

# DERAWAL PATRIKA

डेरावाल पत्रिका

SEPTEMBER - 2018



**DEDICATED TO CHARITABLE SERVICES**

*Only memories remains,  
in the minds of those people  
that we helped !*



**ALL INDIA DERAawal SAHAYAK SABHA (Regd.)**

F/27-28, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015, TEL. : 011-25936132, 9250810522  
E-mail : [info@derawalsahayaksabha.com](mailto:info@derawalsahayaksabha.com), Web : [www.derawalsahayaksabha.com](http://www.derawalsahayaksabha.com)

*With Best Compliments From:*



***Suresh Kumar Nangia***

*S/o Late Shri Puran Chand Nangia*

***Gaurav Nangia***

**NANGIA CONSTRUCTIONS INDIA PVT. LTD.**

---

**VANG INFRASTRUCTURES PVT. LTD.**

---

**ANANDA EXPORTS**



**GLOBAL PURSUITS**

"A unit of Vang Infrastructures Private Limited"

*Importers of fine wines*



**AMALTAS FOUNDATION**

*Enriching Community*

• HEALTH • EDUCATION • CHILD & SKILL DEVELOPMENT • ROAD SAFETY

TRUSTEES : SURESH NANGIA, BHIM KHURANA, RITVIK VIRMANI  
BE OUR PARTERNS IN NOBLE GOALS.

C-6, East of Kailash, New Delhi 110065 | Tel : 9582704859, 011-26840491 Fax : 011-26840493  
e-mail : sknangia10@gmail.com

# DERAWAL PATRIKA

MONTHLY

सम्पादक मण्डल

चेयरमैन एम.एम. मेहता	मुख्य संरक्षक रवि खेड़ा	प्रकाशक एम.एम. मेहता	सम्पादक एल.एन. मेहता	प्रधान विजय हुटिया
-------------------------	----------------------------	-------------------------	-------------------------	-----------------------

R. No. DL(W)10/2082/18-20

## IN THIS ISSUE

Vol. : 57

No. : 09

SEPTEMBER - 2018

PRICE :

₹ 20.00 (Per Copy)

Annual : ₹ 200.00 only

Owner :



**ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)**

Derawal Bhawan, F-27 & 28,  
Kirti Nagar, New Delhi-110015  
Ph. : 25936132, 9250810522

Branch Office :

**DERAWAL BHAWAN**

Bhalla Road, Haridwar

Ph. : 01334-227221, 9359946520

Printer, Publisher & Place of Publication :

**M. M. MEHTA**

D-57, Kirti Nagar, New Delhi-110015

Ph. : (O) 25100716, (R) 25195776

Editor :

**L.N. MEHTA**

C-29, Vikaspuri, New Delhi-18

Ph. : 9891422416, 9810626787

Proof Reader :

**SITA RAM BHUTANI**

F-36, Kirti Nagar, New Delhi-15

Phone : 25460381

**DHARM VIR BHUTANI**

B-113, D.S., Ramesh Nagar, N.D.-15

Mob. : 9811169025

Printed at :

**EMKAY PRINTERS**

F- 75, Kirti Nagar, New Delhi-15

Ph. : 41425446, 9312241788

Statement about Ownership	—	03
Swachh Bharat.... It may take years....	Editor	05
Sadguru a tatwadarshi a master	Prof. Sudesh Gogia	06
List of Joyful Birthday - October	—	08
Spirituality and you	Sudesh Gogia	09
5 Exercise to improve your vision.....	Hindustan Times	12
Glimpses of A.G.M. held on 15.09.2018...	—	13
Donations-All India Derawal Sahayak Sabha	August, 2018	15
Donations - Derawal Sewa Sangh	August, 2018	16
Matrimonial Service - AIDSS (Regd.) Kirti Nagar	M.L. Bhutani/Y.K. Bhutani	17
Matrimonial Service DS Samiti (Regd.), South Delhi	Ashutosh Sharma	19
निष्काम प्रार्थना	बिजल बुद्धिराजा	20
प्रेरक बिन्दु/ महामृत्युंजय महामंत्र	के.एन. नागपाल	21
एकांत में आपकी सर्वोत्तम मित्र : पुस्तकें	सुमित गोगिया	22
दुनिया के सबसे बड़े 7 डाक्टर!	कवल नैन नागपाल	23
वास्तु शास्त्र/ तुलसी के बीज का चमत्कार	महेन्द्र बुद्धिराजा	24
तालियां बजाना	डॉ. बी. एस. बेदी	25
आज आप 77 साल के हैं.....	डॉ. बी. एस. बेदी	27
धूप - छाँव	सोनल	27
अपने माता पिता का सम्मान करने के तरीके	के.एन. नागपाल	28
मिलनसार बनें जीवन को उत्सव बनायें!	प्रीति गोगिया	29
दरिद्रता अभिषाप है.....	प्रो. सुदेश गोगिया	31
आज का युग/शेरो - शायरी	चतुर्भुज अरोड़ा	33
Cover Page		01-02 & 35-36

लेखक के विचारों से सम्पादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। रचनाओं में अभिव्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं। उन पर सम्पादक मण्डल का सहमत होना आवश्यक नहीं है। इन विचारों पर किसी प्रकार के आक्षेप का दायित्व भी लेखकों का ही है।

— सम्पादक

Publisher, Printer - M.M. Mehta on behalf of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) published from D-57, Kirti Nagar, New Delhi-110015, Printed at Emkay Printers, F-75, Kirti Nagar, New Delhi-110015 and Edited by L.N. Mehta (Editor).



# Derawal Health Care Centre

*Devoted to the health Care of the Needy*



## *Charitable Services*

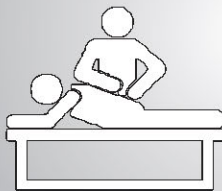


### **HOMEOPATHY**

Monday to Saturday

Timing :

04:30 pm to 06:00 pm



### **PHYSIOTHERAPY**

Monday to Saturday

Timing :

04:00 pm to 06:00 pm



### **DENTAL CARE**

Mon., Tue., Thu., Fri. & Sat.

Timing :

03:30 pm to 05:30 pm



### **EYE CARE CENTRE**

Mon., Tue., Wed. & Fri.

Timing :

04:00 pm to 05:30 pm

**(DONATION CONTRIBUTIONS TO ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)  
ARE ELIGIBLE FOR INCOME TAX REBATE UNDER SECTION 80 G.)**

<b>Bank</b>	<b>Name</b>	<b>: All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.)</b>
<b>Details :</b>	<b>Name of Bank</b>	<b>: Corporation Bank</b>
	<b>Branch</b>	<b>: Kirti Nagar, New Delhi-110015</b>
	<b>Account No.</b>	<b>: 520401000076469</b>
	<b>IFSC Code</b>	<b>: CORP0000573</b>

**Under the Aegis of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.)**

F-27&28, Kirti Nagar, New Delhi-110015 • Tel : (Delhi) 011 2593 6132 (Haridwar) 0133-227221

Email: delhi@derawalsahayaksabha.com, health@derawalsahayaksabha.com • Web: www.derawalsahayaksabha.com

# Editorial

## SWACHH BHARAT..... IT MAY TAKE YEARS.....



It may take us years if not centuries, at least many decades before we can achieve our goal of contemplated **SWACHH BHARAT**. The move to keep our homes, roads, lanes and surroundings clean was initiated some time back so that we could be in a position to present a cleaner image of our Nation. We started with a photo-finish campaign all around the country by roping in political leaders big and small, prominent citizens including sports-persons and well-known faces in the film industry as also the political workers in towns and cities. Initially, the results achieved appeared to be commendable but as it happens with various other projects, the tempo was lost as needed follow-up steps were not taken on expected lines. Unfortunately, we are in the habit of living in dirty surroundings. We do keep our front doors thoroughly swept and cleaned but do not bother about the filth in our back-lanes. One can even see garbage here and there on the city roads as Bins provided are either overflowing and are not emptied up in time or have been uprooted and taken away to be sold out as scrap material. Roads and lanes are swept, drains are emptied up but garbage is allowed to remain there as it is not picked up by those responsible till it goes back into the drains. This is a sorry state of affairs every where.

Whom to blame? It is our own weakness and lack of integrity. Blame-game continues Yet one can come across well-to-do persons driving costliest cars peeping out of the window throwing empty bottles and disposable plates etc on the road while on their way to home or elsewhere.

We do not know how much time citizens will take to learn the simple and basic rules of cleanliness. The process has been started and may take time to take roots. One can see a rosy picture in children playing in the park collecting waste papers and wrappers of chocolates etc and putting these in the Bins provided. They have not been taught to do so by their parents but by their teachers in play-schools. This is surely a healthy sign and surely holds hope for the future. It is easier to teach the child but a bit difficult to teach the grown-ups. Surprisingly, the number of Indians going abroad as tourists has increased manifold. They see the standards of cleanliness while away from home and appreciate the work-culture relevant to the systems responsible for up-keep and maintenance in foreign countries. Shockingly, on return, they tend to forget that by adopting similar standards in their own country, they can help the nation achieve the comparable status of a neat and clean nation. We have to consider this seriously and the learning process has to be strengthened. Awareness has been created and all is not lost. Let us hope that we can make our country bright and shining by making sincere efforts and resolve that the dream of **SWACHH BHARAT** can be made achievable sooner than later.

**MEERA BHARAT MAHAAN**

**— EDITOR**

### THOUGHT OF THE MONTH

*"Cleanliness is the Hallmark of Perfect Standards and  
The Best Quality Inspector is the Conscience."*

**— J. R. D. TATA**

# SADGURU A TATWADARSHI A MASTER

सद्गुरु तत्त्वदर्शी

- Prof. Sudesh Gogia

A curious Sadhak always asks many questions to his guru and present day guru fills him with many ideologies, theories, dogmas, cults, rituals, karma-kand etc. while a sadguru सद्गुरु a tatwardarshi तत्त्वदर्शी presence fills him with joy and ecstasy! If you're 'aware', you'll be able to see that I try to love you immensely!

## **Mind Always Questions :**

Mind always questions. Mind is questioning. Sadguru wants you to become 'No Mind'. Buddha never questions. The questioning has disappeared-rather it has been absurd, irrelevant with your growth. Leaves come out the trees, old leaves fall. New leaves appear! Your mind should become like a tree. Let this become an auto affair. Let Nature play its marvellous distinctive role! **A Buddha is always silent. He's a No mind. It's a transmission beyond words...**

## **Mystic :**

A Sadguru mystic is the highest quality. He's a true master. He does remain always silent. A Tatwardarshi तत्त्वदर्शी has realized. It's impossible to convey in any

possible way to others! His life signifies.

## **Ultimate Peak to Consciousness :**

Sadguru has arrived to the ultimate peak of consciousness. He has not bothered with the words anymore! He must have suffered hundred of lives living with myseries life, groping in the dark and finding nothing! He must have seen no light then, but knew very well what light is! Yet his search went on. After a long tedious journey, he has come to the sunlit peak of 'relaxation'. To be at ease with existence and decided not to get involved with all kinds of blind people. Decided firmly to keep away from deaf egoist prejudiced ones! And decided to remain 'Silent'! **Reached to the ultimate Peak of Consciousness.**

## **Raman Maharishi is one of the sadguru :**

Maharishi remained in caves in the mountains of Arunachal all his whole life. He remained unconcerned with the world. Naturally no body was against him. He never said anything against any superstitions. He never criticized any religion. He was neither interested in transforming others,

nor creating a better society! He was not even interested to share his experience. He was just like a 'well'. If you're thirsty, you'll have to find the way. You'll have to find a 'bucket' and a 'rope' to reach water. Naturally no one criticized. Raman Maharishi. He lived 'silently'. He lived peacefully with ecstasy! He was totally fulfilled, contented and immersed in super consciousness. Such Sadgurus are very rare!

### **Look, strive and seek a Sadguru :**

Who's interested in your spiritual growth. He should be able to pick-up where you're irrespective of your age, education, religion, past and present position in society or spiritual growth. You should equally, be prone to 'change'. Mind to be unburdened from 'ego', 'anger', 'lust' and 'clutter' etc. which are agitating you. A sadguru never gives 'opium' to his/her true follower. A master teaches you how to be 'silent'. He always speaks from his heart, conveys pure love. To be in love with the Universe. Ask yourself are you the one who is filled with such curiosity, desire and will to change.

A true sadguru is surrounded by only a few true seekers of truth and crystallizes those few individuals who were courageous enough for inner growth to help themselves to know

the 'Ultimate Ecstasy of Existence'.

The true sadguru has the ultimate wisdom to choose few from many seekers! He then, guides to find the Truth!

### **Always sleeping individuals :**

There're individuals who're always fast asleep. These sleeping people don't have souls. Looks rather paradoxical! Unless a person has a 'will' and 'faith' to become an enlightened one how can he/she have a soul? A soul is a reward. You don't come with a soul at birth. YOU achieve it by the grace, blessings of a Sadguru the master.

"You need not be a Hindu, Christian, Mohammedan or belongs to any cult or religion to seek truth", Lord Krishna says in Srimad Bhagwad Gita.

“सर्वधर्मान्परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज।  
अहं त्वा सर्व पापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः”  
(गीता 18 / 66)

(Resigning all your duties to Me-at Lords' feet, the all powerful and all supporting Lord. Take refuge in Me alone. I shall absolve you of all sins, worry not)

(सम्पूर्ण धर्मों को अर्थात् सम्पूर्ण कर्तव्यकर्मों को मुझ में त्यागकर तू केवल एक मुझ सर्वशक्तिमान्, सर्वाधार परमेश्वर की ही शरण में आ जा। मैं तुझे सम्पूर्ण पापों से मुक्त कर दूँगा, तू शोक मत कर)



# ALL INDIA DERAVAL SAHAYAK SABHA (REGD.)



*Wishes*

**A VERY HAPPY & JOYFUL BIRTHDAY  
TO FOLLOWING DERAVAL LIFE MEMBERS**



## FOR THE MONTH OF OCTOBER

Sh. D.P.Rajpal	1 1941	Sh. Ved Vrat Arora	13 1955
Sh. Yash Pal Arya	1 1941	Sh. Ajit Bhutani	15 1947
Sh. Jagdish Chander Khera	1 1927	Sh. Shail Nayyar	16 1953
Sh. Megh Raj Khera	2 1928	Sh. Naresh Kumar Minocha	19 1955
Sh. Ravi Kumar Lal	2 1951	Sh. Manoj Huria	20 1965
Sh. Hans Raj Arora	4 1941	Sh. Sanjay Rajpal	21 1968
Sh. Rakesh Bhutani	6 1967	Sh. G.R.Khanna	25 1925
Dr. Leena Singh	6 1971	Sh. Bodh Raj Sikri	26 1953
Sh. Rajpal Papreja	9 1959	Sh. Pawan Mehta	27 1970
Sh. Inder Kumar Chhabra	10 1968	Sh. C.K.Sachdeva	27 1936
Sh. Rajinder Mehta	10 1948	Sh. Ashutosh Sharma	30 1959
Sh. Krishan Kumar Khurana	13 1934	Sh Om Parkash Nagpal	30 1951
		Sh. Shiv Kumar Manocha	30 1962

**ALL OTHER VALUABLE DERAVAL AND BRETHREN BORN IN THE MONTH OF OCTOBER**

*With best compliments from*

# DEW DR PS<sup>®</sup>

AN ULTIMATE WATER SOLUTIONS



ISO 9001:2008  
Certified Company



also deals in : Bisleri 20 Ltr. Jar & McDowell's No. : 250 ml. Bottles  
Eggs : Wholesaler & Suppliers : direct from Poultry farm (R M Group) Panchkula.

F-104, Kirti Nagar, New Delhi-110015 | Customers Care No. : +91-9891473850

**Note : 50% discount on 20Ltr. Jar (Dew Drops) for Senior Citizens**



---

# SPIRITUALITY AND YOU

- Prof. Sudesh Gogia

"Our birth is but a sleep and a forgetting.  
The soul that rises with us, our life's star,  
Hath had else where its setting,  
And cometh from afar,  
Not in entire forgetfulness  
And not in utter nakedness.  
But trailing clouds of glory do we come  
From God who's our home  
Heaven lies about us in our infancy!"

—WILLIAM WORDSWORTH

Once, a group of students were raising funds for some community work and they happened to knock on a particular door in the neighbourhood. An eighty-eight-year-old lady opened the door. She asked them in and they explained the work that they were doing for the community. They told her the different options that they had through which she could contribute to the work that they were doing. And then they said, "You can make a pledge for the next three years you don't have to pay it all up from." She said, "At my age, I don't even buy unripened bananas. Making a pledge for three years! No way."

A person on the spiritual path should be like this — you don't even have time to buy unripened bananas; you have got to be in a hurry. Once a little laxity comes, it will take lifetimes. In your life, there may have been certain moments of extreme intensity

and ecstatic states within you. Lust imagine life like this whatever is the peak experience that you have touched in your life, not necessarily in yoga but anywhere in your life, if you could stay there constantly every moment of your life, do you see how free you would be from the many little things which nag you and pull and push you all the time?

You may not have touched the highest peak, but whatever peak you may have touched, even at that peak if you lived, you would be free from so many things that bother you on a daily basis. Nothing would really be a problem in this world.

Right now, it is just in a few moments here and there that something really worthwhile has happened. The rest of the time, we have given ourselves to simple processes of the body. The body knows only two things - self preservation and procreation. It does not know anything else, but if you reorganize the Energy in this body his same body can be transformed in such a way, that it can function like the Divine. I am not talking about you as a being. I am just talking about the body itself.

---

Though I may not be king in my future life, so much better. I shall nevertheless like an active life and on top of it earn less ingratitude.

—FREDERICK THE GREAT

So, once these Energies begin to transform themselves, certain changes will happen. The problem with people is, they are always aspiring for something to happen to their life. But if anything new happens, they have a fear about it. This is like wanting to drive your car with the hand-brakes on. If you want to drive, you must take off the brake. It needs a little steady application, where it is a continuous steady rise, so that in a couple of months or a year, you should find a significant difference in the way you are. You must keep it on steadily. Your **spirituality** should be on twenty four hours What does spirituality being 'ON' means? "Does it mean I can't go to the office? I can't be with the family?"

### **My Spirituality :**

In society, I come across many people discuss spirituality they're curious to know the different between 'religion' and 'spirituality' Many senior have profound knowledge of the scriptures. They can quote extensively from Ram Charita Manas or Srimad Bhagwad Gita. That's good to remember the verses of Gita, But their spiritual-erudition does not translate their corresponding actions

in their daily lives! To me, being a student of Srimad Bhagwad Gita, means to live a 'spiritual life' as per the dictates of Lord Krishna in Gita..

I find many men and women confuse religious old rituals and various karmakand as being synonymous with spiritual life. This is not acceptable. During my tenure as a visiting Professor at Institute of Hotel Management and Catering Institute, Pusa, I came across a faculty member who prayed at least three times daily during Navaratri. He was rarely available in the institute!

Another colleague at nearby Pusa Institute of Technology, who sported a 'Wale on the forehead with a mala of Rudraksha beads, was ready to give you discourses of various 'bhagwans' at the drop of a hat. Yet, as an official, he was negligent of his duties and hardly contributed to his job. Does a spiritual person excel in his job? Yes, definitely, he does work more lovingly, passionately and with utter honesty.

### **Grow in Spirituality :**

Once Pramhansa Yogananda was asked by a devotee, as to how he could gauge his / her spiritual growth? His answer was simple. Was he/she a better person today than yesterday? If so, he was growing in spirituality Endless talks, debates, reading, religious books, recitation serve no purpose unless they help you to live a

Truly Spiritual Life and grow as a true-being. A true spiritual person would be the one who does his duties sincerely, honestly and with total integrity.

**Right Conduct and Attitude :**

He should be aware of his **inner-self** and control his mind towards the vicitudes of life. He ought to be above ego, anger, lust, pride and jealousy.

**Spirituality is a Journey :**

It's a great journey where one tries to improve every day. Continue listen to your inner self, the voice of Almighty God. Integral yoga and ashtang Yoga is essential in the journey of spirituality.

You must make everything a spiritual process. Talking to somebody, working in the office, every single activity, every breath that you take if you make it a spiritual process, you will see within few months, you will be in a completely different space where your presence will be cherished in the world - not just by but every other being will respond! Even animals and plants will respond to you in a wonderful way' You just have to keep it going'

"I'm certain that I've been here as. I'm now a thousand times before, and I hope to return a thousand times."

—GEOTHE



Yogesh Bhutani  
9213479878, 8285009878



Jatinder Bhutani  
9891011990

# KRISHAN CATERERS

(PURE VEGETARIAN)

**Spl. Arrangement for**

**BIRTHDAY PARTIES, KITI PARTIES, PRE-WEDDING FUNCTIONS,  
RELIGIOUS FUNCTIONS, CORPORATE PARTIES.**

**N-63, Corner Side, Shop No. 1, Kirti Nagar, New Delhi-110015  
PHONE : 011-41424977 | E-MAIL : Krishancaterers@gmail.com**

---

# 5 EXERCISE TO IMPROVE YOUR VISION NATURALLY AND RELIEVE EYE STRAIN

Courtesy : HINDUSTAN TIMES

If your day starts and ends with pouring over your smartphone or computer, then you may end up suffering from eye fatigue and eye diseases. But there is a lot that you can do to boost your eyesight. Eat right and opt for antioxidant-rich foods such as leafy greens, egg yolks, yellow pepper, pumpkin, sweet potatoes, and carrots. Yellow and green vegetables also help in preventing blindness. Include fish in your diet and foods rich in sulphur such as garlic and onions that prevent cataract. Here are five exercises for healthy eyes:

**PALMING** : This is an exercise that relieves stress and boost eyesight. Rub your palms together to generate heat, and gently place them against your eyes for a few seconds. Repeat 5 times.

**EYE ROLLING** is another beneficial exercise. Roll your eyes a few times in clockwise direction. Then take a break, and roll them in anticlockwise direction. Repeat five times.

**REFOCUSING** is a good exercise for your eye muscles. At intervals, look away from your screen to the farthest thing/place that you can see. It can be the end of the corridor, the office room



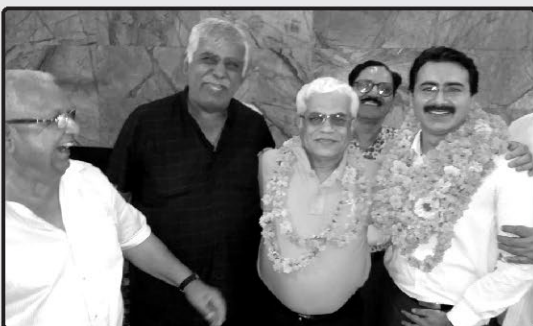
or the farthest building you see from a window. Put your thumb down in front of your eyes, and focus on the thumb for a few seconds followed by the distant object/place. Repeat five times.

**BLINKING** exercises help improve eyesight. You'll need a blank wall and a place to sit. Close your eyes for 2 seconds, then open them and blink rapidly for five seconds. Repeat five times.

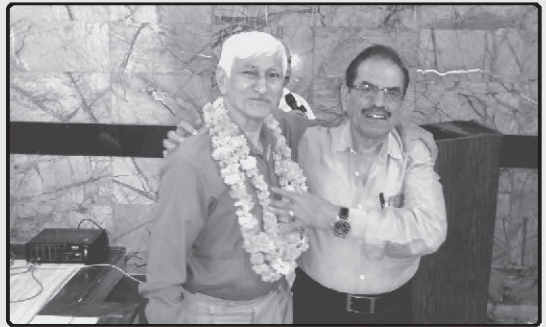
**20-20-20 RULE** : Want 20:20 vision? This exercise can help. Every 20 minutes, look at something located 20 feet away for 20 seconds.

**PALMING RELIEVES EYE STRESS AND BOOST EYESIGHT. RUB YOUR PALMS TOGETHER TO GENERATE HEAT, AND GENTLY PLACE THEM AGAINST YOUR EYES FOR A FEW SECONDS.**

**GLIMPSES OF ANNUAL GENERAL MEETING HELD ON 15.09.2018  
AT DERAWAL BHAWAN, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015**



**GLIMPSES OF ANNUAL GENERAL MEETING HELD ON 15.09.2018  
AT DERAWAL BHAWAN, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015**





# ALL INDIA DERAawal SAHAYAK SABHA (REGD.)

DONATIONS RECEIVED - AUGUST, 2018

R.No.	Name	Amount (Rs.)	R.No.	Name	Amount (Rs.)
	<b>Dispensary Collection</b>	<b>49500</b>	41355	Shri Ashok Kumar verma	501
	<b>Physiotherapy Collection</b>	<b>14910</b>	41359	Smt. Sudesh Bhutani	1100
	<b>Dental Collection</b>	<b>35750</b>	41360	Shri J. L. Ahuja	500
	<b>Eye Collection</b>	<b>1800</b>	41361	Gupt Daan	500
	<b>DONATION :</b>		41363	Mahila Mandal	2500
41330	Shri Mohit Ahuja (In memory of his father Late Sh. Ramesh Ahuja)	250	41364	Shri Yogesh Bhutani	250
41331	Shri O. P. Rajpal	500	41385	Shri Anurag Chawla	500
41333	Shri K. N. Nagpal	500	41396	Shri Ram Pukar	501
41341	Shri Inder Dhingra	500		<b>DONATION FOR HEALTHCARE :</b>	
41342	Shri Vijay Huria	500	41329	Gupt Daan	500
41343	Shri Surinder Budhiraja	500	41340	Shri Upender Verma	1100
41344	Shri Subhash Guglani	500	41388	Shri Sunil Bahree	1000
41345	Shri Sitaram Bhutani	500		<b>DISPENSARY DONATION :</b>	
41348	Shri V. K. Sethi	200	40921	Miss. Muskan	100
41349	Shri M. L. Bhutani	500	40922	M/s. Madhav Caterers	100
41350	Gupt Daan	3520	40923	M/s. Krishan Caterers	100
41351	Shri D. P. Minocha	500	40924	Dr. Puneet Arora	100
41352	Shri Naresh Kumar Minocha	200	40925	Smt. Tripti	100
41353	Shri Ram Pukar	111	40926	Smt. Jyoti	100
41354	Shri Yashwant Kumar Bhutani	200	40927	Sh. Keshav	100

— SAGAR SETHI, Manager

## ऑल इंडिया डेरावाल सहायक सभा (पंजी.)

कीर्ति नगर, नई दिल्ली - 110015

आपको जानकर हर्ष होगा कि डेरावाल भवन, एफ 27-28, कीर्ति नगर में प्रति मंगलवार को श्री सुंदर काण्ड पाठ का आयोजन किया जा रहा है। आप सभी इसमें सम्मिलित होकर प्रभु का आशीर्वाद प्राप्त करें।

**समय : सांयकाल 4.30 बजे से 6.00 बजे तक**

धन्यवाद।

- विजय हरिया  
प्रधान



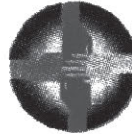
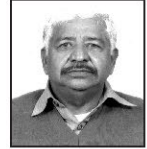
# DERAWAL SEWA SANGH

Donations Received — August 2018

S.No.	Name	Amount (Rs.)	S.No.	Name	Amount (Rs.)
1.	Smt. LajDhingra	200/-	16.	Sh. Girish Mehta	200/-
2.	Sh. M.L. Bhutani	100/-	17.	Sh. Madan Mehta	200/-
3.	Dr. Rahul Mehta (USA)	100/-	18.	Sh. Pankaj Mehta	200/-
4.	Aryav Mehta (USA)	100/-	19.	Sh. Rajinder Mehta	200/-
5.	Smt. Dimple Nangia (USA)	100/-	20.	Sh. Pardeep Kalra	200/-
6.	Sh. K.N. Nagpal	200/-	21.	Sh. Rahul Kapoor	200/-
7.	Sh. Kailash Chandra Mehta	200/-	22.	Sh. Rajesh Mehta	200/-
8.	Sh. I.C. Khera	100/-	23.	Sh. Rakesh Ahuja	200/-
9.	Sh. D.P. Minocha	100/-	24.	Sh. R.P. Mehta	200/-
10.	Sh. Mohit Ahuja (In memory of his father Sh. Ramesh Ahuja)	250/-	25.	Sh. Ravi Kapoor	200/-
11.	M/s. Krishan Caterers	100/-	26.	Sh. Ravi Khera	200/-
12.	Sh. Jatin Budhiraja	200/-	27.	Sh. Sanjay Mehta	200/-
13.	Sh. Anuj Mehta	200/-	28.	Sh. S.K. Mehta	200/-
14.	Sh. D.V. Bhutani	200/-	29.	Sh. Vivek Khera	200/-
15.	Sh. Gaurav Khera	200/-	30.	Smt. Mona Singhal	200/-
			31.	Smt. Bindu Kapoor	200/-

WITH BEST COMPLIMENTS FROM :

*Colour Solutions*



**NEROLAC**  
YOUNG ACHIEVER'S CLUB

## SATIJA BUILDING MATERIAL STORE

**DEALS IN :**

**PAINTS, HARDWARE & SANITARY GOODS**

21-A, Corner Market, Malviya Nagar, New Delhi-110017  
Ph. : 26682351, 26680126 E-mail : sanjaysatija@hotmail.com





# ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

Derawal Bhawan, F-27 & 28, Kirti Nagar, New Delhi-110015 | Phone : 25936132

## FREE MATRIMONIAL SERVICES

Every Saturday & Sunday 11 AM to 2 PM

### PROFESSIONALS / PVT. / GOVT. SERVICE GIRLS:

01. 25 years (D.O.B. 07.06.1993, 03:40 PM, Delhi), Height-5'-3", Economic Hons from Delhi University, MBA from I.P.University Regular - in Finance, Pvt. Service in Gurugram, Salary Rs. 45,000 PM, Contact her father Mr. Bal Kishan Nangia on Tel. : 7840040549 (R-41020)
02. 28 years (D.O.B. 15.08.1990, 06:43 AM, Delhi), Height -5'-2", MBA (HR), Private Service in Gurugram, Salary Rs. 8 Lacs PA, Contact her father Mr. Chandra Prakash Setia on Tel. : 9818063401 (R-41021)
03. 38 years (D.O.B. 07.03.1980, 08:40 AM, Delhi), Height-5'-5", B.Com, B ED, B.LIB.SC., MA, Teacher in Govt. School, Delhi, Salary Rs. 70,000 PM, Contact her father Mr. D. C. Ahuja on Tel. : 011-25288779, 9868922712 (R-41022)



### PROFESSIONALS / PVT. / GOVT. SERVICE BOYS:

01. 32 years (D.O.B. 08.01.1986, 03:00 PM, Delhi, Height-5'-5", B.Com (Pass) & Librarian Course, Teacher in Govt. School+Coaching Centre in Mangol Puri (Delhi), Salary Rs. 35,000 PM, Contact his father Mr. Subhash Chander Chugh on Tel. : 8076197721 (R-41019)
02. 35 years (D.O.B. 03.02.1983, 02:50 PM, Mohan Nagar (Ghaziabad), Height-5'-5", Post Graduation in Clinical Research Pharmacovigilance, Dentist - Working in Pvt. Hospital, Gurugram, Salary Rs. 30,000 PM, Contact his father Col. Rtd. Dr. A. K. Dhir, on Tel. : 01244378610, 8010063467, 9971338133 (R-41016)
03. 33 years+ (D.O.B. 24.08.1984, 07:41 AM, Bokaro, Jharkhand), Height-5'-3", B.Com, Pvt. Service, Salary Rs. 26,000 PM, Contact his father Mr. Suresh Chand Nayyar on Tel. : 7903629965, 9470356473 (R-41015)



## ANSHIK MANGLIK BOYS:

01. 30 years (D.O.B. 16.05.1988, 07.30 PM, Delhi), Height-5'-6", BA, Own Business, Pvt. Co. Tour & Travel, Taxi Operator, Salary 35,000 PM, Contact his mother Mrs. Mangesh Sethi on Tel. : 9268055346 (R-41018)

## DIVORCEE BOYS:

01. 37 years (D.O.B. 11.08.1981, 09.20 AM, Delhi), Height-5'-8", B.Com (Delhi University), PGDIP in Management, Private Service, Case Manager ( Ministry of Social Development, Govt. of Newzeland, Salary NZD 8000\$ PM. Contact his father Mr. Subhash Sharma on Tel. : 7838610052 (R-41023)

02. 43+ years (D.O.B. 28.09.1974, 04.55 AM, Delhi), Height-5'-11", B.Com, Private Service, Salary 75,000 PM. Contact his father Mr. Vinod Kumar Sethi on Tel. : 9654141584

— M.L. Bhutani  
— Y.K. Bhutani

शुभ कामनाओं सहित दूरभाष : 25936132

# रिश्ते ही रिश्ते



विवाह सम्बन्धी सेवा के लिए सम्पर्क करें :

## M.L. BHUTANI & Y.K. BHUTANI

### “डेरावाल भवन”

एफ-27 एवं 28, कीर्ति नगर, नई दिल्ली-110015

प्रत्येक शनिवार व रविवार प्रातः 11 बजे से दोपहर 2 बजे

एक्वाप्रेसर की फ्री सेवा सोमवार, बुधवार, शुक्रवार सायं 4 से 5 बजे तक

---

# DERAWAL SAHAYAK SAMITI (REGD.) SOUTH DELHI

1st Floor, Prachin Shiv Shakti Mandir, Opp. Lodhi Hotel, Nizamuddin, New Delhi-110013

## FREE MATRIMONIAL SERVICES

Every Saturday & Sunday 11 AM to 2 PM

### PROFESSIONALS/PVT. SERVICE/GOVT. SERVICE BOYS:

01. 28(+) Years(18.01.90), Height 5'-6", Fair, Heavy body, 12th Pass, Rajasthan family boy, Running his own business of agriculture products at Home, Earning Rs. 40,000/- PM, Contact his uncle Sh. Kishore Chand Goyal at Ph. 9540859121, 7836823016, Suitable girl required.



### BUSINESS BOY :

01. 35(+) Years(19.08.83, 09.53 AM, Faridabad), Height -6", fair, Normal built, MBA from Pune, Bannu family boy, Using specs, Running his own Guest House in Faridabad, Earning Rs. 1 lakh PM, Contact his father Sh. Pritam Arora at Ph. : 9999646485, 9999466999, Suitable working/non-working girl required.
02. 31(+) Years(18.09.87, Delhi), Height 5'-11", Fair, Slim, 10th pass, Dera Ghazi Khan family boy, Doing business of Photography and electrician at Hari Nagar, Earning Rs. 20,000/- PM, Contact his mother Smt. Veena Munjal at Ph. : 9910167044, 9213620737, Suitable girl required.
03. 32(+) Years(05.11.85, 07.50 AM, Delhi), Height 5'-8", Wheatish, Normal built, BA pass, Running his own Photo Studio, Earning Rs. 50,000/- PM, Contact his mother Smt. Manju Gupta at Ph : 9899938144, 9910255020, Suitable homely/working girl required.
04. 28(+) Year(07.04.18, 08.30 AM, Delhi), Height 5'-7", Fair, Normal built, B.Sc. in Hospitality Management from UK University, Running his own Hotels at Joshi Math and having rental income, Earning Rs. 50.00 lakhs PA, Contact his mother Smt. Uma Pahuja at Ph. : 9871212938, Suitable educated girl required.

### MANGLIK BOY :

01. 24(+) Years(19.02.94, Delhi), Height 5'-7", Wheatish, Normal built, 10th Pass, Working as electrician at Hitl Leutins at Mahrouli, Earning Rs. 15,000/- PM, Contact his father Sh. Ishwar Chand Goyal at Ph. : 9540859121, 7836823016, Suitable homely girl required.

## PROFESSIONALS/PVT. SERVICE/GOVT. SERVICE GIRLS:

01. 29(+) Years(07.07.89, 04.10 AM, Delhi), Height 5'-1½", Fair, Slim, M.Sc. in Maths, B.Ed., Working as a Teacher in Public School at Green Park, Earning Rs. 65,000/- PM, Contact her mother Smt. Sushma Puri at Ph. : 9899615092, 29817184, Educated and well settled boy required.
02. 28(+) Years(31.08.90, 09.03 AM, Delhi), Height-5', Fair, Slim, BA from DU (ARSD), Mint Kumori family girl, Working with Mercer as Senior Analyst at Gurgaon, Earning Rs. 22,000/- PM, Contact her mother Smt. Rita Puri at Ph. : 9716882571, Educated and well settled boy in business/service required.



## निष्काम प्रार्थना

-बिमल बुद्धिराजा

अब सौंप दिया इस जीवन का, सब भार तुम्हारे हाथों में .....। यदि मानव का मुझे जनम मिले, तो प्रभु चरणों का पुजारी बनूं.....।  
है जीत तुम्हारे हाथों में, और हार तुम्हारे हाथों में, इस जीवन की, इक इक रग का, हो तार तुम्हारे हाथों में .....।  
मेरा निश्चय है बस एक यही, एक बार तुम्हें पा जाऊं मैं .....। जब जब संसार का कैदी बनूं, निष्काम भाव से कर्म करूं .....।  
अर्पण कर दूं दुनिया भर का, सब प्यार तुम्हारे हाथों में.....। फिर अंत समय में प्राण तजूं, सरकार तुम्हारे हाथों में.....।  
जो मैं जग में रहूं तो ऐसे रहूं, ज्यों जल में कमल का फूल रहे...। मुझमें तुझमें बस भेद यही, मैं नर हूं, तुम नारायण हो .....।  
मेरे सब गुण दोष समर्पित हों, करतार तुम्हारे हाथों में.....। मैं हूं संसार के हाथों में, संसार तुम्हारे हाथों में .....।

शुभ कामनाओं सहित

# रिश्ते ही रिश्ते



विवाह सम्बन्धी सेवा के लिए सम्पर्क करें :

**Prabhu Dayal Satija**

चेयरमैन

(9871053202)

**Vasdev Tuteja**

प्रधान

(9899113436)

**Ashutosh Sharma**

महामंत्री

(9312105617)



## डेरावाल सहायक समिति (रजि०)



साउथ दिल्ली, पहली मंजिल प्रचीन

शिव शक्ति मंदिर, लोधी होटल के सामने निजामुददीन, नई दिल्ली- 110013

प्रत्येक रविवार प्रातः 11 बजे से दोपहर 2 बजे

## प्रेरक बिन्दु

- के.एन. नागपाल

पीने के लिए कोई चीज है तो -क्रोध  
खाने के लिए कोई चीज है तो -गम  
लेने के लिए कोई चीज है तो -ज्ञान  
देने के लिए कोई चीज है तो -दान  
कहने के लिए कोई चीज है तो -सत्य  
दिखने के लिए कोई चीज है तो -दया  
छोड़ने के लिए कोई चीज है तो -अहंकार  
जीतने के लिए कोई चीज है तो -मन  
परखने के लिए कोई चीज है तो -बुद्धि  
संग्रह के लिए कोई चीज है तो -विद्या  
सफलता के लिए कोई चीज है तो -प्रसन्नता  
धारण के लिए कोई चीज है तो -संतोष  
करने के लिए कोई चीज है तो -सत्संग  
त्यागने के लिए कोई चीज है तो -ईर्ष्या

**संकट कटै मिटे सब पीरा ।  
जो सुमरे हनुमत बलवीरा ॥**

महावीर जी की उपासना भक्ति से मनुष्य के सारे संकट, कष्ट, दुःख मिट जाते हैं। वह जन्म मरण (भव) की पीड़ा से मुक्त हो जाता है।

## सूर्य प्रार्थना

ॐ नमः सूर्याय शान्ताय सर्व रोग विनाशने।  
आयुः आरोग्यं ऐश्वर्यं देहि देव जगत्पते॥  
जपा कुसुम संकाश काश्यपेयं महाद्युतिम्।  
ध्वान्तारि सर्व पापघ्नं प्रणतोस्मि दिवाकरम्॥

## महामृत्युंजय महामंत्र

ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम्।  
उर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय मामृतात्।  
भावार्थ : तीनों लोकों के पालनकर्ता, व्याधिहर्ता, पोषणहार परमात्मा, पक्का फल जिस तरह उसके डंठल से अलग हो जाता है उसी प्रकार रोग और मृत्यु से मुझे बचाना और अमृतमय जीवन प्रदान करना।

## आस्था और विश्वास

इंसानियत इंसान को इंसान बना देती है...  
लगन हर मुश्किल को आसान बना देती है...  
लोग यूं ही नहीं जाते मंदिरों में पूजा करने...  
आस्था ही तो पत्थर को भगवान बना देती है...

## अनमोल वचन

धन से दवा खरीद सकते हैं, स्वास्थ्य नहीं।  
धन से साथी खरीद सकते हैं, सच्चे मित्र नहीं।  
धन से पुस्तक खरीद सकते हैं, ज्ञान नहीं।  
धन से बिस्तर खरीद सकते हैं, नींद नहीं।

## प्रसाद का अर्थ

प्र	-	प्रभु के
सा	-	साक्षात्
द	-	दर्शन

## भगवान का अर्थ

भ	-	भूमि
ग	-	गगन
व	-	वायु
आ	-	अग्नि
न	-	नीर

# एकांत में आपकी सर्वोत्तम मित्र : पुस्तकें

- सुमित गोगिया

एक विदेशी पत्रकार ने एक बार महात्मा गांधी से पूछा, 'आप अभी जिस रूप में है, वह बनने की प्रेरणा आपको कहां से मिली? गांधी जी ने कहा, 'कर्मयोगी श्रीकृष्ण, महापुरूष ईसा मसीह, दार्शनिक रस्किन और संत टॉल्स्टॉय से। पत्रकार ने दुबारा पूछा, 'इनमें से कई तो आपके समय में रहें भी नहीं, फिर आपको इनसे प्रेरणा कैसे मिली?' गांधी जी बोले, 'यह ठीक है कि महापुरूष सदैव बने नहीं रहते, समय के साथ उन्हें भी जाना पड़ता है, किंतु विचारों और पुस्तकों के रूप में उनकी आत्मा इस भूमंडल पर चिरकाल तक बनी रहती है। जिन्हें लोग कागज के निर्जीव पन्ने समझते हैं, उन्हीं में इन महापुरूषों और दिवंगत, दोनों ही अवस्थाओं में लोगों को दीक्षित कर सुसंस्कृत बनाने और उत्कृष्ट जीवन-पथ पर अग्रसर होने के लिए शक्ति, प्रकाश और प्रेरणा देने की सामर्थ्य देती रहती हैं। मुझे भी इन चारों महान् व्यक्तियों से प्रेरणा मिली।

संसार में रहकर अनासक्त और कर्मयोगी कैसे रह सकते हैं, यह प्रेरणा गीता से मिली। दलित वर्ग से प्रेम और उनके उद्धार की प्रेरणा मुझे बाइबल से मिली। विचारों में प्रौढ़ता, कर्तव्य परायणता और सुखों-प्रलोभनों के आकर्षण से बचने की विद्या मैंने टॉल्स्टॉय की किताब 'द किंगडम् ऑफ गॉड इज विदइन यू' से सीखी। सशक्त विचारों की प्रतिमूर्ति इन पुस्तकों के संपर्क में मैं नहीं आया होता तो आज मैं उसी तरह वंचित रहा होता, जिस तरह काफी लोग वंचित रहते हैं। एकांत में पुस्तकें ही सर्वोत्तम मित्र होती हैं। पुस्तकों से ही हमें सूझ-बूझ, चिंतन, निष्कर्ष और अनुभव प्राप्त होते हैं। स्वाध्याय से ही व्यक्ति में तार्किक शक्ति, बौद्धिक पैनापन एवं चिंतन आता है।

मानव जीवन को ऊंचा उठाते हुए निर्मल बनाने की शक्ति भी पुस्तकें देती हैं।



## **Mahinder Budhiraja**

**District Governor (2017-19) :**

Association of Alliance Clubs International, Distt.-139

**PRO North Multiple :** Asso. of Alliance Clubs International

**Chief Patron :** Kirti Nagar Residents Welfare Association

**Distt. Chairman :** Lions Clubs Intl., Distt. 321-A3

**President :** Lions Clubs Delhi West, Distt. 321-A3

**President :** Delhi Printers' Club

**Gen. Secy. :** Delhi Printers' Association (Regd.)

**Gen. Secy. :** The Indian Brotherhood of Magicians (Regd.)

● **EMKAY PRINTERS**

● **ROYAL ART PRESS**

● **BUDHIRAJA ENTERPRISES**

● **ABM EVENTS**

**F-75, KIRTI NAGAR, NEW DELHI - 110 015 (INDIA)**

**Tel. : 011-4142 5446, 2546 5897 (M) : 93122 41788**

**E-mail : anujf75@gmail.com, info.budhiraja@gmail.com**

**Officially Amazing :**



**Guinness World Record Holder**

# दुनिया के सबसे बड़े 7 डाक्टर!

— कंवल नैन नागपाल

1. सुरज की किरणें !
2. रोजाना रात 6 - 8 घंटे नींद !
3. शुद्ध शाकाहारी भोजन !
4. हर रोज व्यायाम !
5. खुद पर विश्वास !
6. पर्याप्त मात्र में पानी का सेवन !
7. अच्छे दोस्त !

इन 7 बातों को हमेशा अपने पास रखिये , सभी दर्द दूर हो जायेंगे।

एक आदमी जंगल से गुजर रहा था , उसे चार स्त्रियां मिली! उसने पहली से पूछा बहन तुम्हारा नाम क्या है

उसने कहा, 'बुद्धि'!

तुम कहां रहती हो? - मनुष्य के दिमाग में!

दूसरी स्त्री से पूछा - बहन तुम्हारा नाम क्या है 'लज्जा'!

तुम कहां रहती हो? - 'आंख में'!

तीसरी से पूछा - तुम्हारा क्या नाम है 'हिम्मत'!

कहां रहती हो ? - 'दिल में'!

चौथी से पूछा - तुम्हारा नाम क्या है 'तंदुरुस्ती'!

कहां रहती हो ? - 'पेट में'!

वह आदमी अब थोड़ा आगे बढ़ा, तो फिर उसे चार पुरुष मिले! उसने पहले पुरुष से पूछा - तुम्हारा नाम क्या है 'क्रोध'!

कहां रहते हो ? - 'दिमाग में' !

दिमाग में तो बुद्धि रहती है, तुम कैसे रहते हो?

जब मैं वहां रहता हूँ, तो बुद्धि वहां से विदा हो जाती है !

दूसरे पुरुष से पूछा - तुम्हारा नाम क्या है

उसने कहा - 'लोभ'!

कहां रहते हो? - 'आंख में'!

आंख में तो लज्जा रहती है, तुम कैसे रहते हो

जब मैं आता हूँ, तो लज्जा वहां से प्रस्थान कर जाती है !

तीसरे से पूछा - तुम्हारा नाम क्या है

जबाब मिला 'भय'!

कहां रहते हो ? - 'दिल में' !

दिल में तो हिम्मत रहती है, तुम कैसे रहते हो

जब मैं आता हूँ, तो हिम्मत वहां से नौ दो ग्यारह हो जाती है !

चौथे से पूछा - तुम्हारा नाम क्या है

उसने कहा - 'रोग'!

कहां रहते हो? - 'पेट में' !

पेट में तो तंदुरुस्ती रहती है, जब मैं आता हूँ, तो तंदुरुस्ती वहां से रवाना हो जाती है !

जीवन की हर विपरीत परिस्थिति में, यदि हम उपरोक्त वर्णित बातों को याद रखें, तो कई चीजें टाली जा सकती है!

- जरा मुस्कुरा के देखे, दुनिया हसती नजर आएगी!

- सुबह सैर कर के तो देखें, सेहत ठीक हो जाएगी!

- व्यसन छोड़ के तो देखें, इज्जत बन जाएगी!

- खर्च घटा कर के तो देखें, अच्छी नींद आएगी!

- मेहनत कर के तो देखें, पैसे की तंगी चली जाएगी!

- संसार की अच्छाई तो देखें, बुराई भाग जाएगी!

- ईश्वर का ध्यान कर के तो देखें, उलझने दूर हो जाएगी!

- माता - पिता की बात मान कर तुम देखो,

जिन्दगी संवर जाएगी!

# वास्तु शास्त्र

संकलन : महेन्द्र बुद्धिराजा

यदि घर में लक्ष्मीजी की फोटो लगानी हो तो ऐसी फोटो लगाए, जिसमें वे बैठी हुई हों। जिस फोटो में लक्ष्मीजी खड़ी हुई दिखाई देती हैं, वह फोटो घर में लगाने से बचना चाहिए।'

## देवी महालक्ष्मी

लक्ष्मी ने इंद्र को बताई थी ये बातें, किन लोगों के घर में करती हैं निवास।

देवी महालक्ष्मी की उपासना से धन और सुख-समृद्धि प्राप्त होती है। लक्ष्मी पा के लिए पूजा-अर्चना के साथ-साथ हमारे घर का वातावरण भी शुद्ध रहना चाहिए। लक्ष्मी को कैसा वातावरण चाहिए, इस संबंध में देवी लक्ष्मी और इंद्र की एक कथा प्रचलित है। यहां जानिए उस प्रचलित कथा के आधार पर किन लोगों के घर में लक्ष्मी निवास करती हैं।

कथा के अनुसार प्राचीन समय में महालक्ष्मी असुरों के यहां निवास करती थीं, लेकिन एक दिन वे देवराज इंद्र के यहां पहुंचीं और उन्होंने कहा कि इंद्र, मैं आपके यहां निवास करना चाहती हूं। इंद्र ने आश्चर्य से कहा कि हे देवी, आप तो असुरों के यहां बड़े आदरपूर्वक रहती हैं। वहां आपको कोई कष्ट भी नहीं है। मैंने पूर्व में आपसे कितनी बार निवेदन किया कि आप स्वर्ग पधारें, लेकिन आप नहीं आईं। आज आप बिन बुलाए कैसे मेरे यहां पधारी हैं कृपया इसका कारण मुझे बताइए।

देवी लक्ष्मी ने कहा कि हे इंद्र! कुछ समय पहले असुर भी धर्मात्मा हुआ करते थे, वे अपने सभी कर्तव्य निभाते थे। अब असुर अधार्मिक हो गए हैं इसीलिए मैं अब वहां नहीं रह सकती हूं।

जिस स्थान पर प्रेम की जगह ईर्ष्या-द्वेष और क्रोध-कलह आ जाए, अधार्मिक, दुर्गुण और बुरी

आदतें आ जाए, वहां मैं नहीं रह सकती। असुरों में ये सब बातें आ गई हैं। इसीलिए उन्हें छोड़कर मैं तुम्हारे यहां रहने आई हूं।

तब इंद्र ने पूछा कि देवी वे और कौन-कौन से दोष हैं? जहां आप निवास नहीं करती हैं।

लक्ष्मीजी ने कहा कि जो लोग विवेक और धर्म की बात नहीं करते हैं, जो ज्ञानी लोगों का अपमान करते हैं, उन लोगों के घर में मैं निवास नहीं करती हूं। जिस घर में पाप, अधर्म, स्वार्थ रहता है, वहां लक्ष्मी नहीं रहती है।

जो लोग गुरु, माता-पिता और बड़ों का सम्मान नहीं करते, लक्ष्मी उनके यहां निवास नहीं करती।

जो संतान अपने माता-पिता से मुंहजोरी करते हैं, उनका अनादर करते हैं, बिना वजह वाद-विवाद करते हैं, लक्ष्मी ऐसे लोगों पर कृपा नहीं बरसाती।

महालक्ष्मी ने कहा कि मैं उन लोगों के यहां निवास करती हूं जो धार्मिक हैं। जिस घर के सदस्य पवित्र मन वाले हैं, जो सभी को आदर-सम्मान देते हैं। जिस घर के सदस्य किसी को धोखा नहीं देते, लक्ष्मी उनके यहां निवास करती है। जो व्यक्ति दूसरों की मदद करते हैं, गरीबों को दान देते हैं, अपना कार्य पूर्ण ईमानदारी से करते हैं।

## तुलसी के बीज का चमत्कार

तुलसी के बीज पीसकर रखो। एक चुटकी बीज रात को भिगा दो। सुबह खा लो। इससे ....

- पेट की तकलीफ भागेगी।
- यादशक्ति बढ़ेगी।
- बुढ़ापे की कमजोरी से बचोगे।
- मितजा जजंभा नहीं होगा।
- High Blood Pressure भी नहीं होगा।



आंखों की रोशनी चले जाने के बाद श्रीकृष्ण चन्द्र बजाज के शरीर के अंदर कई बीमारियां पैदा होनी शुरू हो गईं और उनकी सेहत दिन-ब-दिन गिरने लगी, आखिरकार उन्होंने दो साल पहले एक सत्संग में एक महात्माजी का भाषण सुना था जिसमें वे तालियां बजाने की अहमियत, स्वसुसियत वह फायदों के बारे में लोगों को बता रहे थे कि दोनों हाथों से जोर-जोर से तालियां बजाने से सिर से लेकर पैरों तक की बेशुमार बीमारियों से इंसान को छुटकारा मिल जाता है जिनमें सर्जरी की जरूरत नहीं होती और इंसान हमेशा अपनी उम्र के मुताबिक जवान व सेहतमंद रहता है। बजाज जी ने महात्मा जी की बात को सही साबित करने के लिए हर रोज सुबह सूरज चढ़ने से पहले पार्क में ठण्डी व ताजा हवा में तालियां बजानी शुरू कर दीं और उनकी आंखों की रोशनी डेढ़ साल के बाद वापस आई, उनकी तमाम बीमारियां तालियां बजाने से ठीक हो गईं, आज वह बिलकुल तंदुरुस्त हैं और अपनी उम्र से 15-20 साल कम नजर आते हैं, वह लिखते व पढ़ते समय कोई ऐनक इस्तेमाल नहीं करते और हर रोज 70/80 किलोमीटर स्कूटर चलाते हैं।

**प्रभाव :** शरीर में तालियां बजाने (के विज्ञान) से 4-5 मिनट में ही शरीर का खून गर्म होना शुरू हो जाता है जिसकी वजह से सर्दियों में कम व गर्मियों में ज्यादा पसीना आने लगता है यह गर्म खून शरीर की हर नस, नाड़ियों में सिर से लेकर पैर तक 15000 किलो प्रति घंटे की गति से दौड़ता है, हर प्रकार की रुकावट जैसे खून की जमी हुई गांठों, मवाद, कोलेस्ट्रॉल से टकराते हुए खून की नालियां व नसों में फसे हुए मवाद व गंदगी को धीरे-धीरे नर्म व पिघलाते हुए, दौड़ने लगता है, इसी गर्म खून के कारण आपके शरीर के रोम, छिद्र खुल जाते हैं और तमाम बंद खून की नालियां व नसें अहिस्ता-अहिस्ता खुल जाते हैं, तमाम खून की नालियां साफ होने से हार्ट अटैक का खतरा बिलकुल खत्म हो जाता है श्वास लेने की ताकत बढ़ जाती है, फेफड़ों के तमाम पम्प व वाल ठीक तरीके से काम करने लगते हैं, खून का उठान शुरू कर देते हैं और तमाम किस्म की

बीमारियां से छुटकारा मिल जाता है, इंसान सेहतमंद होकर अपना काम करने लगता है बीमारियों के तमाम किटाणु मर जाते हैं। खून शुद्ध हो जाता है, फेफड़े व दिल मजबूत हो जाते हैं।

**तालियां कैसे बजायें?** : दोनों हाथों को सीधा करके बाजूवों को ढीला व हल्का छोड़ कर आमने-सामने रखकर पहले आप इसका अभ्यास करते और दोनों हाथों के पंजे, दोनों हाथों की उंगलियों के पोटे व हथेलियों आपस में टकरानी चाहिए इस तरह टकराने से आपके हाथों के प्रेशर बिन्दू जिसकदर भी हैं आपके अभ्यास के अनुसार कभी दस कभी बीस कभी तमाम दबते रहेंगे, यह व्यायाम धीरे-धीरे अपनी ताली बजाने की गति को बढ़ाने से आप तालियां बजाने की विद्या को जल्द सीख जाएंगे। पहले दिन आप दो तीन सौ ताली बजाएं व फिर दिन प्रतिदिन इस गति को बढ़ाते रहें। अगर आप थक जाएं या आपका सांस फूलने लगे तो घबराने की कोई जरूरत नहीं है थोड़ा-सा विश्राम करके दोबारा ताली बजाएं। इस तरह ताली की गून्ज में संगीत पैदा हो जाएगा।

सेहतमंद इंसान को कम से कम 1500, बीमार आदमी को 2500 से 3500 तक लगातार या 3/4 दफा में एक ही वक्त में ताली जरूर बजानी चाहिए जिसकी रफ्तार 60 से 100 ताली प्रति मिनट हो, थक जायें तो आराम करके फिर बजाएं। जिस कदर ज्यादा से ज्यादा तालियां बजाएंगे उसी तरह जल्द फायदा होगा।

**सावधानियां :** श्रीकृष्ण चन्द्र बजाज बताते हैं कि अगर तालियां ठीक ढंग और अंदाज से बजायी जाएं तो इंसान को किसी किस्म की कोई थकावट महसूस नहीं होती न ही सांस फूलता है बल्कि खुश और ताजादम, दिन-ब-दिन पहले से तंदुरुस्त और नौजवान नजर आने लगता है, चेहरे पर व आंखों में चमक पैदा हो जाती है।

श्री बजाज जी का कहना है कि इस व्यायाम को शुरू करने से पहले दोनों हाथों पर हल्का-सा सरसों

या नारियल का तेल अवश्य लगा लेना चाहिए ताकि आपके हाथों व शरीर की गर्मी तेल में स्वपत होती रहे। पैरों में चमड़े के तसमेदार जूते व जुराबें जरूर पहने ताकि आप, जोर-जोर से तालियां बजाने से अपने शरीर में जो ताकत पैदा करेंगे उसकी विद्युत की लहरें आपके शरीर में ही दौड़ती रहेगी। ताली स्वत्म करने के बाद 10 मिनट तक हाथ नहीं धोने चाहिए। दोनों हाथों के नाखून कटे हुए होने चाहिए।

श्रीकृष्ण चन्द्र बजाज को पहले जो इंसान, पागल समझते थे अब वे भी हर सुबह उनके साथ चलते हुए जोर-जोर से तालियां बजाकर अपनी सेहत को कायम रख रहे हैं और सिर से लेकर पैर तक की तमाम बीमारियां से छुटकारा पा रहे हैं।

उनकी आंखों की रोशनी काला मोतियाबिंद होने की वजह से चली गई थी और वे दोनों आंखों से अंधे हो गए थे। डाक्टरों ने उनको देखने के बाद यही कहा कि आपकी दोनों आंखों में काला मोतियाबिंद हो गया है, इस पर कोई दवाई किसी किस्म का असर नहीं करती इसका एक ही इलाज है कि आपकी दोनों आंखों का बारी-बारी से आपरेशन होगा मगर आंखों में दुबारा रोशनी आने की कोई गारंटी नहीं है जिसके

कारण वह काफी परेशान रहने लगे क्योंकि वह आपरेशन से डरते थे।

दायें हाथ को बायें हाथ पर चोट मार कर ताली कभी नहीं बजानी चाहिए, हथैली पर चोट लगने से हाथ की खून की नसें व नाड़ियां दब जाती हैं और खून का सर्कुलेशन बिगड़ जाता है। जिससे कई बीमारियां पैदा हो जाती हैं।

दायें हाथ को बायें हाथ से टकराते हुए गलत ढंग की ताली बजाने से इनके बाल झड़ गये थे और सफेद भी हो गये, शरीर में ब्लड प्रेशर, छाती का दर्द, कब्ज, नजला-जुकाम-छीकें आना, नाक बंद रहना, सांस फूलना और भी कई बीमारियां पैदा हो गई थी इस गलती को सुधारते हुए दोनों हाथों को केंद्र में रख कर ताली बजाने से श्रीकृष्ण चंद्र बजाज के बाल भी दोबारा आ गये, काले भी हो गये, और कुल बीमारियां दूर हो गईं, सबसे बड़ा फायदा ताली बजाने का ये हुआ कि उनका थथलाना बिल्कुल बंद हो गया और 20/22 साल पुरानी बवासीर बिल्कुल स्वत्म हो गईं, अपनी ताली बजाने की लगन से ही इन्होंने अपने आपको पहले से 20 साल कम उम्र का नौजवान बना लिया है।

## नेत्रदान - महादान

अगर आप नेत्रदान, देहदान, अंगदान के बारे में किसी भी प्रकार की जानकारी व सहायता चाहते हैं या आप नियमित रक्तदाता बनना चाहते हैं तो हमसे सम्पर्क कर सकते हैं।



## मियांवाली वॉलन्टरी ब्लड डोनर्स एसोसिएशन

11-डी, एस.एफ.एस., पॉकेट-बी, विकासपुरी एक्सटेंशन, नई दिल्ली-110018  
दूरभाष : 25998970

संस्थापक अध्यक्ष : अशोक आहूजा - 9555722489

आज आप 77 साल के हैं  
किन् बीमारियों से मुक्ति हो सकती है?  
-डॉ. बी.एस. बंदी

- (1) बालों से संबंधित रूसी, बालों का झड़ना व गंजापन और उमर से पहले व खून में मिलावट की वजह से सफेद होना (सिर पर कोई डाइज प्रयोग न की हों। तो बाल काले हो जायेंगे।)
- (2) सिर या माथे का हल्का या तेज दर्द
- (3) दिमागी कमजोरी, थकावट, खांसी
- (4) आंखों की बीमारी, कमजोरी, धुंधलापन या काला मोतिया बिंद
- (5) दमा, ब्लड प्रेशर, शुगर, हार्ट अटैक, डिप्रेशन व दिल की अन्य बीमारियां
- (6) डेंगू, मलेरिया बुखार, बदन व जोड़ों के दर्द
- (7) फेफड़ों, जिगर, पेट, छाती व आंतों की बीमारियां
- (8) मोटापा व वजन ज्यादा होना, खूनी बवासीर, कब्ज, व पेशाब रोग, नींद का ना आना, स्वप्न दोष।
- (9) नज़ला, जुकाम, छींके, गैस का बनना व भूख न लगना।
- (8) सिगरेट व शराब की लत छोड़ने के लिये तालियां बजाकर तुरंत पेशाब करना चाहिए। ध्यान रहें, डॉ. के पास दवाई लाने में आपको 2 घंटे लगते हैं अपना इलाज खुद करने में सिर्फ 20 मिनट।

अतः आप 16 साल की उम्र के बच्चों से लेकर बूढ़ों तक बगैर शर्तों बिना किसी खर्च व कष्ट के लाभ उठायें।

किसी संत ने कहा है :-

करतल सो ताली देत राम मुख बोली  
बस जली तुरंत पातक पुजां की होली।

अर्थ : (हाथ से ताली बजाओ व मुख से राम बोलो तो एक दम पापों (रोगों) का नाश ऐसे हो जाता है। जैसे की होली जल जाती है।

## धूप-छाँव

-सोनल

जीवन एक गांव के समान है और इस जीवन गांव में बसने वाले वासी हैं-सुख और दुःख, जो क्रमशः आदिवासी व खानाबदोश लोगों के समान स्थिरता पूर्वक नहीं रहते।

इस जीवन में सभी पर अच्छे-बुरे दिन आते रहते हैं, परंतु जगत् रूपी सागर में जो मानव धैर्यता पूर्वक सद्करम करता हुआ बढ़ता चला जाता है वास्तव में वही इस जीवन नैय्या को पार कर पाता है, अतः इस जगत् रूपी सागर में बिखरी दुःखों की धूप में से अपनी जीवन नैय्या को सुखों की छाँव में लाने के लिए सद्करमों को ही इसका खैवय्या बनाना चाहिए।

करमों के कड़वे-मीठे फल तो सभी को चखने पड़ते हैं, परंतु इन फलों की कड़वाहट ही वास्तव में सच्ची मिठास है, अर्थात् करमों द्वारा मिलने वाली दुःखी रूपी फल खाकर भी जो विचलित नहीं होता व अपने धैर्य को नहीं हारता, वही सच्चा पथिक है।

कवि ने अपने गीत में जीवन का रूप कुछ इस प्रकार बांचा है :-

‘सुख दुख दोनों रहते जिसमें,

जीवन है वो गांव,

कभी धूप - कभी छाँव,

ऊपर वाला पाँसा फेंके, नीचे चलते दाँव,

कभी धूप - कभी छाँव।

# अपने माता पिता का सम्मान करने के 35 तरीके

संग्रहकर्ता : के. एन. नागपाल

1. उनकी उपस्थिति में अपने फोन को दूर रखो।
2. वे क्या कह रहे हैं इस पर ध्यान दो।
3. उनकी राय स्वीकारें।
4. उनकी बातचीत में सम्मिलित हों।
5. उन्हें सम्मान के साथ देखें।
6. हमेशा उनकी प्रशंसा करें।
7. उनको अच्छा समाचार जरूर बताएँ।
8. उनके साथ बुरा समाचार साझा करने से बचें।
9. उनके दोस्तों और प्रियजनों से अच्छी तरह से बोलें।
10. उनके द्वारा किये गए अच्छे काम सदैव याद रखें।
11. वे यदि एक ही कहानी दोहराये तो भी ऐसे सुनें जैसे पहली बार सुन रहे हो।
12. अतीत की दर्दनाक यादों को मत दोहराये।
13. उनकी उपस्थिति में कानाफूसी न करें।
14. उनके साथ तमीज से बैठें।
15. उनके विचारों को न तो घटिया बताये न ही उनकी आलोचना करें।
16. उनकी बात काटने से बचें।
17. उनकी उम्र का सम्मान करें।
18. उनके आसपास उनके पोते-पोतियों को अनुशासित करने अथवा मारने से बचें।
19. उनकी सलाह और निर्देश स्वीकारें।
20. उनका नेतृत्व स्वीकार करें।
21. उनके साथ ऊँची आवाज में बात न करें।
22. उनके आगे अथवा सामने से न चलें।
23. उनसे पहले खाने से बचें।
24. उन्हें घूरें नहीं।
25. उन्हें तब भी गौरवान्वित प्रतीत कराये जब कि वे अपने को इसके लायक न समझे।
26. उनके सामने अपने पैर कर के या उनकी ओर अपनी पीठ कर के बैठने से बचें।
27. न तो उनकी बुराई करें और न ही किसी अन्य द्वारा की गई उनकी बुराई का वर्णन करें।
28. उन्हें अपनी प्रार्थनाओं में शामिल करें।
29. उनकी उपस्थिति में ऊबने या अपनी थकान का प्रदर्शन न करें।
30. उनकी गलतियों अथवा अनभिज्ञता पर हँसने से बचें।
31. कहने से पहले उनके काम करें।
32. नियमित रूप से उनके पास जायें।
33. उनके साथ वार्तालाप में अपने शब्दों को ध्यान से चुनें।
34. उन्हें उसी सम्बोधन से सम्मानित करें जो वे पसन्द करते हैं।
35. अपने किसी भी विषय की अपेक्षा उन्हें प्राथमिकता दें...!

सभी के माता पिता को  
सत् सत् नमन...!!!

## SPACE AVAILABLE

### COMFORTABLE, AIR-CONDITIONED SPACE

(Party Hall with One Room at Ground Floor and Two Rooms with Party Hall and Dinning Hall at 1st Floor)

Space available for Social / Religious Functions

Small Parties and Stay of Small Groups on

## CHARITABLE BASIS

Contact

Manager, DERAWAL BHAWAN

F/27-28, Kirti Nagar, New Delhi - 110015 Ph. : 011-25936132, 9250810522

E-mail : delhi@derawalsahayaksabha.com | info@derawalsahayaksabha.com

Web : www.derawalsahayaksabha.com

# मिलनसार बनें जीवन को उत्सव बनायें!

- प्रीति गोगिया

ज़िंदगी जीना एक नायाब कला है, उत्सव नुमा है। सकारात्मकता एवं मिलन सारिता की चाशनी से ओत-प्रोत है। किलकारियां मारना, मुस्कराना, खुलकर हंसना, बचपन से हम करते हैं। जीवन में उत्साह, उमंग से मंगलमय बनाइये। अनाड़ी ड्राइवर को बीएमडब्ल्यू दे दीजिए। फिर देखिए क्या अश्रु होता है गाड़ी का। हम सभी बहुत खुशनसीब एक अजीम विभूषित तोहफा दिया है परवर दिगार ने हम सबको। यह उनकी अत्यन्त अनुकम्पा एवं अनुग्रह है। एक हम हैं उस अनाड़ी ड्राइवर की तरह इसका दुरुपयोग कर रहे हैं। शरीर एवं मन के व्यसनो से इसकी दुर्गति बना रखी है। ईर्ष्या, द्वेष, क्रोध, अहंकार जैसे विकारों से इस को बीमार, बूढ़ा बना दिया है। याद रखिए, कोई और जिम्मेवार नहीं! केवल आप स्वयं इसके प्रति उत्तरदायी हैं। आप का 'ज्ञान', 'बुद्धि', 'विश्वास' के अलावा आपके सपने अंतर्मन की इच्छाओं से जुड़ी हैं। इन्हें मारिये नहीं। उचित दिशा निर्देश दें। सपनों को जीवंत रखें। सही पॉजिटिव ज्ञान एवं पूर्ण विश्वास के साथ सकारात्मक इच्छाओं से आगे बढ़िए। अगर नहीं बढ़ेंगे, रूक गये, माना अटक गये। बैठ गये, माना गोया हो गये। तुरन्त सतत् चल पड़ें, रास्ता खुद-ब-खुद मार्गदर्शक बन पांव पसारे आप का इस्तक़बाल करेगा!

## जीवन एक संघर्ष :

जीवन संघर्ष का दूसरा नाम है। ज़िंदगी की गाड़ी कभी भी रेल की पटरियों पर नहीं चलती। बड़े बड़े महापुरुषों के जीवन का अवलोकन करिए, आप पायेंगे उन्होंने संघर्षों के माध्यम से ही मंजिलें हासिल की। 'हर फिक को धुएं में उड़ाता चला गया.....' जरा याद करिए 'साहिर' के इन खूबसूरत लफ़्जों को! संघर्षों के मध्य जीवन को उत्सव बनाना ही, सही मायने में जीवन जीने की कला है।

## जीवन एक संगीतनुमा उत्सव :

भारतीय संस्कृति बेमिसाल है। यहां की संस्कृति में नृत्य, संगीत एवं पेंटिंग जैसी कलाओं पर विशेष

तौर पर जोर दिया है। समाज में साम्प्रदायिकता, नफ़रत, लालच, युद्ध एवं जहरीली धार्मिक अंधपरम्पराओं एवं नेगेटिव पॉलिटिकल विचार धाराओं को दूर करने का सशक्त माध्यम है।

## खुद को असहाय महसूस न करिए :

जीवन को उत्सवनुमा बनाना एक प्रकार की आराधना है। आप मंदिर जायें या न जायें, मंदिर की घंटियां बजायें या न बजायें, जीवन में खिलखिलाकर मुस्कुराकर पॉजिटिव भाव से ईश्वर का परवर-दिगार का हर लम्हें शुक्राना अदा करते रहिए। प्रभु प्रसन्न होंगे। जो आपकी हाजिरी के नहीं बल्कि आपके 'भाव' के भूखे हैं। सामूहिक आत्महत्याएं समाज पर कलंक बनी हुई हैं। इसके मूल में हमारी सोच, अंध धार्मिक कर्मकाण्ड, प्रवृत्ति एवं शुद्र नेगेटिव विचार हैं।

## धार्मिक स्थलों के बावजूद मन शांत नहीं :

हर शहर, कस्बे एवं गांव में धार्मिक स्थलों का इज़ाफ़ा हुआ है। लोग धार्मिक हो रहे हैं। अच्छी बात है। लेकिन लोगों के 'मन शांत नहीं'। क्या कारण है? तीर्थ स्थान भी हो आये। धन एवं समय भी खूब खर्च किया। मन फिर भी शांत नहीं!

## स्वस्थमय आध्यात्मिक जीवन जीने का सलीका नहीं!

दृष्टिकोण नज़रिया बदलिए एवं सारी दुनियां आपके हक में सौन्दर्यमय दिखने लगेगी। वेदों, उपनिषद्, गीता, रामायण एवं शास्त्रों का भी यही निचोड़ है। सभी में 'जीवन जीने की कला' समाहित है। और हम रटू तोते की तरह उनके मंत्र दोहराते चले जाते हैं। न उन्हें समाहित करते हैं न जीवन में उतारते हैं न उनमें छिपे गुह्य सदेशों ईशारों को नहीं समझते हैं!

## चित्त बीमार है :

यदि आपके विचार जीवन जीने से अधिक जीवन से भाग जाने को सही मानते हो, तो इसका

अर्थ यह है कि आपका चित्त बीमार है। इसलिए आपका मनन-चिंतन-पाठ-पूजा सब बेमानी है। आगे ऐसे नेगेटिव विचार के रहते, आप के इन्हीं विचार के अनुरूप ही आपका आचरण भी होगा।

**ज्ञान कैसा ?**

ज्ञान ऐसा होना चाहिए जो ऐसे नेगेटिव विचारों को बदलें। जीवन को बदलें। जीवन को सुंदरतम् बनायें। जीवन की श्रेष्ठता को प्रगट करे। जीवन को एक कलात्मक रूप दे सके। इसी ज्ञान के सहारे, आप जीवन को खुशनुमां सफल बना सकते हैं।

**जीवन रस पूर्ण :**

जीवन तो सही मायनों में रसपूर्ण है। अनुपम विलक्षण सुंदर गाथा है। लेकिन जरा सामाजिक पहलू पर दृष्टि डालिए। दरअसल हमारा ज्ञान ऐसा हो गया है, जो दूसरों को दुःख देने पर, सताने पर तथा खुद को सुख देने पर 'रस' लेता है। ऐसी प्रवृत्ति आत्मग्लानि से जल्द-से-जल्द मुक्ति पाइये। ज्ञान की गहरी सुदृढ़ फाउंडेशन तभी निर्मित कर पाइयेगा। जीवन की यही आनंद-रसपूर्ण दृष्टि ही आप को मानव से महामानव में परिवर्तित करेगी।

**सामान्य सरल नैसर्गिक बातें :**

जीवन की इस विकास यात्रा में बातें जितनी सामान्य, सरल एवं नैसर्गिक होंगी, उतना ही आप जीवन को अनुपम गति दे पाएंगे। इस बोध में जीना अपूर्णता के विषय में चिंतारहित होना है। इस आस्था में 'अद्वैत का मार्ग' छुपा है। यही आस्थावान चित्त की पराकाष्ठा है। टेढ़े-मेढ़े शब्दों, प्रतीकों एवं भाषा के कारणों में उलझना, भटकना नहीं!

जीवन ही ईश्वर है। जीने की खोज में जुस्तुज्जु करें। पुरानी घिसी-पिटी अंध परंपराओं एवं सामाजिक रूढ़ीवादियों से निजात पायें। जीवन को सत्यम्, शिवम्, सुंदरम् बनाना है। जहां 'सत्यता', 'शुभता', 'सुंदरता', 'खुशियां', 'प्रेम', 'उत्सव', 'सकारात्मकता' एवं 'ऐश्वर्य' से सब भरा-भरा हो। अनैतिकता से बचें। प्रेम-ध्यान-योग हमारी उच्च सांस्कृतिक परंपराएं हैं। जीवन को इनमें समाहित करें।

*फिर देखिए, रूपांतरण होगा। जिंदगी एक खूबसूरत अफसाना बन आपको समाज, देश विश्व में रोशन करेगी।*



**CHARITABLE DENTAL UNIT**



**Derawal**  
Health Care Centre

**DERAWAL BHAWAN, F/27-28, Kirti Nagar, New Delhi - 110015 Ph. : 011-25936132, 9250810522**

**NOW OPEN 5 DAYS A WEEK**

**Daily (Mon., Tue., Thu., Fri. & Sat.) Time : 3.30 pm to 5.30 pm**

**Dr. NEERAJ SHARMA**

**B.D.S., M.B.A., PGDHHM, 9811178938**

**(Monday & Friday)**

**Dr. GAGANPREET KAPOOR**

**B.D.S., FWCLI (U.S.A.), FRCS (Scotland), DIP (Aesth),  
9899373660, 9810491106**

**(Tuesday, Thursday & Saturday)**

## दरिद्रता अभिषाप है..... - प्रो. सुदेश गोगिया

सदा दुःखी रहना। अविवेक द्वारा अपने शरीर एवं मन को अस्वस्थ बनाना हमारी नियति नहीं है। प्रकृति ने हर प्राणी में क्षमताएं कूट-कूट कर भरी हैं। विचारणीय है कि ये सभी क्षमताएं सुप्त रूप में पड़ी हैं। ईश्वर भी ऐसे लोगों को प्राप्त नहीं होते। सदा डिप्रेशन, डिमेंशिया से पीड़ित रहना, अपने को दीन-हीन, दलित, दुःखी, दरिद्र एवं अभावग्रस्त समझना, क्या कर्मों का फल है? इसका किसी विशेष जाति, सम्प्रदाय या मज़हब-धर्म से कोई सम्बन्ध नहीं। कुछ लोग जिंदगी भर बैसाखी के रूप में कोटे रिजर्वेशन के चक्कर में अपनी निजी क्षमताएं गंवा बैठते हैं। क्या यह सब स्टेट की जिम्मेवारी है? अपनी अकर्मण्यता का दोष दूसरों पर मढ़ना केवल इनके मन के विकार हैं।

### मानसिक सकून एवं शांति :

ऐसे लोग परिश्रम नहीं करते, दूसरों के दिये गोचन्दा एवं रोटी-रोजी के बल जीवनयापन करते हैं। इन्हें दर-दर भीख मांगने पड़ जाने की आदत पड़ जाती है या जो अपनी ज़मीर बेच कर दूसरों के ऐश्वर्य या धन पर नज़रें दौड़ाये रहते हैं। उन्हें कभी मानसिक सकून एवं शांति नहीं मिलती। सांसारिक भोगों से भी वंचित रहते हैं।

जीवन में सर्वोपरि आनंद पाने की कुंजी है “सात्त्विक कृत्तियां”

अपनी इन अनमोल वृत्तियों के महत्त्व को समझिए! तलाशें, इनका संचय कर जीवन को सुखी एवं आनंदमय बनाना हम सब का मानवीय कृत्य है।

### धन - शक्ति का सदुपयोग करें :

जिस प्रकार धन-दौलत द्वारा आप दुनिया की कीमती, महंगी से महंगी हर चीज़ खरीद सकते हैं उसी प्रकार अपनी इन सात्त्विक

वृत्तियों एवं शक्तियों द्वारा जीवन में आनंद से पूर्णतया जीवन व्यतीत कर सकते हैं। सदा शारीरिक, मानसिक रोगी निर्बल अशक्त रहने वाला व्यक्ति क्या जीवन को भोग सकता है? ईश्वर की दी हुई इस अनमोल अद्भुत निधि को बेकार कर बैठता है। उत्तम से उत्तम खाद्य पदार्थ भी उसे ‘जहर’ लगते हैं। बढ़िया-से-बढ़िया मौसमी मीठे आमों से उन्हें ‘शूगर’ लगती है। कुदरत के ऐसे अनूठे खजानों से अनभिज्ञ रहते हैं। इन्द्रिय भोग वे क्या भोगेंगे?

### शक्तियों के भंडार :

आप की शिक्षा, स्वास्थ्य, निजी धन एवं अनुभव ये सब पुरुषार्थ आप के शक्तियों के भंडार हैं। जिनके पास ये भंडार हैं, वही सही मायनों में धार्मिक है। इन गुणों से ही आपकी धार्मिकता छलकती है। आप वैभव एवं ऐश्वर्य सम्पन्न हैं। सदा दुःखी रहना ‘पाप’ है। यह किसी मायनों में धार्मिक कृत्य नहीं है! और शरीर को रोगी रखना तो ‘महापाप’ है। अपने को ‘दलित’ एवं ‘अभावहीन’ समझना न तो यह ईश्वर ने दी है न ही यह आप की नियति है। किसी ‘सरकार’ पर बोझ मत बनिये न ही इसे अपने हक का प्राय बनाइये। आप अपने पुरुषार्थ एवं परिश्रम के बल पर खड़े हो आगे बढ़िए। अपने जन्म मां-बाप या अपनी जाति सम्प्रदाय को दोष न दीजिए। क्या केवट, कबीर, कलाम, श्रीराम को मीठे बेर खिलाने वाली, शबरी जैसे लोग ऊंची जाति या सम्प्रदाय से ताल्लुक रखते थे? अपनी योग्यता एवं परिश्रम के बल पर जीव में आगे बढ़ते गये। भारत 70 वर्ष की आजादी के बाद अब प्रोढ़ हो चुका है। कब तक इस जाति, बिरादरी, धर्म-सम्प्रदाय इत्यादि के आधार पर वोट बैंक बना, लोगों को

बेसाखी के सहारे से जीवन यापन करने में मजबूर रखेंगे। बेसाखी रहित इन्हें खुद अपने पैर पर खड़ा होने का 'साहस' एवं 'हिम्मत' प्रदान करें। लोग भी स्वयं अपने पैरों पर खुशी-खुशी जीवन की यात्रा तय कर आनंदित महसूस करेंगे।

### दैवीय शक्ति :

पॉजिटिव ऐटीट्यूड, सात्त्विक दृष्टिकोण, सत्य निष्ठा प्रवृत्ति, उदार-नम्र व्यवहार ही आप की दैवीय निधि एवं शक्तियां हैं। यह सब आप की निजी सम्पदाएं हैं। आपका मंदिर आपके जीवन में घट गया। आप आर्थिक रूप से भी सम्पन्न हो गये। अब आप को अधिक धन उपार्जन एवं कोठी-जायदाद, बैंक बैलेंस की तृष्णा ही न रही। आप मालामाल हो गये। आप में 'संयम' रूपी गंगोत्री की गंगा जीवन में उतर गई। निम्न प्रवृत्तियां जो आप को कलह, क्लेश पाप एवं तापों में ढकेलती थीं, उनका समूल नष्ट हो गया।

### संगीत आदर्स :

जो विषय आपकी जिंदगी में नहीं थे उनका आपके जीवन में प्रादुर्भाव हुआ। अब आप संगीत, आर्ट, पेन्टिंग, बागवानी, पौधारोपण से भी जुड़ जायेंगे। एक अद्भुत खजाना मिल गया। आपको विदित हो गया जिन लोगों ने इन सात्त्विक गुणों की उपेक्षा कर केवल धन अर्जित किया था, केवल पैसा कमाना ही जीवन का लक्ष्य बना लिया था, वे लोग आत्मिक दृष्टि से आप की नज़रों में मूर्ख एवं अयोग्य ठहराये जायेंगे।

एक महान् दार्शनिक इमर्सन कहते हैं, "मेरी एक जेब में स्वर्ग है, तो दूसरी जेब में नर्क। मुझे नर्क भेज दीजिए, मैं अपनी सात्त्विक दृष्टि से स्वर्ग बना दूंगा।"

विचारों में प्रचंड शक्ति है। उत्कृष्ट पॉजिटिव विचारों से नर्क को भी स्वर्ग में

परिवर्तित किया जा सकता है। ईर्ष्या, द्वेष, परनिन्दा, क्रोध, अहंकार जीवन में कहां टिक पायेंगे? भाग खड़े होंगे।

विचारों से ही मन बनता है :

सतत् आते जाते विचारों से 'मन' बनता है। हर पर हर लम्हे विचार उत्पन्न होते रहते हैं। "निरन्तर अभ्यास साधना से अशुभ विचारों पर अंकुश लगाया जा सकता है।" भगवान् श्रीकृष्ण गीता में दिव्य सदेश देते हैं। महापुरुष वही कहलाते हैं जो अपनी विषम परिस्थितियों के दास न बन कर परिस्थितियों को अपना दास बनाकर अपने मजिल-ऐ-मखसूद लक्ष्य पर पहुंचते हैं। मन की दिशा मोड़िये, चमत्कार घटेगा। उर्ध्वमुखी बनाइये। पॉजिटिव, क्रीयेटिव एवं सृजनकारी विचार ही अभियान बनकर समाज, देश, राष्ट्र एवं विश्व के उत्थान-कल्याण में सहायक होते हैं! ख्याति का परचम फहरा कर उच्च श्रेणी का सम्मान भी पाते हैं।

गीता में श्रीकृष्ण द्वारा कहा गया :

"असंशयं महाबाहो मनोदुर्निग्रहं चलम्।  
अभ्यासेने तु कौन्तेय वैराग्येण च गृह्यते॥"

(अर्जुन् निःसंदेह मन चंचल है, बड़ी कठिनाई से वश में होने वाला है, लेकिन हे कौन्तेय! यह 'अभ्यास' और 'वैराग्य' के द्वारा वश में किया जा सकता है)

चित्त को लगाइये। वैराग्य द्वारा वश में करने के लिए बार-बार प्रयत्न का नाम ही 'अभ्यास' है। देखी-सुनी एवं विषय-वस्तुयें 'राग' अर्थात् 'लगाव' का त्याग वैराग्य कहलाता है।

आज विश्व को ज्ञानवान, प्रकाशवान एवं शक्तिवान बनाने के लिये चिर-प्राचीन भारतीय सद्गुरू शिष्य परंपरा की पुनरावृत्ति की नितांत आवश्यकता है।



## आज का युग

-चतुर्भुज अरोड़ा, ER. रिटा.अधिशासी अभियंता, दि.वि. बोर्ड

उन्हें मैं कैसे समझाऊं,  
जिनके विचार बने कसैले,  
कैसे उनके दिल से निकालूं,  
लाख सफाई मैं जो देता,  
उतना ही मैं घिरता जाता।

शक और नफरत से वो देखें,  
जिनको अब तक अपना समझा,  
उन पर अपना प्यार लुटाया,  
जीवन का आधार बनाया,  
इसमें दोष नहीं किसी का।

समय चक्र जब उल्टा चलता,  
इन्सान अपना संतुलन खोता जाता,  
पैसे का लालच बढ़ता जाता,  
रिश्ता नाता नजर ना आता,  
आदर भाव खत्म हो जाता।

बेटा बाप को सबक सिखाता,  
सीधे-साधे पन को छोड़ो,  
होशियारी को तुम अपनाओ,  
लेकिन मेरे लिए बेवकूफ ही रहना,  
पैसा मैं जब जब भी मांगू,  
बिना हिचक के देते रहना।

भाई को छोड़ो बहनों को छोड़ो,  
बस मेरे लिए तुम जीते रहना,  
मैं उसको कैसे बतलाऊं,  
जिस दौर से मैं गुजरा हूँ,  
वो दौर था सीधा सादा,  
अपने पन और प्रेम प्यार का।

उस युग में नहीं थी होशियारी  
सभी भरे होते थे प्रेम प्यार से  
लालच का कोई काम नहीं था  
बड़े बुजुर्गों का होता सम्मान वहां था  
चलता बुजुर्गों का राज वहां था।

पर आज सब उलट गया है,  
बच्चा अब बाप का बाप बना है,  
जैसे चाहे वैसे मोड़े, नहीं तो बूढ़ा घर को छोड़े।  
इस तरह बुजुर्ग लाचार हुए है,  
बड़े बुजुर्गों अब तुम सोचो,  
ऐसे हालात में कैसे जीना है,  
इसका भी कुछ हल तुम ढूँढो।

## रोटी शायरी (संकलित)

-चतुर्भुज अरोड़ा, ER. रिटा.अधिशासी अभियंता, दि.वि. बोर्ड

1. न वो आ सके न हम कभी जा सके,  
न दिल का दर्द किसी को सुना सके,  
बस बैठे है यादों में उनकी,  
न उन्हेने याद किया, न हम उनको भुला सके।
2. जब मुझमें मोहब्बत ही नहीं तो रोकते क्यों हो,  
तन्हाई में मेरे बारे में सोचते क्यों हो,  
जब मंजिलें जुदा हैं, तो जाने दो मुझे  
लौट के कब आओगे पूछते क्यों हो।
3. कीमत बता तू मुझे सजा-ए-मोहब्बत की,  
बहुत तकलीफ होती है, तेरी यादों की सलाखों में।
4. निगाहों से कत्ल कर डालो, न हो तकलीफ देनें को,  
तुम्हें खंजर उठाने की, हमें गर्दन झुकाने की।
5. मौत तो सिर्फ नाम से बदनाम है  
वर्ना तकलीफ तो जिन्दगी ही ज्यादा देती है।  
और बीबी भी सिर्फ नाम से बदनाम है  
वर्ना तकलीफ में सिर्फ वही साथ देती है  
पहाड़ जैसे सदमें झेलती है उम्र भर लेकिन  
बस इक औलाद की तकलीफ से टूट जाती है मां।

# INDIAN BOOK DEPOT (MAP HOUSE)<sup>®</sup>



2937, Bahadurgarh Road, Near Sadar Bazar, Delhi-110006.

B.O. : WH-78, Mayapuri Industrial Area, Ph-I, New Delhi-110064

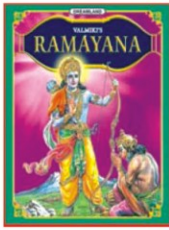
Tel. : 011-28115454

*Educational Publisher of :-*

**Children Books, Maps, Charts & Geographical Atlases**



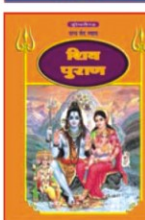
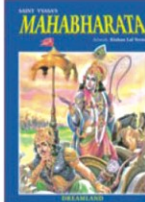
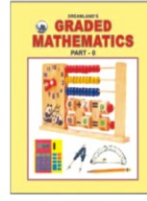
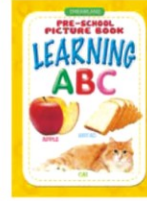
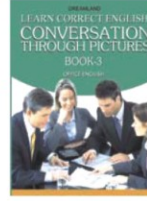
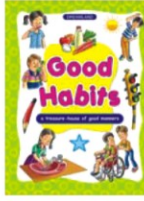
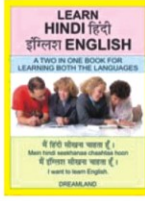
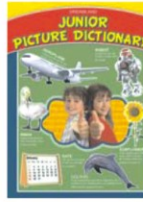
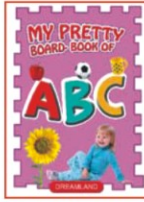
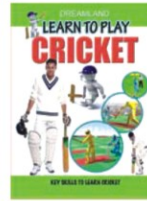
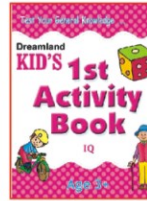
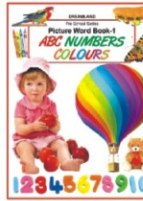
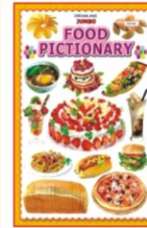
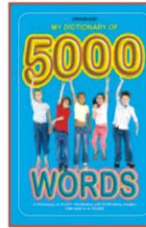
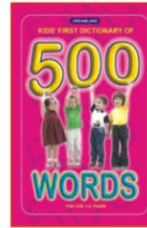
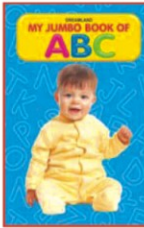
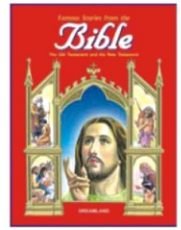
Tel.: (011) 23673927, 23523635 Fax : 011-23552096  
Website :- [www.ibdmaphouse.com](http://www.ibdmaphouse.com), Email :- [info@ibdmaphouse.com](mailto:info@ibdmaphouse.com)



# DREAMLAND

## QUALITY BOOKS & CHARTS

### FOR QUALITY EDUCATION



Published by  
**DREAMLAND PUBLICATIONS**  
 J-128, Kirti Nagar, New Delhi -110 015 ( India )

Phone : 011-2510 6050 Fax : 011-2543 8283  
 e-mail : dreamland@vsnl.com  
 Shop online at [www.dreamlandpublications.com](http://www.dreamlandpublications.com)

# DERAWAL PATRIKA

Registered with Registrar of News Paper  
For India under Registration No. 7046/62

Postal Regn. No. DL(W)10/2082/18-20  
Posted at Naraina Indl.Area, N.D.-28  
Date of Printing : 18<sup>th</sup> SEP. 2018  
Date of Posting : 20/21 SEP. 2018

INSIST ON BUYING



Transparent Tagging



100% Certified



30 Days Money Back



1 Year Warranty on all products



Save over 45% from Big Brands  
& Online Stores



Lifetime Exchange



Transparent Billing

**B BAWA**  
jewellers pvt. ltd.

SINCE 1928

A-24, Tagore Market, Kirti Nagar,  
Najafgarh Road, New Delhi-110015  
(Opp. Metro Pillar No. 331)  
TEL. : 011-2593 8567, 2546 6210  
Mob. : 78470 04700  
**(Friday Closed)**

*If undelivered, please return to :*

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.) F/27-28, Kirti Nagar, New Delhi-110015  
TEL. : 011-25936132, 9250810522