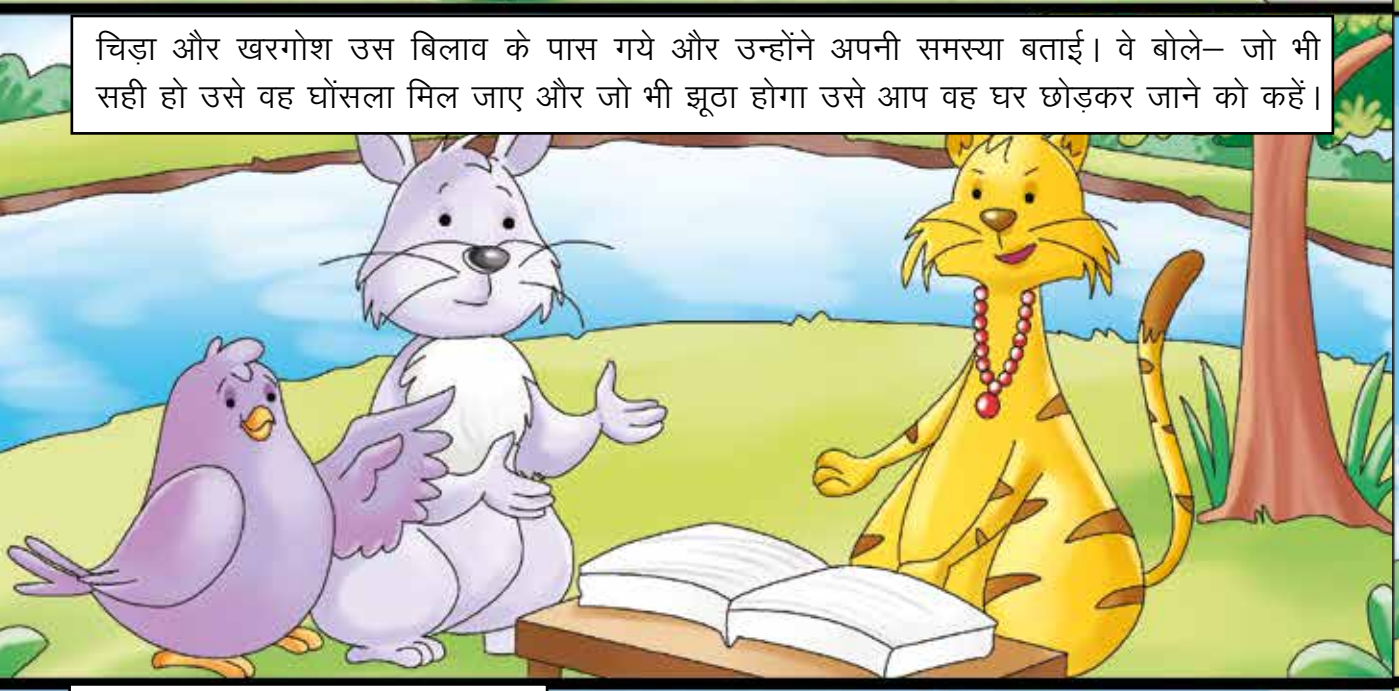
एक चिड़ा पेड़ पर घोंसला बनाकर आराम से रहता था। एक दिन वह दाना–पानी के लिए अच्छी फसल वाले एक खेत में पहुँच गया। वहाँ खाने–पीने का काफी सामान देखकर वह बड़ा खुश हुआ। वह काफी दिनों तक वहीं खेत में दाना चुगता रहा। अपने घोंसले में नहीं आया।

एक दिन एक खरगोश उस पेड़ के पास आया जहाँ चिड़े का घोंसला था। पेड़ ऊँचा नहीं होने के कारण खरगोश उस पेड़ पर आसानी से घोंसले के पास पहुँच गया।

खरगोश ने देखा घोंसला खाली पड़ा है। घोंसला इतना बड़ा था कि खरगोश उसमें आराम से रह सकता था।

कुछ दिनों बाद वह चिड़ा दाना–पानी खा–पीकर मोटा–ताजा बनकर अपने घोंसले पर वापस लौटा। उसने देखा कि घोंसले में खरगोश आराम से बैठा हुआ है। उसे बड़ा गुस्सा आया। उसने खरगोश से कहा– बदमाश कहीं के, मैं नहीं था तो मेरे घर में घुस गये हो?

उन्हें पेड़ से थोड़ी दूर एक धूर्त बिलाव एक पुस्तक पढ़ता नज़र आया। चिड़ा और खरगोश को वह समझदार और विद्वान लगा।


चिड़ा और खरगोश उस बिलाव के पास गये और उन्होंने अपनी समस्या बताई। वे बोले– जो भी सही हो उसे वह घोंसला मिल जाए और जो भी झूठा होगा उसे आप वह घर छोड़कर जाने को कहें।

खरगोश और चिड़े को देखकर बिलाव के मुँह में पानी भर आया। उसे भूख भी लगी थी। उसने सोचा– दोनों मोटे–ताजे हैं। कई दिनों तक भोजन की तलाश में भटकना नहीं पड़ेगा।

बिलाव बोला– मैं तुम्हारा न्याय करने को तैयार हूँ परन्तु मैं एक बात तुम लोगों को तुम्हारे कानों में कहना चाहता हूँ। तुम दोनों मेरे पास आओ।

दोनों के पास आते ही बिलाव ने झट से खरगोश को पंजे में पकड़ा और चिड़े को मुँह में दबोच लिया।

बिलाव ने दोनों का काम तमाम कर दिया। दोनों अपनी मूर्खता से अपनी जान गंवा बैठे। उन्होंने सपने में भी नहीं सोचा था कि किसी शत्रु पर एकदम से विश्वास करना कितना घातक हो सकता है।

शिक्षा : दो की लड़ाई में तीसरा लाभ उठा ले जाता है। यह हमेशा ध्यान रखना चाहिये कि बलवान और धूर्त शत्रु से हमेशा दूर रहने में ही भलाई है।

लेख : अनिता जैन

गुणी हैं संतरे

संतरा मूलतः मौसमी, माल्टा और नारंगी प्रजाति का फल है। इन सभी फलों में अधिकांश समानताएं पाई जाती हैं। नारंगी और संतरे में मूल अन्तर आकार व स्वाद का है। संतरा नारंगी की अपेक्षा आकार में बड़ा और स्वाद में अधिक मीठा होता है। यद्यपि दोनों ही फलों में समान गुण होते हैं।

संतरे का वृक्ष ऊँचाई में 15 से 30 फुट तक होता है। इसकी आयु लगभग सौ वर्ष मानी जाती है। मगर यह फल 25 से 30 वर्ष तक ही देता है। औसतन एक वृक्ष सालभर में चार सौ से एक हजार तक फल दे देता है। 'चरक-संहिता' में संतरे के गुणों पर व्यापक प्रकाश डाला गया है। आयुर्वेद के अनुसार, यह मधुर, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक और अग्निउद्दिपक फल है। आधुनिक चिकित्सा शास्त्री भी संतरे को सेहत की दृष्टि से अत्यन्त उपयोगी फल स्वीकारते हैं। संतरे की रासायनिक संरचना के अनुसार इसके रस में 10.9 प्रतिशत ठोस भाग रहता है जिसमें 7.8 प्रतिशत प्राकृतिक शर्करा, 1.7 प्रतिशत सिट्रिक एसिड, 0.52 प्रतिशत खनिज लवण आदि तत्व पाए जाते हैं। इसके अलावा इसमें विटामिन 'सी' भी प्रचुर मात्रा में रहता है।

कैल्शियम, आयरन, प्रोटीन आदि तत्व भी इसमें पाए जाते हैं। संतरे में उपलब्ध विटामिन 'सी' शरीर की रोग-प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि करता है। इसका रस खून में मिलकर शरीर के विजातीय तत्वों को बाहर निकालने में सहायक होता है। कैल्शियम और खनिज लवण दाँतों व हड्डियों को मजबूती प्रदान करते हैं। संतरे की प्राकृतिक शर्करा एक अत्यंत पाचक तत्व है जो खासतौर पर बच्चों व बीमारों के लिए अत्यन्त उपयोगी है। इसके सेवन से शरीर को तत्काल ऊर्जा प्राप्त होती है।

संतरा न केवल एक पौष्टिक फल है अपितु अनेक रोगों के लिए भी यह एक रामबाण दवा है। मानसिक तनाव, प्यास अधिक लगना, दंत-क्षय, अपच, पेचिश, पुरानी खांसी, तपेदिक, ज्वर, फ्लू, कृमि आदि रोगों के रोगियों को नियमित रूप से इसके रस का सेवन करना चाहिए। यह किडनी, दिल और त्वचा के लिए भी फायदेमंद है। संतरे की तासीर कुछ ठण्डी मानी जाती है। इस कारण यह भ्रांति बनी हुई है कि संतरे के सेवन से सर्दी जुकाम व बलगम पैदा हो जाता है। किन्तु यह धारणा सर्वथा निर्मूल और अर्थहीन है। वस्तुतः संतरा विटामिन 'सी' से भरपूर फल है और विटामिन 'सी' ही इन रोगों में सबसे कारगर दवा है। चिकित्सक भी इन रोगों के लिए 'विटामिन सी' की ही गोलियां देते हैं। हाँ, यह जरूर है कि संतरे का सेवन इन बीमारियों में तनिक सतर्कतापूर्वक किया जाना चाहिए।

गर्मियों में जी मिचलाना, उल्टी होना आदि सामान्य बातें हैं। ऐसे समय में रोगी को संतरे के रस में शहद मिलाकर देना चाहिए। पायरिया, मसूढ़े की सूजन, स्कर्वी आदि रोगों में संतरे के रस का सेवन अत्यधिक लाभप्रद है। संतरे के छिलकों को सुखाकर, उनका बारीक पाउडर बनाकर, कुछ बूंदें नीबू रस की मिलाकर त्वचा पर उबटन करने से उसमें निखार आ जाता है।

❖

दो बाल कविताएं : हरजीत निषाद

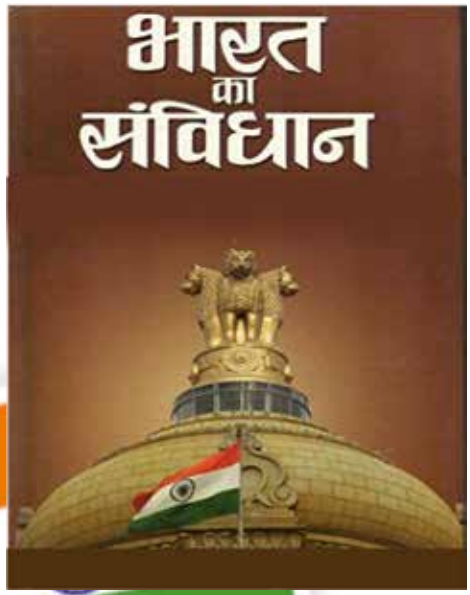
गणतंत्र ने दिया

छब्बीस जनवरी सन् उन्नीस सौ पचास।
गणतंत्र दिवस का गर्वीला अहसास।
प्रथम राष्ट्रपति ने लहराया तिरंगा,
जन गण मन में जागा विश्वास।

दुनिया में श्रेष्ठ भारत का संविधान।
मूल अधिकार देता सबको पहचान।
समता वाला भेदभाव मुक्त यह देश मेरा,
कार्यपालिका संसद न्यायिक विधान।

जाति धर्म प्रान्तों को समता का मंत्र मिला।
देश को सम्मान अति गर्व वाला तंत्र मिला।
हर वर्ष आता पर्व गर्व राष्ट्रभक्ति वाला,
लोकशाही देश में है उत्तम लोकतंत्र मिला।

राजभाषा संघ प्रान्त क्षेत्रीय भाषाएं।
सर्वोच्च न्यायालय न्यायशील व्यवस्थाएं।
गणतंत्र ने दिया भव्य संविधान हमें,
आया गणतंत्र दिवस खुशियां मनाएं।



संविधान
देता है हक

ताकतवर बहुत है यह गणतंत्र।
बदल देता है यह राज्य तंत्र।
कमजोर नहीं शक्तिशाली है यह,
है सत्ता परिवर्तन का सहज यह यंत्र।

संविधान देता है सबको हक जीने का।
अवसर शासन हेतु साठ महीने का।
जनता बिठाती है सर आँखों पर लेकिन,
बदले में चाहती है शासन करीने का।

गणतंत्र दिवस पर सभी को गर्व है।
देश का यह सर्वोत्तम पर्व है।
समान अधिकार देता है नागरिकों को,
खुली हवा खुली आँखों का ये स्वर्ग है।

बाल कहानी : ललित शौर्य

बंटी की सूझबूझ

बंटी बंदर बड़ा होशियार था। उसका मन पढ़ाई-लिखाई में खूब लगता था। उसे नई-नई किताबें पढ़ने का शौक था। वह बाल कहानियों की किताबें भी बड़ी रुचि के साथ पढ़ता। उसे बहुत सारी कहानियां याद भी थीं। कभी-कभी वह जंगल के छोटे-छोटे बच्चों को कहानियां और कविताएं भी सुनाता।

बंटी अपने साथियों को भी पढ़ने के लिए प्रेरित करता। लेकिन उसके साथी बंदर दिनभर उधम मचाते। कोई भी पढ़ने का नाम नहीं लेता। वे सब बंटी का मजाक भी उड़ाते और कहते, ''अब पढ़-लिखकर इसे ही जंगल का महामंत्री बनना है।'' इन सब बातों का बंटी पर कोई विशेष प्रभाव नहीं पड़ता। वह अपने कामों में लगा रहता।

बंटी के आग्रह पर ही जंगल के राजा शेरू शेर ने जंगल में एक विशाल पुस्तकालय का निर्माण करवाया था। पुस्तकाल में शहर से बहुत सारी पुस्तकें मंगवाई गई थीं। वहाँ जंगल के बच्चे, जवान और बूढ़े सभी पढ़ने आते थे।

शेरू ने पुस्तकालय की जिम्मेदारी बंटी को ही सौंपी थी। वह ही पुस्तकालय का रखरखाव करता था। पुस्तकों की गिनती, उन पर जिल्द चढ़ाना, फटी पुस्तकों को ठीक करना, किताबों का रिकॉर्ड रखना बंटी बड़ी जिम्मेदारी के साथ करता।

''बंटी भाई कुछ नई किताबें भी मंगवाया करो। मैं तो ये सारी किताबें पढ़ चुका हूँ।'' हाइटी जिराफ ने अपना चश्मा ठीक करते हुए कहा।

''अरे वाह! आपने सभी किताबें पढ़ लीं। ये तो बहुत अच्छी बात है। मैं जल्द ही कुछ और नई किताबों का ऑर्डर देता हूँ। आपको बहुत जल्द नई किताबें पढ़ने को मिलेंगी।'' बंटी ने कहा।

''ठीक है। याद रखना भूलना मत।'' ये कहते हुए हाइटी वहाँ से चला गया।

''क्या मैं ये किताब घर ले जा सकता हूँ।'' चीकू खरगोश ने एक किताब को दिखाते हुए बंटी से पूछा।

''क्यों नहीं, जरूर। तुम ले जा सकते हो।

लेकिन ध्यान रखना ये फटने न पाए। तुम्हें इसे एक हफ्ते में वापस भी करना होगा।'' बंटी ने कहा।

''मैं एक हफ्ते से पहले ही पढ़कर वापस कर दूँगा।'' चीकू ने उछलते हुए कहा।

दोनों की बातें चल रही थी कि अचानक भागो, भागो ... की आवाजें सुनाई देने लगीं। बंटी ने देखा तो वह चौंक गया। पुस्तकालय के पास पड़ी घास में आग लग चुकी थी। घास धूं-धूंकर जल रही थी। आग ज्यादा फैलने से पुस्तकालय को खतरा था।

बंटी ने आग लगने के बाद भी हिम्मत नहीं हारी। वह पुस्तकालय से बाहर निकलकर पानी का इंतजाम करने लगा। उसने अपने साथियों को भी आवाज दी। साथी बंदर व अन्य जानवर भी आ गए।

''हम सभी को मिलकर पुस्तकालय को बचाना होगा। यह हमारे जंगल की धरोहर है।'' बंटी ने कहा।

''लेकिन कैसे? आग विकराल रूप ले रही है।'' जानवर बोले।

''हम पानी और मिट्टी के सहारे आग पर काबू पा सकते हैं। हमें एक लम्बी श्रृंखला बनाकर पानी और मिट्टी आग पर फेंकनी होगी।'' बंटी ने आइडिया बताया।

सभी जानवरों ने एक लम्बी श्रृंखला बनाई। सभी एक-दूसरे को मिट्टी और पानी की बाल्टियां पकड़ा रहे थे। हक्कू हाथी और उसके साथी सूंड में पानी भरकर आग पर डाल रहे थे। बंटी अपनी जान पर खेलकर किताबों को पुस्तकालय से बाहर निकाल रहा था। उसने बहुत कम समय में ही बहुत सारी किताबें सही-सलामत पुस्तकालय से बाहर निकाल ली थीं। कुछ ही समय में सामूहिक प्रयास एवं बंटी की सूझबूझ से आग पर काबू पा लिया गया था। आग पूरी तरह बुझ चुकी थी। पुस्तकालय बर्बाद होने से बच चुका था।

बंटी ने सभी जानवरों का धन्यवाद किया। इतने में वहाँ महाराज शेरू भी आ पहुँचे। शायद उन तक आग लगने का समाचार पहुँच चुका था।

''बंटी ये सब कैसे हो गया?'' शेरू ने पूछते हुए कहा।

''महाराज ये घटना अचानक से हो गई। शायद बिजली के तारों में आग लगने से यह सब हुआ है। फिलहाल आग पर काबू पा लिया गया है। हम बड़े नुकसान से बच गए हैं।'' बंटी ने कहा।

''ओह, ये बात है। आज तुम्हारी सूझबूझ से बड़ा हादसा होने बच गया। ऐसी घटनाओं में विवेक से निर्णय लेने की आवश्यकता होती है। तुमने विवेकपूर्ण निर्णय लेकर अपनी समझदारी का परिचय दिया है। मैं पुस्तकालय का पुनर्निर्माण करवाऊँगा। इस बार अच्छी क्वालिटी के तारों का प्रयोग किया जाएगा।'' शेरू ने कहा।

''धन्यवाद महाराज। मुझे लगता है हमें कुछ किताबें और मंगवानी पड़ेगीं क्योंकि बहुत सारी किताबें पुरानी हैं और फट गई हैं। कुछ किताबें जल भी गई हैं।'' बंटी बोला।

''जरूर, जैसा तुम कहोगे वैसा ही होगा। जल्द ही शहर से कुछ और किताबें मंगवाई जायेंगी। अभी तुम पुस्तकालय की बची हुई किताबें रखवाने का प्रबन्ध करो। मैं कल से ही इसके पुनर्निर्माण का कार्य शुरू करवाता हूँ।'' शेरू ये कहता हुआ वहाँ से चला गया।

सभी जानवरों ने बंटी को घेर लिया। हक्कू ने उसे अपनी सूँड में उठाकर अपनी पीठ में रख दिया। बंटी ने सभी के सहयोग के लिए पुनः आभार व्यक्त किया।

❖

जानकारी : कमल सोगानी

मानव विकास की नई प्रजाति

होमो नलेदी

यह बात सौ फीसदी सत्य है कि किसी जमाने में हमारे पूर्वज एक तरह के जंगली बन्दर ही थे। बदलती जलवायु और समय के उतार-चढ़ाव के साथ इन बन्दरों में काफी बदलाव आया। इनमें सोचने-समझने की बुद्धि जाग्रत होने लगी। ये संयुक्त रूप से अपनी रक्षा के लिए किसी गुफा, पेड़ों के बड़े-बड़े खोखल व खंडहर आदि स्थानों पर रहने लगे तो कुछ घास-फूस से झोपड़ियां भी बनाने लगे। एक दूसरे के प्रति सुख-दुख बांटने लगे। जब समय सभ्यता के साथ-साथ आगे बढ़ा तो इन्होंने अपने रहने और खाने-पीने के तौर तरीकों में भी बदलाव किया। पीढ़ी दर पीढ़ी जो सन्तानें हुई, उनमें निरन्तर कुछ न कुछ बदलाव आता रहा और एक समय ऐसा भी आया जब ये बन्दर एक मानव के रूप में दिखाई देने लगे। इनकी अपनी आवश्यकताएं बढ़ती गई और उन्हें पूरा करने के लिए ये श्रम करने लगे। गाय, भैंस, बकरी पालकर उनका दूध निकालने लगे, खेती करने लगे, उससे उपजे अनाज की रोटी बनाकर खाने लगे।

आपको जानकर अचरज होगा कि हाल ही में जोहान्सबर्ग के वैज्ञानिकों ने दक्षिणी अफ्रीका में इन्सानों की नई प्रजाति खोजी है। यह प्रजाति वानर और मनुष्यों के बीच की 30 लाख साल पुरानी है। वैज्ञानिकों ने नई प्रजाति को 'होमो नलेदी' नाम दिया है।

वैज्ञानिकों को जोहान्सबर्ग से 50 किलोमीटर दूर घने जंगलों में दबी-छिपी गफ़ाओं में दफन 15 नरकंकालों में यह प्रजाति मिली। इस प्रजाति के दो पांव पर चलने वाले प्राचीन वानर और मनुष्य के बीच एक 'पुल' के तौर पर देखा जा सकता है।

हाँ, 'होमो नलेदी' का मस्तिष्क वर्तमान मनुष्य के दिमाग से आधा है। लगभग एक औसत संतरे के आकार जितना। गुफा में खुदाई के वक्त लगभग 1000 अवशेष मिले हैं। वैज्ञानिकों के अनुसार नलेदी प्रजाति के ही 15 नवजात बच्चे और वयस्कों के कंकालों के हिस्से हैं। इनकी लम्बाई 5 फीट और वजन 45-50 किलो के लगभग है। इस सन्दर्भ में वैज्ञानिकों का दावा है कि यह अद्‌भुत खोज इन्सान के पूर्वज को लेकर पुरानी सोच को बदलकर रख देगी।

इस सन्दर्भ में वैज्ञानिक ली बर्जर का कहना है– यह होमो परिवार (मनुष्य का विकास क्रम) में एक नया अध्याय जोड़ देगा क्योंकि यह प्रजाति बहुत ज्यादा हमारे जैसी नहीं दिखती। यह कई प्रजातियों का मिश्रण है। इसकी खोपड़ी, दांत और हाथ बहुत कुछ 'होमो जीनस' जैसे दिखते हैं। कंधे मजबूत हैं और औसतन कुछ चौड़े हैं। दांत सवा इंच लम्बे और इतने ही चौड़े हैं, एक तरह से 'ऑस्ट्रालोंपिथेकस अफरेन्सिस' जैसे। इनकी खोपड़ी 'होमो इरेक्टस' जैसी है जिसका मस्तिष्क काफी छोटा है। मजबूत अंगूठा और घूमने लायक कलाई बहुत कुछ आज के मनुष्य जैसी है।

एक अन्य वैज्ञानिक क्रिस स्ट्रिंगर ने 'नलेदी' को अहम खोज का दर्जा दिया है। दरअसल इस खोज से यह साबित होता है– पुरातन काल में इन्सानों की भी कई तरह की प्रजातियां थीं।

मनुष्यों के विकास का अन्तिम छोर क्या है? यह रहस्य भी अब शायद शीघ्र ही उजागर हो जाएगा।

❖

क्या आप जानते हैं?

संग्रहकर्ता : जगतार 'चमन'

❖ एटलस पर्वत शृंखला अफ्रीका के उत्तरी पश्चिमी क्षेत्र में स्थित है। यह मोरक्को, अल्जीरिया और ट्यूनीशिया सहित रॉक ऑफ जिब्राल्टर तक फैली हुई है। इसकी लम्बाई 2500 किलोमीटर है।

❖ हमारी संस्कृत भाषा सभी भाषाओं की जननी मानी जाती है। सभी यूरोपीय भाषाएं संस्कृत पर आधारित मानी जाती हैं।

❖ उत्तरी गोलार्द्ध में पाए जाने वाले मर्मोट नामक जीव अपनी नींद के दौरान अपने शरीर का तापमान 39 डिग्री सेंटीग्रेड से घटाकर 7 डिग्री सेंटीग्रेड कर लेते हैं। इनकी हृदय गति 100 बार प्रति मिनट के बजाय 2 और 3 बार प्रति मिनट रह जाती है।

❖ दक्षिण अफ्रीका के घने जंगलों में नरभक्षी पेड़ पाया जाता है। यदि कोई यात्री उसके नीचे से गुजरता है तो पेड़ की डालियां हाथों की तरह नीचे झुककर उसे पकड़कर उठा लेती हैं और केवल मानव की हड्डियां ही शेष रह जाती हैं।

❖ पढ़ने और बोलने से बच्चों का दिमागी विकास ज्यादा होता है।

❖ समुद्र या किसी नदी के आस-पास घूमने वाले व्हीपिंग क्रेन (राजहंस) एक ऐसा पक्षी है, जिसकी आवाज तीन मील तक सुनी जा सकती है।

❖ भारत ने शून्य की खोज की। अंकगणित का आविष्कार भारत में हुआ था।

❖ भारत दुनिया का सबसे पुरातन व सबसे बड़ा लोकतंत्र है।

❖ भारतीय संस्कृति व सभ्यता विश्व की सबसे पुरातन संस्कृति है।

❖ शारीरिक तौर पर सुअरों के लिए आकाश की तरफ देख पाना असम्भव है।

❖ रात्रि में सितारों द्वारा बनाई गई आकृति कभी नहीं बदलती। इन आकृतियों को तारामंडल कहते हैं।

❖ विश्व की सबसे बड़ी नहर स्वेज नहर है।

❖ सबसे छोटा महाद्वीप ऑस्ट्रेलिया है।

❖ सबसे बड़ा महाद्वीप एशिया है।

❖ सबसे बड़ा महाकाव्य महाभारत है।

कविता : डॉ. ब्रजनन्दन वर्मा

भारत देश हमारा

तीन रंगों का बना तिरंगा,
निर्मल गंगा की धारा।
इस पर सारे मुग्ध भारतवंशी,
सबकी आँखों का तारा।।

प्राणों की वह बली चढ़ा दी,
कितने वीर हमारा।
हँस-हँस के बस गोली खाये,
भारत माँ के दुलारा।।

धर्म जातियां भिन्न यहाँ की,
है सबका बड़ा दुलारा।
गुण गाते हैं इसके सारे,
प्राणों से भी है प्यारा।।

ऊँचे-ऊँचे पर्वत राजा,
नील गगन है न्यारा।
दुनिया में सबको है प्यारा,
भारत देश हमारा।।

बाल कविता : महेन्द्र सिंह शेखावत

सच्चा मार्ग

करो परिश्रम आगे बढ़ना,
सच्चाई के पथ पर चलना।

मिथ्या भाषण कभी न करना,
असत्य पथ पर कभी न चलना।

कांटों में भी हँसते रहना,
हिम्मत कभी न हार बैठना।

दुख से पहले सुख न मिलता,
तैर नदी को पार बैठना।

नीलू की जिद्द

उदयपुर झीलों का नगर है। वहाँ एक बड़ी-सी झील है, जिसके पश्चिमी किनारे पर मछलियां रहा करती थीं। नीलू एक नन्हीं-सी मछली थी। बहुत सुन्दर और प्यारी सी। मगर जिद्दी भी कम नहीं। जिस बात की जिद्द करती, मम्मी से उसे मनवा कर पूरी कर लेती। उसके जिद्दी स्वभाव के कारण माँ परेशान रहती।

नीलू को अपनी माँ की परेशानी कभी समझ में नहीं आती। इसलिए वह हमेशा लापरवाही की जिन्दगी गुजारती।

एक दिन नीलू बहुत तड़के उठी। घर से बाहर निकली। देखा, झील के पूर्वी किनारे से लाल-लाल गोल सूरज धीरे-धीरे निकल रहा है। ऐसा वह पहली बार देख रही थी। यह नजारा उसने पहले कभी नहीं देखा था। वह बहुत खुश हुई। दो-तीन मिनट तक वह उगते सूरज को एकटक देखती रही। फिर झट दौड़कर मम्मी के पास गयी और उसे लेकर बाहर आई। फिर बोली– देखो मम्मी, पूरब से उग रहा सूरज कितना प्यारा लग रहा है।

–हाँ, तुम्हें रोज देर से उठने की आदत है न, इसीलिए उगते सूरज को तुम कभी देख नहीं पाती। आज तड़के उठी हो तो देख पा रही हो।

–मम्मी मैं झील के पूर्वी किनारे जाना चाहती हूँ जहाँ से सूरज निकल रहा है।– नीलू मासूमियत से बोली।

–नहीं, बेटी! मम्मी ने चेतावनी दी– वह किनारा यहाँ से बहुत दूर है। तुम वहाँ जाने की कभी मत सोचना।

–क्यों?

–राह भटककर खो जाओगी।

–तुम्हारे साथ चलूंगी।– नीलू ने जिद्द पकड़ी।

–नहीं मुझे घर में ढेर सारा काम है और फिर उतनी दूर जाना हम लोगों के वश की बात नहीं है। तुम यह जिद्द छोड़ दो।– मम्मी ने नीलू को समझाने की कोशिश की।

नीलू चुप रही। उसने सोचा– शायद मम्मी उसकी यह जिद्द पूरी नहीं करेगी। अतएव अकेले ही मुझे झील के पूर्वी किनारे पर जाना होगा।– अपने मन की बात नीलू ने किसी को नहीं बताई।

–ठीक है।– कहकर नीलू ने मम्मी को चकमा दिया।

निश्चिन्त हो मम्मी घर के कामों में उलझ गई। करीब तीन घंटे बाद मम्मी ने नीलू को खाने के लिए पुकारा। लेकिन कहीं से नीलू की आवाज नहीं आई। मम्मी परेशान हो उठी। उसने आसपास सभी जगह नीलू को ढूंढा। मगर वह कहीं भी दिखाई नहीं दी। उसकी सहेलियों से भी नीलू की मम्मी ने पूछताछ की। किसी ने भी उसके बारे में नहीं बताया।

अब मम्मी का दिमाग ठनका। वह सोचने लगी, 'हो न हो ऐसा लगता है, नीलू अकेली झील के पूर्वी किनारे चली गई हो। सुबह जाने की जिद्द कर रही थी।' फिर क्या था, मम्मी झट उसकी खोज में निकल पड़ी।

पूर्वी किनारे पर वह कहीं नहीं मिली। मम्मी उत्तरी किनारे की ओर बढ़ी। वहाँ भी कहीं नजर नहीं आई। हारकर मम्मी वापस पश्चिमी किनारे अपने घर आ गई। एक पड़ोसी मछली ने उसे

परेशान देखकर पूछा तो उसने उसे नीलू के गायब होने और खो जाने की बात बता दी। दक्षिणी किनारा ढूंढना बाकी रह गया है, यह भी जानकारी उसने पड़ोसी मछली को दी।

तभी टेलीफोन की घंटी बज उठी। नीलू की मम्मी ने टेलीफोन कान से लगाकर कहा– हैलो!

दूसरी ओर से आवाज आई– क्या आप नीलू की मम्मी हैं?

–हाँ, नीलू कहाँ है?

–वह अभी डरी-सहमी है। खूब घबराई हुई है। रो रही है।

–आप कौन हैं?

–मैं कालू मेंढक हूँ। मेढकों की बस्ती से बोल रहा हूँ।– कालू ने आगे कहा– नीलू बोल रही थी, वह झील के पूर्वी किनारे सूरज का घर देखने के लिए चुपचाप अपने घर से अकेली निकल पड़ी थी। मगर राह भटककर वह हमारी बस्ती में आ पहुँची है। हमने उसे बहुत ढांढ़स दिया और भरोसा दिलाया कि उसे उसके घर पहुँचा देंगे तो वह कुछ आश्वस्त हुई। बहुत कठिनाई से उसने हमें अपना नाम बताया और कई बार पूछने पर घर का टेलीफोन नम्बर।

–क्या आप मेरी नीलू से बात करा सकते हैं?

–क्यों नहीं।

दोनों माँ-बेटी थोड़ी देर तक टेलीफोन पर एक-दूसरे से बातें कर जब चिन्तारहित हुई तो मम्मी ने नीलू से कहा– अब तुम टेलीफोन अपने कालू चाचा को दो।

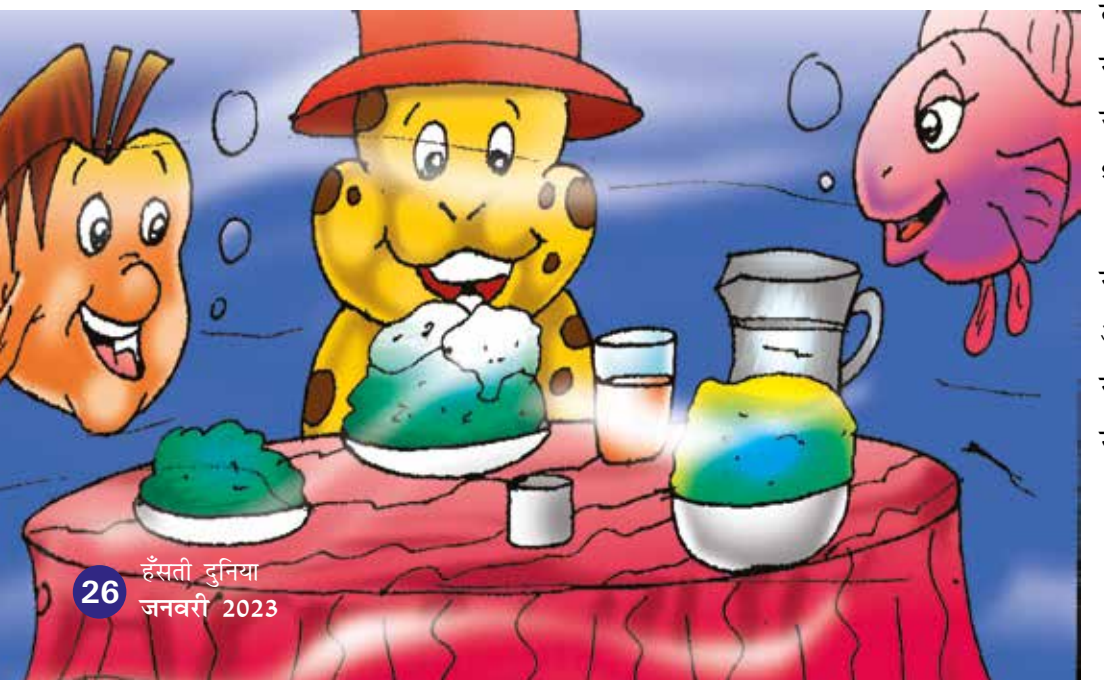
कालू मेढक ने टेलीफोन पर नीलू की मम्मी से कहा– आप घबराएं नहीं। मैं नीलू को लेकर आपके घर पहुँच रहा हूँ।

–बहुत खूब कालू भाई। मैं आप दोनों के आने का इन्तजार कर रही हूँ।

करीब दो घंटे के बाद कालू मेढक नीलू मछली को लेकर उसके घर आ पहुँचा तो नीलू मम्मी से चिपककर फूट-फूटकर रोने लगी। फिर चुप होकर बोली– अब मैं कभी भी किसी बात के लिए जिद्द नहीं करूंगी और तुम्हारी हर बात मानूंगी।

मम्मी ने प्यार से नीलू को समझाया– मेरी अच्छी बेटी, मेरी बात नहीं मानने और अपनी जिद्द पूरी करने का नतीजा तो आज तुमने देख ही लिया न! यह तो तुम्हारे कालू चाचा अच्छे हैं जो तुम्हें घर तक ले आए वरना आजकल बुरे लोगों की कहीं कोई कमी नहीं है। तुम्हारी जान को भी खतरा था।

–हाँ, मम्मी!– नीलू ने स्वीकारा और फिर जिद्द न करने की कसम खाई। ❖



स्वास्थ्य (लेख) : कैलाश जैन

गजब की है गाजर

गाजर सर्दियों में बहुतायत से आने वाला कन्दमूल के रूप में फल है। इसे एक सस्ती, सर्वसुलभ और गजब की पौष्टिक चीज कहा जा सकता है। यह जमीन के भीतर उगने वाली फसल है और इसका कद मूली के समान होता है। गाजर काले, लाल व भूरे रंग की होती है। संस्कृत में इसे गर्जर, गृंजन और पिंड मूल कहा जाता है।

गाजर की आयुर्वेद में भी काफी प्रशंसा की गई है। आयुर्वेद के अनुसार, गाजर मधुर, तिक्त एवं रस-युक्त, उष्ण, अर्श, संग्रहणी, कफ तथा वात को नष्ट करने वाली होती है। इसमें पर्याप्त मात्रा में प्रोटीन, लौह तत्व, विटामिन 'ए' और 'डी', खनिज लवण, कैल्शियम आदि तत्व पाये जाते हैं। खासतौर पर विटामिन 'ए' की भरपूर उपस्थिति गाजर को नेत्र-रोगों के वास्ते रामबाण औषधि बनाती है।

रासायनिक संरचना के मुताबिक प्रति सौ ग्राम गाजर में निम्नांकित तत्व पाये जाते हैं– जल 86 ग्राम, प्रोटीन 0.9 ग्राम, वसा 0.10 ग्राम, खनिज लवण 1.10 ग्राम, कार्बोहाइड्रेट 10.7 ग्राम, कैल्शियम 0.08 ग्राम तथा फास्फोरस 0.03 ग्राम। इसके अलावा, प्रति सौ ग्राम गाजर से शरीर को 48 कैलोरी ऊर्जा मिलती है।

विटामिन 'ए' की प्रचुरता गाजर में गाय, भैंस व बकरी के दूध से भी अधिक होती है। गाजर के सेवन से आँखों की रोशनी बढ़ती है। नियमित रूप से गाजर खाने वाले को कभी भी रतौंधी रोग नहीं होता।

रक्तकणों में वृद्धि, रक्त-शुद्धि तथा शरीर की रोग-प्रतिरोधक शक्ति को बनाए रखने में लौह-तत्व का महत्वपूर्ण योगदान रहता है।

यह हमें गाजर से पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध होता है। गाजर में आयरन व फास्फोरस के अलावा प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट आदि तत्व भी पाये जाते हैं, जो शरीर को ऊर्जा प्रदान करते हैं। फास्फोरस और कैल्शियम शरीर की अस्थियों और दाँतों को मजबूती प्रदान करते हैं। सेब फल की अपेक्षा गाजर में कैल्शियम, आयरन, थायमिन राइबोफ्लेविन, नायसिन और कैरोटीन नामक तत्व अधिक मात्रा में पाये जाते हैं, जो स्वास्थ्यवर्द्धक होने के साथ-साथ गाजर को सेब फल से अधिक उपयोगी बनाते हैं। सेब में गाजर के मुकाबले ऊर्जा (कैलोरी) और फास्फोरस ही अधिक होता है।

खनिज पदार्थों की दृष्टि से भी गाजर का कोई सानी नहीं, इसमें खास खनिज पोटेशियम होने के साथ-साथ सोडियम, कैल्शियम, मैग्नीशियम, क्लोरीन आदि भी उपलब्ध होते हैं। अतः खनिजों के अभाव वाले व्यक्तियों के लिए गाजर एक आदर्श टॉनिक है जो आंतों की सड़न व गंदगी को दूर करता है।

गाजर में संतुलित आहार के समस्त गुण मौजूद हैं। यह अनिद्रा और थकान से मुक्ति दिलाती है। इसके अतिरिक्त गाजर का सेवन बच्चों को दूध पिलाने वाली माताओं के लिए दुग्धवर्द्धक होता है। गाजर के रस का सेवन पेट के कीड़ों को नष्ट करता है। नाक, कान व गले के रोगों में भी गाजर का उपयोग लाभदायी है। कब्ज, खून की खराबी, अपच और बच्चों की सामान्य कमजोरी आदि में भी गाजर का सेवन उपयोगी साबित होता है।

आयुर्वेद के अनुसार, गाजर शरीर के दूषित रक्त को साफ करती है। यह शरीर की अनावश्यक गर्मी को शान्त करती है। कच्ची गाजर का रस रोग-निवारक, तृप्तिदायक, पौष्टिक और स्वादिष्ट पेय है। गाजर के रस का सेवन खाली पेट करना ही अधिक असरकारी है। इससे पेट साफ रहता है और पाचन-संस्थान अधिक सक्रियता से कार्य करता है।

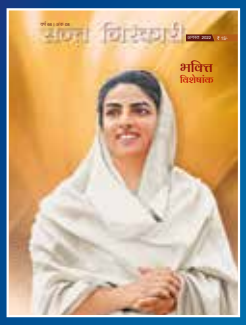
गाजर को कच्चा खाना अधिक लाभदायक है क्योंकि पकाने से उसके अनेक पौष्टिक तत्व नष्ट हो जाते हैं। जहाँ तक मुमकिन हो सके, गाजर को सवेरे के समय खाइए और दाँतों से अच्छी तरह से चबाकर खाइए। गाजर को चबाकर खाने से दाँतों का भी अच्छा व्यायाम हो जाता है और वे मजबूत होते हैं।

गाजर पीलिया की प्राकृतिक औषधि है। यूरोप में पीलिया के रोगियों को गाजर का रस, गाजर का सूप अथवा गाजर का गर्म काढ़ा देने का प्रचलन है।

सौ ग्राम गाजर का रस प्रतिदिन पीने से मसूढ़े और दाँतों में रोग पैदा नहीं होते व दाँतों की जड़ें मजबूत होती हैं। कच्ची गाजर को पीसकर आग से जले हुए स्थान पर लगाने से जलन कम होती है व फफोले भी नहीं पड़ते।

गाजर के चिकित्सकीय उपयोगों के अलावा इसके व्यंजन भी खाने में स्वादिष्ट व पौष्टिक होते हैं। गाजर से सूप, सलाद, हलवा, खीर, मुरब्बा, बर्फी आदि व्यंजन बनाए जाते हैं, जिन्हें लोग चाव से खाते हैं। कुल मिलाकर यह एक स्वादिष्ट, रूचिकर व स्वास्थ्यवर्द्धक फल 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/-

बाल कहानी : विपिन कुमार

टिंकू को सीख मिली

टिंकू कबूतर और बंटी बतख आपस में पड़ोसी थे। दोनों का घर बिल्कुल आ. सपास था। टिंकू कबूतर ने एक पुराने खंडहर की खिड़की में अपना घोसला बनाया था। जबकि बंटी बतख अपने छोटे से दरबे में रहता था। दोनों प्राय: बगल के पीपल वाले पेड़ के नीचे मिलते। एक-दूसरे का हालचाल पूछते और चलते बनते। यह सिलसिला कई माह से चल रहा था।

इधर कुछ दिनों से बंटी बतख को टिंकू कबूतर के व्यवहार में कुछ असहजता दिखने लगी थी। उसे लगता कि टिंकू अहंकार भरी बातें करता है। टिंकू की बातें सुनकर भी बंटी कुछ नहीं बोलता।

एक दिन जब बंटी बतख दोपहर में तेज धूप से बचने के लिए पीपल की छाया में आया तो पहले से विश्राम कर रहे टिंकू कबूतर ने उसे देखते ही अपना मुँह फेर लिया। बंटी द्वारा इसका कारण पूछने पर वह घमण्ड से बोला– मैं तुम जैसों से बातें नहीं करना चाहता। तुम बतखों की भी कोई जाति होती है। अरे, जो उड़ नहीं सकता है, वह पक्षी किस बात का? तुम लोग पक्षी के नाम पर कलंक हो! तुम्हारे पंख एवं पांव कितने भोंड़े हैं। मछली-मेंढ़कों की तरह पानी में तैरना भी कोई गुण है।

इतना बोलकर टिंकू ने जोरदार ठहाका लगाया। उसके ठहाके की आवाज सुनकर पेड़ पर बैठे कौए, मैना, तोते एवं बटेर भी हँसने लगे। सभी

ने टिंकू की 'हाँ' में 'हाँ' मिलाई। कुछ पक्षी तो मुँह बनाकर बंटी बतख को चिढ़ाने लगे। उनके इस तरह के दुर्व्यवहार से बंटी बतख को काफी दु:ख हुआ। किन्तु उसने समझदारी से काम लिया। वह चुपचाप अपने घर की ओर चल पड़ा।

कई दिन बीत गये। बंटी बतख पास वाले तालाब में तैर रहा था। कुछ और बतख भी उसके साथ थे। वे आपस में हँसी मजाक कर रहे थे। अचानक कहीं से फटाक की जोरदार आवाज सुनाई दी। बंटी बतख और उसके साथी कुछ समझ पाते कि बगल में 'छपाक' की आवाज सुनकर वे चौंके।

–अरे, एक घायल कबूतर! एक युवक बतख ने कहा– इसके शरीर से खून निकल रहा है। शायद इसे शिकारी की गोली लगी है।

–यह तो टिंकू कबूतर है। इसका यह बुरा हाल। बंटी बतख ने कहा– चलो, इसे मोनू बगुले के क्लीनिक में ले चलते हैं।

बंटी बतख उसे अपनी पीठ पर लादकर मोनू बगुले की क्लीनिक में ले गया। उसके अन्य बतख साथी भी साथ थे। टिंकू कबूतर आठ दिनों तक मोनू बगुले की क्लीनिक में भर्ती रहा। इस बीच बंटी बतख दिन-रात टिंकू की सेवा करता रहता। अस्पताल से निकलते वक्त टिंकू कबूतर की आँखें भीगी थीं। उसे बंटी बतख के साथ किये अपने दुर्व्यवहार पर पछतावा हो रहा था। वह हाथ जोड़कर बंटी बतख से क्षमा मांग रहा था। वह बोला– मित्र, यदि तुम मेरी सहायता नहीं करते तो मैं तो तड़प-तड़पकर मर ही जाता। मुझे माफ कर दो। इस संसार में सबकी अपनी उपयोगिता है यह मुझे सीख मिल गई है।

बंटी बतख ने हल्के से टिंकू कबूतर की पीठ ठोंक दी– 'अपने स्वास्थ्य का ख्याल रखना....।'

सुनकर टिंकू कबूतर ने आभार में अपना सिर झुका लिया।

❖

प्रस्तुति : डॉ. कमलेंद्र कुमार श्रीवास्तव

बाल पहेलियां?

1. मेरे अण्डे नीले-नीले,
   मधुर है मेरी तान।
   सर्वभक्षी इक पक्षी हूँ मैं,
   अंग्रेजी हिन्दी एक समान।।

2. काया मेरी काली-काली,
   कर्कश मेरे बोल।
   झट बताओ मेरे बच्चों,
   अपने मुँह को खोल।।

3. चिड़िया हूँ मैं एक अनूठी,
   पत्तों में छिप जाती।
   हूँ ईरान का राष्ट्रीय पक्षी,
   बोलो क्या कहलाती?

4. पक्षी हूँ मैं एक अनोखा,
   मैं तो उड़ न पाऊँ।
   बड़ा तेज मैं धावक हूँ,
   बोलो क्या कहलाऊँ?

5. काया मेरी काली-काली,
   मीठे-मीठे बोल।
   सोच बताओ निज बुद्धि का,
   जल्दी ताला खोल

पहेलियों के उत्तर

1. मैना, 2. कौआ, 3. बुलबुल,
4. शुतुरमुर्ग, 5. कोयल।

प्रस्तुति : विद्या प्रकाश

बर्फ में बेफिक्र बकरी

उत्तरी अमेरिका में पायी जाने वाली पर्वतीय बकरी समुद्र तल से दस हजार फुट की ऊँचाई पर कड़कड़ाती और हाड़ कंपा देने वाली सर्दी में भी बड़े मजे से रह लेती है। इसका वैज्ञानिक नाम आरिमनास अमेरिकानस है। यह गर्मी के मौसम में खा-खाकर शरीर में इतनी अधिक मात्रा में चर्बी संचित कर लेती है कि यह जाड़े में केवल बर्फ में जमी बेरियों को ही खाकर बड़े आराम से अपना गुजारा कर सकती है। बर्फ के समान सफेद रंग के खूब मोटे फर तथा शरीर में संचित ढेर सारी चर्बी की बदौलत यह सर्दी से बिल्कुल नहीं डरती। डर तो इसे शिकारियों और सियारों से भी नहीं लगता क्योंकि अलास्का के दुर्गम हिमाच्छादित पहाड़ों पर शिकार करने का साहस शायद ही किसी आखेटक में हो। यदि कोई शिकारी इन दुर्गम पहाड़ों तक पहुँच और चढ़ सकने में सफल हो भी गया तो उसका इन बकरियों से पार पा सकना मुश्किल है। यह बकरी उच्चावच पर्वतों पर दौड़ने तथा श्वेत वर्ण की होने के कारण छिपने में चैम्पियन है।

एक बार और इस पर्वतीय बकरी के परिवार में माँ की हुकूमत चलती है। छोटे-छोटे बच्चे झुण्ड बनाकर माँ के साथ रहते और बड़े होते हैं। ❖

कविता : कमल सिंह चौहान

सूरज और हवा

चिड़िया बोली तितली डोली,
बच्चों ने अब आँखें खोली।
सूरज ने किरणें बिखराई,
शुद्ध हवा ने ठंडक घोली।।

डाली में कलियाँ शरमाई,
तोते ने भी टेर लगाई।
डूबा चंदा तारे छिप गये,
मेंढक भी अब टर्र-टर्र बोली।।

फूलों ने अब घूंघट खोला,
काँव-काँव कर कौआ बोला।
फुदक रहा है बछड़ा देखो,
में-में करती बकरी भोली।।

हिलमिल कर रहते हैं सारे,
धरती माँ के बच्चे प्यारे।
अच्छा काम हो नाम बड़ा,
यह कहते माँ हँसकर बोली।।

बाल कविता : सुकीर्ति भटनागर

धूप

उजली-उजली धूप सुनहरी,
जब आंगन में आती है।
मीठी-मीठी सी गर्माई,
अंगों में भर जाती है।।

सर्दी की ठिठुरी दोपहरी,
बिना धूप के सूनी है।
मुट्ठी में भर गरम सिकाई,
नहीं अगर बिखराती है।।

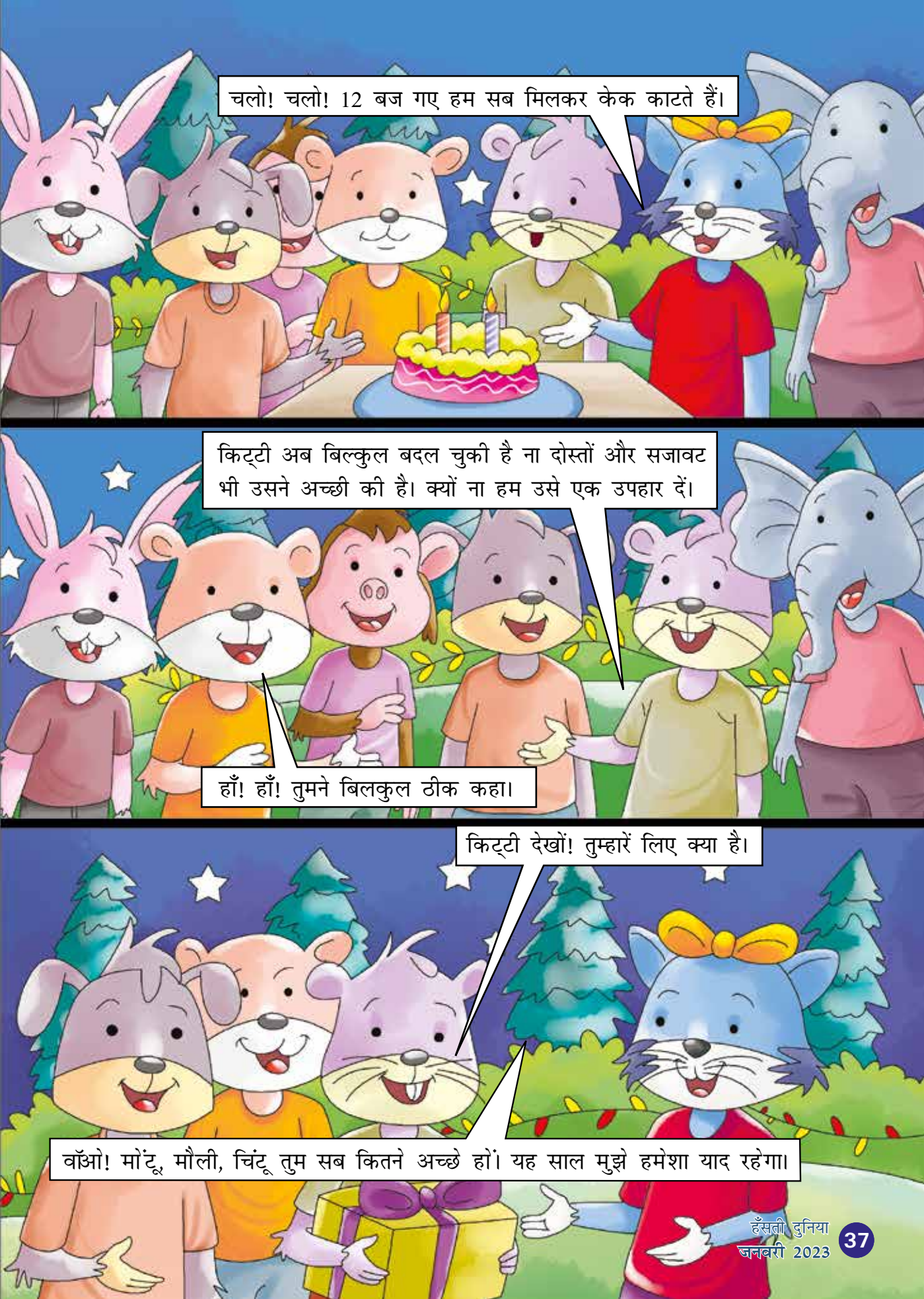
ठंड के कारण बूढ़े-बच्चे,
बिस्तर में दुबके रहते।
पर खिड़की पर आते ही वह,
सबको बाहर लाती है।।

किट्टी

चित्रांकन एवं लेखन : अजय कालड़ा

तुम करोगी तैयारी?
अरे! छोड़ो, सारी तैयारी मैं खुद कर लूँगी।
देखो! मैं सारी लाईट्स ले आई। तुम सब अब खड़े होकर देखो।
अब तुम देखना हमारा पार्क कैसे जगमगाएगा।

धड़ाम!
अरे! अरे! मैं तो गिर गई।
अब कुछ फर्क नहीं पड़ता, सारी तैयारी तो हो ही चुकी है।
चलो! चलो! हम सब मिलकर अब *truth and dare* खेलते हैं।
किट्टी! आज तुमने इतना सारा काम कैसे कर लिया?
मैंने सभी को हमेशा से तंग किया है। लेकिन आज नए साल में, मैं एक प्रण लेना चाहती हूँ कि अब मैं किसी को तंग नहीं करुँगी।


चलो! चलो! 12 बज गए हम सब मिलकर केक काटते हैं।
किट्टी अब बिल्कुल बदल चुकी है ना दोस्तों और सजावट भी उसने अच्छी की है। क्यों ना हम उसे एक उपहार दें।
हाँ! हाँ! तुमने बिलकुल ठीक कहा।
किट्टी देखों! तुम्हारें लिए क्या है।
वॉओ! मोंटू, मौली, चिंटू तुम सब कितने अच्छे हों। यह साल मुझे हमेशा याद रहेगा।

– संग्रहकर्ता
रीटा (दिल्ली)

कभी न भूलो

❖ सत्य का प्रभाव स्वत: प्रकट होकर रहता है। सत्य में असीमित बल व तेज होता है।

– रवीन्द्रनाथ टैगोर

❖ जिसका मन तृष्णा से रहित है, जो सतर्क और जाग्रत है, वह कभी भय से पीड़ित नहीं होता।

❖ भय, क्रोध, आलस्य, राग, द्वेष आदि दुर्गुणों को छोड़ने में देरी नहीं करनी चाहिए।

– महात्मा बुद्ध

❖ ईमानदारी और परिश्रम से प्राप्त धन शुभ फल देने वाला होता है। जो धन बेईमानी और शोषण से प्राप्त होता है वह अनर्थकारी होता है।

– स्वामी दयानन्द सरस्वती

❖ आत्मविश्वास असम्भव लगने वाले कार्यों को भी सम्भव बना देता है।

– पंडित श्रीराम आचार्य

❖ जो भगवान को जान लेता है वह पाप करने से बच जाता है। **– महाकवि संत गंगादास**

❖ शत्रु भी जिसके गुणों की प्रशंसा करते हैं, वही पुरुष वास्तव में पुरुष है।

– गणेश शंकर विद्यार्थी

❖ बुराई का सम्पर्क हमारी अच्छी आदतों को भी खराब कर देता है। **– बाइबिल**

❖ प्रेम की शक्ति घृणा की शक्ति की अपेक्षा अनन्त गुणी अधिक प्रभावशाली है।

– स्वामी विवेकानन्द

❖ कर्म, ज्ञान और भक्ति इन तीनों का जिस जगह ऐक्य होता है वही श्रेष्ठ पुरुषार्थ है।

– अरविन्द घोष

❖ संसार में कोई भी ऐसा नहीं है जो नीति का जानकार नहीं है। किन्तु उसके प्रयोग से लोग विहीन होते हैं। **– कल्हण**

❖ परोपकार में लगे हुए सज्जनों की प्रवृत्ति पीड़ा के समय भी कल्याणकारी होती है।

– बाणभट्ट

❖ दुनिया में सबकुछ दोबारा मिल सकता है पर माँ-बाप नहीं मिलते। **– सिसरो**

❖ उत्तम शिक्षा कहीं से भी मिले तो लेने में संकोच नहीं करना चाहिए। **– चाणक्य**

❖ मनुष्य उतना ही महान होगा जितना वह अपनी आत्मा में सत्य, त्याग, दया, प्रेम और शान्ति का विकास करेगा। **– स्वेट मार्डेन**

❖ सच्चा प्रयास कभी निष्फल नहीं होता।

– चिल्सन

❖ अपने आपको वश में रखने से ही पूर्ण मनुष्यत्व प्राप्त होता है। **– हार्ट स्वेन्शर**

❖ प्रकृति अपरिमित ज्ञान का भण्डार है। पत्ते-पत्ते में शिक्षापूर्ण पाठ है परन्तु उनसे लाभ उठाने के लिए अनुभव आवश्यक है।

– हरिऔध

बाल कहानी : राघवदास निरंकारी

दायित्व

एक राजा वर्षों तक सुखपूर्वक राज्य करता था लेकिन जब देश में समस्याएं खड़ी होने लगीं तो उसकी चिन्ता बढ़ गई। उसे समय पर भूख नहीं लगती, भोजन भी रुचिकर नहीं लगता। रात को नींद भी नहीं आती, वह अस्त-व्यस्त हो गया। परिस्थितियों से घबराकर वह अपने गुरु के पास गया और बोला– गुरुदेव क्या करूँ? काम-काज में मन नहीं लगता। इच्छा होती है कि राज्य को छोड़कर अन्यत्र चला जाऊँ।

राजा के गुरु ब्रह्मज्ञानी थे। राजा के स्वभाव से परिचित थे। वे बोले– राज्य का भार अपने पुत्र को सौंप दो और आप निश्चित होकर रहो।

गुरु की बात सुनकर राजा ने कहा– गुरुदेव पुत्र अभी छोटा है, वह अभी अध्ययन कर रहा है।

गुरु बोले– तो फिर ऐसा करो कि यह राज्य मुझे सौंप दो।

राजा खुश हो गया, उसने पूरा राज्य अपने गुरु को सौंप दिया और स्वयं वहाँ से जाने लगा।

गुरुजी ने पूछा– कहाँ जा रहे हो?

राजा ने कहा– किसी दूसरे देश में जाकर व्यवसाय करूँगा।

गुरुजी ने पूछा– व्यवसाय के लिए पैसा कहाँ से आयेगा?

राजा ने कहा– खजाने से धन ले जाऊँगा।

गुरु ने कहा– खजाना आपका है क्या? वह तो आपने मुझे सौंप दिया है।

राजा ने कहा– आपने ठीक कहा, मुझसे भूल हो गई। मैं यहाँ से कुछ भी नहीं ले जाऊँगा। बाहर जाकर कहीं नौकरी करूँगा।

गुरुदेव बोले– नौकरी ही करनी है तो मेरे यहाँ कर लो।

–काम क्या करना होगा?– राजा ने पूछा।

–मैं जो कहूँ वही काम करना होगा– गुरु ने कहा।

राजा ने गुरुदेव का आदेश स्वीकार कर लिया और गुरु के यहाँ नौकरी पर रह गया। गुरु ने उसको राज्य का पूरा काम दे दिया। जो काम राजा पहले करता था वही अब फिर उसके हिस्से में आ गया। अन्तर सिर्फ यह रहा कि उस पर काम का भार नहीं रहा। राजा को भूख लगने लगी, नींद आने लगी। ऐसी कोई समस्या नहीं थी जो उसे बाधित करती। एक सप्ताह बाद गुरु ने राजा को बुलाकर पूछा– अब क्या स्थिति है?

राजा ने कहा– आपका उपकार कभी नहीं भूलूँगा। अब मैं परम आनन्द में हूँ। वही स्थान, वही काम। पहले काम बोझ लगता था अब बोझ उतर गया। निश्चिंतता आ गई, ऊब मिट गई। इसका कारण था– जिम्मेदारियों से मुक्तता।

–इसी तरह हम दुनियावी कर्मों को प्रभु को समर्पित कर प्रभु की दी हुई जिम्मेदारी समझकर करें तो हम तनावमुक्त और सुखपूर्वक जीवन जीते हैं।

विज्ञान प्रश्नोत्तरी

प्रश्न : ओस क्यों बनती है?

उत्तर : सुबह-सवेरे घास तथा पेड़-पौधों की पत्तियों पर सुनहरी मोतियों के समान चमकती बूंदों को ही 'ओस' कहते हैं। जानते हो ओस क्यों बनती है? वायु में जलवाष्प की बूंदें सदैव उपस्थित रहती हैं। वायु में उपस्थित जल वाष्पों की इस मात्रा को नमी या आर्द्रता (Humidity) के नाम से पुकारा जाता है। रात्रि के समय घास एवं पेड़-पौधों की पत्तियों का तापमान वायु के तापमान से कम हो जाता है। जब गर्म वायु ठंडी सतह के संपर्क में आती है तो ओस के रूप में घास एवं पेड़-पौधों की पत्तियों पर जमा हो जाती है।

प्रश्न : मिट्टी के घड़े में पानी ठंडा क्यों रहता है?

उत्तर : मिट्टी के घड़े में छोटे-छोटे अनेक छेद होते हैं जिन्हें तुम नंगी आँखों से नहीं देख सकते। जब घड़े में पानी भरा जाता है तो पानी इन छिद्रों की सहायता से घड़े की बाहरी सतह पर आ जाता है जिससे वाष्पीकरण की क्रिया प्रारम्भ हो जाती है। वाष्पीकरण की क्रिया के कारण घड़े के भीतर के पानी का तापमान कम हो जाता है और पानी ठंडा रहता है।

प्रश्न : अम्लीय वर्षा हानिकारक क्यों होती है?

उत्तर : कारखानों और सड़क पर चलने वाले वाहनों से जो धुआं निकलता है उसमें सल्फर डाईऑक्साइड (SO_2) तथा नाइट्रोजन ऑक्साइड (N_2O) जैसी हानिकारक गैसें होती हैं। ये गैसें वायु के ओस कणों के साथ मिलकर अम्ल द्रव्य बनाती हैं और जमीन पर गिरती हैं। इसी को 'अम्लीय वर्षा' कहा जाता है। अम्लीय वर्षा जहरीली होने के कारण पेड़-पौधों, पशुओं, जल-जीवों तथा इमारतों के लिए हानिकारक है।

❖ ❖ ❖

बाल कविता : डॉ. दिलीप धींग

वैज्ञानिक बन जाऊँ

ज्ञान-विज्ञान की रोचक बातें।
स्वप्न खगोल-भूगोल के आते।
कर दूँ प्रकट जो छिपा हुआ है,
नया आविष्कारक बन जाऊँ।
मैं वैज्ञानिक बन जाऊँ।

जीव-अजीव का भेद करूँगा।
'आत्मा है' यह सिद्ध करूँगा।
नई दिशा विज्ञान को देकर,
वसुन्धरा को स्वर्ग बनाऊँ।
मैं वैज्ञानिक बन जाऊँ।

सत्य-अहिंसा भाईचारा।
परिवार संसार है सारा।
बढ़ें विकास की ओर,
ऐसा विज्ञान बताऊँ।
मैं वैज्ञानिक बन जाऊँ।

सर्वांगीण सर्वोत्तम प्रगति।
कसर रहे न पाव, रति।
मचे तहलका विश्व-पटल पर,
भारत का सम्मान बढ़ाऊँ।
मैं वैज्ञानिक बन जाऊँ।

बाल गीत : राजकुमार जैन 'राजन'

शिक्षा पाना

मंजिल को अब पार लगाना।
जीवन-पथ का गाकर गाना।

पढ़-खेल होशियार बनूँगा।
मत देना माँ मुझको ताना।

जो कह देगी, काम करूँगा।
कहना तो बस तेरा माना।

लाख मुसीबत आये लेकिन।
मुझको तो बस शिक्षा पाना।

अब 'राजन' बन सदा रहूँ मैं।
अफसर बनने की है ठाना।

राष्ट्रीय एवं अन्तर्राष्ट्रीय महत्वपूर्ण दिवस

हमारे देश में विभिन्न जाति, सम्प्रदाय के लोग निवास करते हैं। त्योहारों, राष्ट्रीय त्योहारों के अतिरिक्त जयन्तियां भी मनाई जाती हैं। इनके अलावा वर्ष में कई महत्वपूर्ण राष्ट्रीय व अन्तर्राष्ट्रीय दिवस भी मनाये जाते हैं जो विविधता में एकता का प्रतीक हैं।

हिन्दू संस्कृति में मकर संक्राति ही ऐसा त्योहार है जो 14 जनवरी को मनाया जाता है। बाकी के होली, दीपावली, रक्षाबंधन, गुरु नानक जयन्ती, महावीर जयन्ती, बुद्ध पूर्णिमा, ईद, इत्यादि त्योहार एवं जयन्तियां निश्चित दिनांक पर नहीं आती हैं, तिथियों के अनुसार आती हैं।

'बड़ा दिन' अर्थात् 'क्रिसमस डे' को एक निश्चित तारीख 25 दिसम्बर को ही मनाया जाता है।

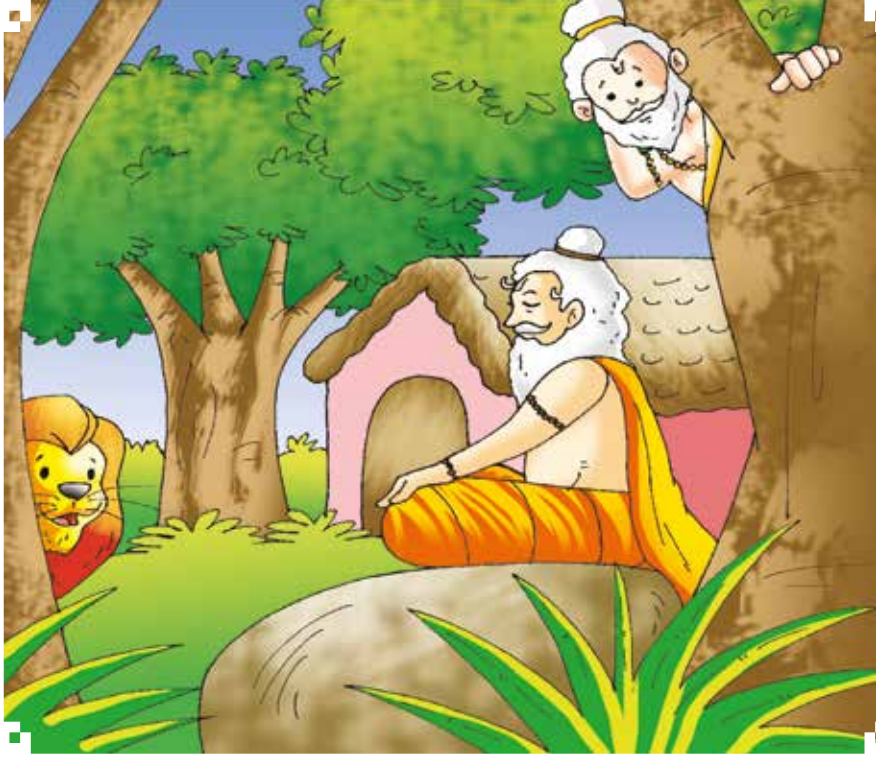
राष्ट्रीय व अन्तर्राष्ट्रीय दिवस

जनवरी	14	:	मकर संक्रांति
	15	:	थल सेना दिवस
	23	:	नेताजी सुभाष चन्द्र बोस जयन्ती
	26	:	गणतन्त्र दिवस
	30	:	शहीद दिवस
फरवरी	28	:	राष्ट्रीय विज्ञान दिवस
मार्च	04	:	राष्ट्रीय सुरक्षा दिवस
	08	:	अन्तर्राष्ट्रीय महिला दिवस
	14	:	विश्व उपभोक्ता दिवस
	17	:	समुद्री परिवहन दिवस
	20	:	विश्व विकलांग दिवस
	23	:	भगत सिंह पुण्य दिवस
अप्रैल	07	:	विश्व स्वास्थ्य दिवस
	14	:	अग्निशमन सेवा दिवस
	22	:	विश्व भू दिवस
मई	01	:	मजदूर दिवस
	04	:	रेडक्रास दिवस
	31	:	विश्व तम्बाकू निवारण दिवस
जून	05	:	विश्व पर्यावरण दिवस
	21	:	अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस
जुलाई	11	:	विश्व जनसंख्या दिवस
अगस्त	15	:	स्वतन्त्रता दिवस
सितम्बर	14	:	राष्ट्रीय राजभाषा दिवस
अक्टूबर	02	:	गाँधी व शास्त्री जयन्ती, राष्ट्रीय स्वच्छता दिवस
	प्रथम सोमवार	:	विश्व आवास दिवस
	09	:	विश्व डाक दिवस
	10	:	विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस
	14	:	विश्व मानक दिवस
	15	:	विश्व खाद्य दिवस
	24	:	संयुक्त राष्ट्रसंघ दिवस
	30	:	विश्व बचत दिवस
नवम्बर	14	:	बाल दिवस
	17	:	प्रादेशिक सेना दिवस, विश्व स्वास्थ्य दिवस
	19	:	नागरिक दिवस
दिसम्बर	04	:	नौसेना दिवस
	07	:	झण्डा दिवस
	08	:	बालिका दिवस
	10	:	मानव अधिकार दिवस
	11	:	यूनिसेफ दिवस
	14	:	राष्ट्रीय ऊर्जा दिवस
	23	:	किसान दिवस
	25	:	क्रिसमस डे

प्रस्तुति : अभयकुमार जैन

बोधकथा : जयेन्द्र

ईश्वर मेरे साथ



एक सन्त जंगल के रास्ते से अपने शिष्य के साथ यात्रा पर जा रहे थे। पूरा रास्ता हरे–भरे पेड़ों से घिरा था। जंगली जानवरों की डरावनी आवाजें पल–पल में सुनाई दे रही थी। चलते–चलते रात होने को आई तो सन्त ने रात्रि विश्राम के लिए एक विशाल बरगद के पेड़ के नीचे अपना झोला रख दिया। पास ही बहती नदी में हाथ–मुँह धोकर वे एक पेड़ के नीचे बैठ कर प्रभु के सुमिरण करने लगे। पास ही शिष्य भी बैठ गया। कुछ ही देर बाद शिष्य के कानों में शेर के दहाड़ने की आवाज सुनाई पड़ी। शिष्य भय से थर–थर कांपने लगा। तभी शेर उसे अपनी ओर आता हुआ दिखाई पड़ा। वह फुर्ती से पेड़ पर चढ़ गया। शेर पेड़ के नीचे आया। उसने ध्यान–मग्न बैठे सन्त को सूंघा। उनके चारों ओर घूमकर चक्कर काटा और कुछ क्षण मौन खड़े होकर चुपचाप वापस चला गया। मौन साधे सारा दृश्य पेड़ पर चढ़ा हुआ शिष्य देख रहा था।

कुछ देर बाद सन्त का ध्यान टूटा। दोनों ने कुछ जंगली कन्दमूल खाये और सो गये।

सुबह में नित्य–कर्मों से निबटकर सन्त अपने गंतव्य की ओर चल पड़े। चलते–चलते सन्त को उड़ती हुई एक मधुमक्खी ने डंक मार दिया। उसकी पीड़ा से सन्त एकदम कराह उठे...

शिष्य ने तुरन्त सन्त की ओर विस्मय से देखा और पूछा– आदरणीय गुरुदेव! जब संध्या के समय शेर आया और उसने आपके शरीर को सूंघा तो साक्षात् मृत्यु का आभास पाकर भी आप तनिक भी नहीं घबराये। मगर अब एक छोटी–सी मधुमक्खी के काटने पर ही आप विचलित हो गये? आखिर ऐसा क्यों?

यह सुनकर सन्त ने शिष्य से कहा– जिस समय मैं ध्यान में था तो ईश्वर मेरे साथ था। ईश्वर के साथ होने पर भला किस बात का डर? कैसी चिन्ता? हाँ, इस समय तू मेरे साथ है, इसलिए मेरी चीख निकल गई। ❖

पढ़ो और हँसो

एक महिला अपनी भूलने की आदत से बहुत परेशान थी। वह अपनी सहेली से बोली– मुझे भूलने की बहुत बुरी आदत है। अगर मैं बाजार से चार चीजें लेने जाती हूँ तो दो ही लेकर आती हूँ।

इस पर उसकी सहेली बोली– मेरा तो इससे भी बुरा हाल है। अगर मैं सीढ़ियां चढ़ रही होती हूँ तो रूककर सोचना पड़ता है कि मैं चढ़ रही थी या उतर रही थी।

माँ : (राजू से) राजू, बाजार से गर्म मसाला ले आओ।

राजू : (वापस आकर) माँ मैंने सभी दुकानों पर मसालों को छूकर देखा कोई भी मसाला गर्म नहीं था।

माँ : (अपने बेटे से) नालायक पढ़ लो। तूने अपनी कोई बुक आज तक खोलकर भी देखी है...?

बेटा : हाँ माँ! मैं रोज बुक खोलता हूँ।

माँ : कौन-सी बुक...?

बेटा : फेसबुक...।

दादी : टिन्नी, अगर तुमने मुझे तंग किया तो मैं तुम्हें कच्चा चबा जाऊँगी।

टिन्नी : (हँसते हुए) दादी जी, आप कच्चा कैसे चबाएंगी, आपके तो दांत ही नहीं है।

मोलू : अगर तुम्हारी एक जेब में 50 रुपये हों, दूसरी में 100 रुपये हों तो क्या सोचोगे?

गोलू : यही कि दरजी ने तीसरी जेब क्यों नहीं लगाई।

अंकल : राजेश, सुना है तुम्हारे घर में नया 'बेबी' आया है।

राजेश : जी नया क्या कहते हैं आप! जब रोता है तो लगता है कि वर्षों से रोना सीखता आया है।

एक बार किसी पत्रिका में विज्ञापन इस प्रकार छपा था– 'क्या आप बिल्कुल अनपढ़ हैं? पढ़ना-लिखना बिल्कुल नहीं जानते? घबराइए नहीं। हम आपकी मदद करेंगे। आप हमें अपनी खुद की लिखाई में पत्र लिखिए।'?

– डॉ रामलखन प्रजापति

राजेश : नवीन से, मैं असफल को सफल बना सकता हूँ, वह भी चुटकियों में।
नवीन : अरे वाह! कैसे?
राजेश : अरे, असफल शब्द से 'अ' को हटाकर।

दो मूर्ख एक पेड़ की डाल से लटके थे। तभी एक मूर्ख नीचे गिर गया।
पहला बोला : क्यों थक गये?
दूसरा बोला : यार थका नहीं पक गया।

एक मोटे युवक ने अपने मित्र ने कहा– मैं आजकल दौड़ने का अभ्यास कर रहा हूँ। एक बात तो बताओ पी.टी. ऊषा को तेज दौड़ने पर उड़नपरी कहते थे। मैं जब तेज दौड़ूंगा तो मुझे क्या कहेंगे?
मित्र बोला : उड़नखटोला।

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

एक दिन बुद्धराम बाजार गया। रास्ते में एक चोर आकर उसका मोबाइल छीनकर भाग गया। पहले तो बुद्धराम उसके पीछे भागा, लेकिन थोड़ी देर बाद रूक गया और जोर से बोला– ले जा, ले जा... इसका चार्जर तो मेरे पास ही है। **– निष्ठा आनन्द (लुधियाना)**

टीचर : शास्त्रीय संगीत तथा डिस्को डांस में क्या फर्क है?
बच्चा : पहले में सिर हिलता है तथा दूसरे में पैर।

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।

गुड़िया : (अमन से) भैया मैं बर्फ खाऊंगी।
अमन : गुड़िया सर्दियों में बर्फ नहीं खाते हैं।
गुड़िया : भैया, मैं बर्फ गर्म करके खा लूंगी।

अध्यापक : (शेरू से) तुमने कितने दिनों तक लगातार बारिश होते देखी है?
शेरू : एक दिन तक।
अध्यापक : क्यों दो दिन तक बारिश नहीं हो सकती?
शेरू : नहीं सर! क्योंकि बीच में रात भी तो आती है।

– गौरव गुप्ता (हरदोई)

देश-विदेश के विचित्र वृक्ष

देश-विदेश में ऐसे विचित्र वृक्ष पाए जाते हैं कि जिन्हें देखकर जादुई वृक्षों की कल्पना साकार होने लगती है। तिलिस्मी कहानियों में चलने-फिरने वाले, विषैली गैसे छोड़ने वाले, लोगों का रक्त चूसने वाले वृक्षों की बातें पढ़ते हैं। लेकिन ऑस्ट्रेलिया में सचमुच ऐसे वृक्ष होते हैं जो ऊपर से झुककर, आदमी के शरीर में अपने कांटे चुभोकर सारा रक्त चूस लेते हैं। ऑस्ट्रेलिया में ऐसे वृक्षों को 'चुम्बक वृक्ष' कहा जाता है। ऐसे वृक्षों को पहचान कर लोग इनसे दूर होकर गुजरते हैं लेकिन कोई न कोई जानवर उन वृक्षों का शिकार हो जाता है।

उत्तरी अमेरिका में 'काऊ ट्री' नामक एक ऐसा वृक्ष होता है जिसकी जड़ों से दूध निकाला जाता है। यह दूध बहुत गुणकारी होता है और गाय के दूध से बहुत मिलता-जुलता है। यही नहीं इस वृक्ष की छाल को तवे पर गर्म किया जाए तो रोटी की तरह फूल जाती है।

जावा के जंगलों में ऐसे कंटीले वृक्ष पाए जाते हैं जिनसे चिकना द्रव निकलता है जो बहुत भयंकर विषैला होता है। जंगलों में रहने वाले आदिवासी जंगली जानवरों से सुरक्षा के लिए बाणों पर इस विष को लगाकर जानवरों का शिकार करते हैं।

दक्षिण अमेरिका के मैरी प्रदेश में ऐसे वृक्ष होते हैं जिनके नीचे जमीन पर खूब पानी भरा रहता है। ऐसा लगता है कि रात को खूब बारिश हुई है। जबकि वहाँ महीनों से बारिश नहीं होती है। रात को वृक्षों से पानी टपकता है और बारिश का आभास होता है। वैज्ञनिकों ने बताया है कि उन वृक्षों पर बहुत घने पत्ते होते हैं। उन पत्तों की एक विशेषता होती है कि वे वायुमंडल से बहुत सा पानी एकत्र करके नीचे टपका देते हैं जिससे वृक्ष के नीचे जमीन पर बारिश का आभास होता है।

अफ्रीका में मेडागास्कर द्वीप पर केले के वृक्षों की तरह बड़े-बड़े पत्ते वाले वृक्ष होते हैं। इन वृक्षों के पत्तों को नीचे से काटने पर पानी निकलता है। जंगल में घूमने वाले लोग इस वृक्ष के पत्तों को काटकर खूब पानी पीते हैं। पत्तों से इतना पानी निकलता है कि तीन आदमी खूब पानी पी सकते हैं।

अपने देश के हिमालय पर्वत पर ऐसे वृक्ष पाए जाते हैं जो रात के समय रोशनी करते हैं। पहाड़ों पर काम करने वाले लोग इन वृक्षों की रोशनी के सहारे अपने गंतव्य तक पहुँच जाते हैं। वृक्षों से दूर-दूर तक रोशनी फैल जाती है।

मलेशिया में ऐसे वृक्ष पाए जाते हैं जो अपने आसपास के पौधों को खा जाता है। विशाल वृक्ष 'फिनरसबी जिकोसा' आसपास के पौधों पर झुककर उनकी हरियाली चूसकर उन्हें नष्ट कर देता है।

कविता : मीरा सिंह 'मीरा'

गौरैया की व्यथा

मुन्ने के सपने में आई,
एक दिन एक गौरैया।
सूना है क्यों घर आंगन,
बोलो न मुन्ना भैया।।

जब से गयी तुम परदेश,
चिट्ठी भेजी न कोई संदेश।
इसीलिए घर-आंगन सूना,
ओ मेरी प्यारी गौरैया।।

मुन्ना की सुन बातें प्यारी,
सिसक पड़ी गौरैया बेचारी।
स्वार्थ लिप्त इन्सान,
करते नहीं किसी की फिक्र।।

इन्सान के करतूतों की,
करने लगी वह जिक्र।
अपनी व्यथा कथा,
मुन्ना को कह सुनाई।।

दूभर हुआ था जीना,
अपनी मजबूरी बतलाई।
सुन गौरैया की बातें,
नम हो गई मुन्ना की आंखें।।

तभी मुर्गे ने बांग लगायी,
भोर हुई मुन्ना जाग जा।

बाल कविता : श्रवण कुमार

भालू आया

नन्हे-मुन्ने बच्चे दौड़े,
भालू आया चुनरी ओढ़े।

उसे देखने आयी भीड़,
चिड़ियों ने भी छोड़ा नीड़।

डम-डम-डम डमरू बाजे,
उछल कूद कर भालू नाचे।

बच्चे सभी पुकारें कालू,
गुस्से में फिर उछले भालू।

बच्चे सारे हो गए खुश,
रोना सबका हो गया फुस्स।

अक्टूबर अंक रंग भरो के श्रेष्ठ चित्र

1. **यशिका पंजवाणी** — 13 वर्ष
   झूलेलाल सोसाइटी,
   एफसीआई गोदाम के सामने,
   गोधरा (गुजरात)

2. **हार्दिक मूलचंदानी** — 14 वर्ष
   झूलेलाल सोसाइटी,
   एफसीआई गोदाम के सामने,
   गोधरा (गुजरात)

3. **वंशिका देवी** — 12 वर्ष
   एयर फोर्स स्टेशन, भुज,
   जिला : कच्छ (गुजरात)

4. **धार्मिष्ठा** — 13 वर्ष
   न्यू दुधई, जिला : कच्छ
   (गुजरात)

5. **शिवम कुमार** — 11 वर्ष
   म.नं. 26, गीता कॉटेज - 2,
   भुज, जिला : कच्छ (गुजरात)

इनके अतिरिक्त जिनकी प्रविष्ठियों को पसन्द किया गया वे हैं-

खुशबू साहू (सरगाँव, छत्तीसगढ़)

लहर, चाँदनी, लक्ष, हर्ष, कुश मूल. चंदानी, प्रनीत जोशी, दक्ष, कृष्णा, अंशिका पुंजाली, हनी, तक्षिल पटेल, निहारिका, मोक्ष अडवानी, प्राची राजाई, मंथन पंजवानी, कुश खिमानी, हर्षित लालवानी, यशिका देवजानी (गोधरा), यक्षमिता, लीया, दक्षा पुण्या, प्रिया, सूर्यकांत, सुनांजलि मौर्य, प्रियांशु प्रिया, उन्नति अरोड़ा, कशिश, प्रज्ञा, स्वीटी भारती, अयान, कौस्तव पाल, हनी सिंह, आशीष कुमार, हिंमांशु सौरव, आशीष राज, खुशी कुमारी, सुमन, सूरज, निधि सिंह, वंशिका सथवारा, शिवांश यादव, निशांत, आयुष कुमार, सरोज दीपू, किरण (भुज)।

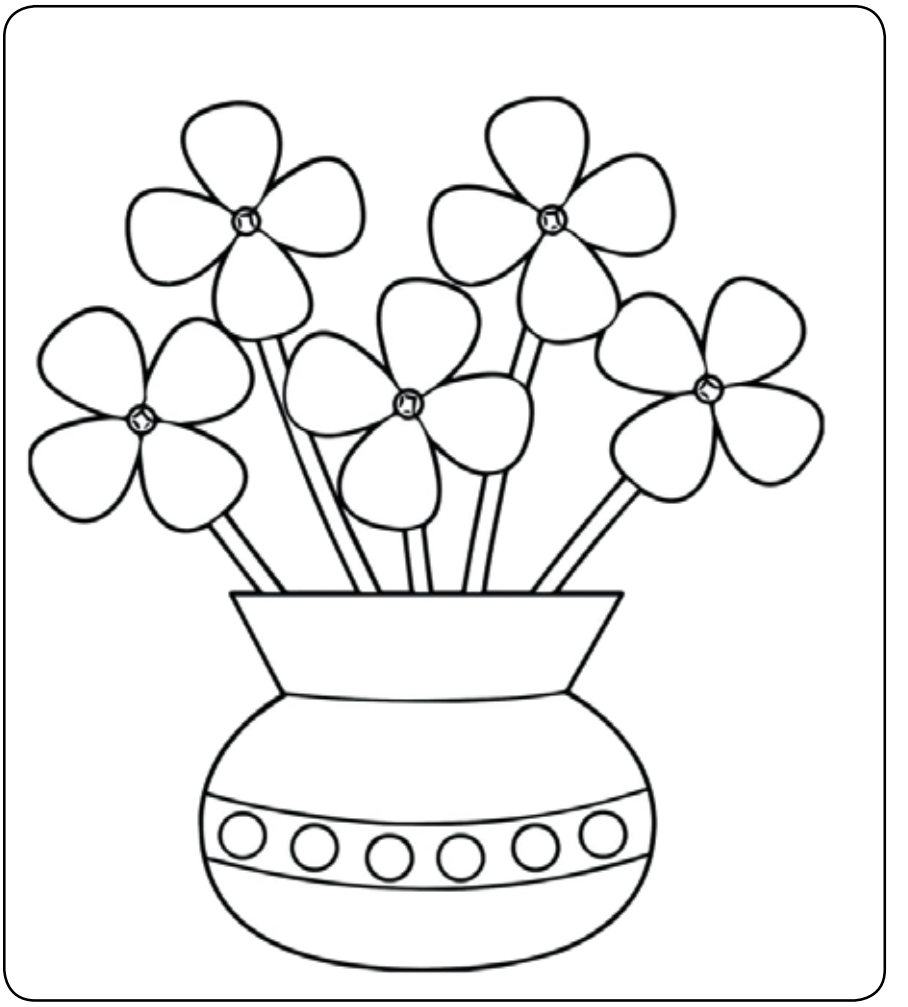
जनवरी अंक रंग भरो

सामने के पृष्ठ पर एक चित्र दिया गया है। इस चित्र में सुन्दर-सुन्दर रंग भरकर **15 फरवरी** तक कार्यालय 'हँसती दुनिया', सन्त निरंकारी मण्डल, एडमिनिस्ट्रेटीव ब्लॉक, निरंकारी सरोवर कॉम्प्लेक्स, दिल्ली-110009 को भेज दें।

- पांच श्रेष्ठ चित्रों के प्रतिभागियों के नाम (पते सहित) **अप्रैल 2023 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 परिवार के सभी सदस्यों को नववर्ष की हार्दिक शुभकामनाएं।

दातार की कृपा से बच्चों के चारित्रिक, बौद्धिक एवं वैचारिक गुणों में वृद्धि के लिए यह पत्रिका अतुलनीय योगदान दे रही है।

इस नये वर्ष के शुभ अवसर पर अपने जान-पहचान वाले बच्चों तक हँसती दुनिया पहुँचाकर एक अमूल्य योगदान हम सभी दे पायें। ऐसी सत्गुरु के चरणों में अरदास करते हैं।

– रानी-जवाहर (निरंकारी कालोनी)

मैं और मेरा परिवार हँसती दुनिया के नियमित पाठक हैं। हमें हँसती दुनिया का हर माह बेसब्री से इन्तजार रहता है। मुझे इसमें प्रकाशित शिक्षाप्रद और ज्ञानवर्द्धक बातें हमारे जीवन का मार्गदर्शन करती हैं।

'सबसे पहले' तथा 'सम्पूर्ण अवतार बाणी' के प्रवचनों की व्याख्या जो दी गई है वह हमें सत्गुरु के वचनों पर चलने में मदद करती है।

स्तम्भों में मुझे 'अनमोल वचन', 'कभी न भू. लो' ज्ञानवर्द्धक होते हैं तथा 'पढ़ो और हँसो' बहुत पसन्द हैं। **– समदीक्षा (इन्द्रलोक, दिल्ली)**

मैं हँसती दुनिया का पुराना पाठक हूँ। मेरे परिवार में जैसे ही हँसती दुनिया आती है। बच्चों में होड़ लग जाती है कि 'पहले मैं पढ़ूंगा', 'पहले मैं पढ़ूंगा।'

यह पत्रिका बच्चों के लिए बहुत रूचिकर तथा ज्ञानवर्द्धक है। **– आलोक रंजन (गाजीपुर)**

लोकप्रिय पत्रिका हँसती दुनिया मुझे नियमित रूप से मिल रही है। यह पत्रिका बड़ी ही रोचक, प्रेरक और ज्ञानवर्द्धक है। यह पत्रिका बच्चों में अच्छे सं. स्कारों का निर्माण करने वाली पत्रिका है। यह पत्रिका हर घर में जानी चाहिए ताकि एक सुन्दर एवं स्वस्थ समाज की स्थापना हो सके।**– ताराचन्द (जयपुर)**

हँसती दुनिया 'जस नाम तस गुण' को पूर्णरूपेण सार्थक करती है। पत्रिका की रचनाएं सारगर्भिक और शिक्षाप्रद होती हैं।

इसमें प्रेरक-प्रसंग और विज्ञान प्रश्नोत्तरी बच्चों के विकास में सहायक होते हैं।

– पुनीता (लुधियाना)

मैं हँसती दुनिया का बहुत पुराना पाठक हूँ। इसमें प्रकाशित प्रेरक-प्रसंगों से मुझे और मेरे परिवार के सदस्यों को प्रेरणा मिलती है। अन्य मनोरंजक एवं लाभदायक लेख भी विद्यार्थियों और पाठकों का सही मार्गदर्शन करते हैं।

यह पत्रिका पाठकों को सार्थक मानसिक खुराक प्रदान करती है। इस उत्कृष्ट पत्रिका के लिए मैं सम्पादक जी एवं सभी लेखकों का धन्यवाद करता हूँ।

मैं भगवान से प्रार्थना करता हूँ कि मेरी प्यारी हँसती दुनिया, दुनिया के कोने-कोने में पहुँचे।

– यूनीश खुराना (गुड़गांव)

हँसती दुनिया बच्चों के बौद्धिक विकास की अन. ूठी पत्रिका ज्ञान की ज्योति है। बच्चों में भक्ति एवं देशभक्ति पैदा कर ज्ञान-विज्ञान की जानकारी देती है तथा कहानियां और कविताएं हर तरह से हँसती दुनिया पत्रिका ज्ञान का सागर है।

– पवन बत्तरा (पंचकूला)

❖

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 सत्गुरु 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 सत्गुरु 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।

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

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