# DERAWAL PATRIKA डेरावाल पत्रिका

December 2019

# 60<sup>th</sup> ANNUAL DERAWAL DAY

On Sunday, the 29th December, 2019



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

Derawal Bhawan, F-27&28, Kirti Nagar, New Delhi -110015

Tel.: (Delhi) 011-25936132, 9250810522, (Haridwar) 01334-227221

E-mail: delhi@derawalsahayaksabha.com | Web.: www.derawalsahayaksabha.com

# INDIAN BOOK DEPOT





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

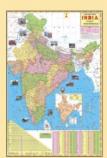
B.O.: WH-78, Mayapuri Industrial Area, Ph-I, New Delhi-110064

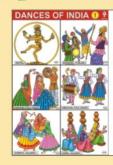
Tel.: 011-28115454

Educational Publisher of:-

Children Books, Maps, Charts & Geographical Atlases

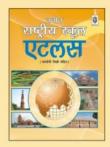


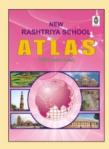


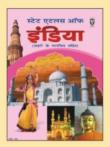




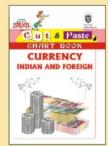




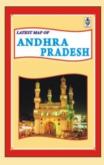


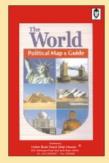




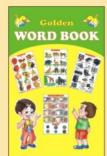






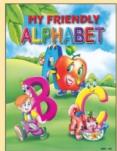




















Tel.: (011) 23673927, 23523635 Fax: 011-23552096 Website:- www.ibdmaphouse.com, Email:- info@ibdmaphouse.com

# DERAWAL PATRIKA

सम्पादक मण्डल

MONTHLY

चेयरमैन एम.एम. मेहता

मुख्य संरक्षक रवि खेड़ा

प्रकाशक एम.एम. मेहता सम्पादक एल•एन• मेहता प्रधान इन्दर कुमार ढिंगड़ा

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

Vol.: 58

No.: 12

DECEMBER - 2018

PRICE: ₹ 200.00 (Annual)

Owner:



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

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

#### **DERAWAL BHAWAN**

Bhalla Road, Haridwar Phone: 01334-227221

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-110018 Ph.: 9891422416, 9810626787

Proof Reader:

#### SITA RAM BHUTANI

F-36, Kirti Nagar, New Delhi-15 Phone: 25460381

#### RAKESH MINOCHA

F-10 B, Kirti Nagar, New Delhi-15 Mob.: 9312232161

Printed at:

#### **EMKAY PRINTERS**

F- 75, Kirti Nagar, New Delhi-15 Ph.: 41425446, 9312241788 E-mail : anujf75@gmail.com

#### **IN THIS ISSUE**

IN THIS IS	SUE	
Our Founding Fathers	_	05
Architects of Sabha	_	07
Apeal - Generous Donations for Noble Cause	<del></del>	09
Our Chief Patrons & Our Illustrious Presidents		11
Editorial - Annual Derawal Day A Day for Reckoning!	Editor	13
Message from Smt. Meenakashi Lekhi		14 15
Message from Shri Shiv Charan Goel	<u> </u>	16
Message from Shri Subhash Sachdeva Message from Shri Vipin Malhotra	_	17
Message from Shri Megh Raj Khera		18
Message from Shri Madan Mohan Mehta	_	19
Message from Shri Ravi Khera	_	20
Message from Shri Rakesh Ahuja	_	21
Message from Shri A.S. Chaudhary Message from Shri D.P. Minocha	-	22
		23
Message from Shri Girish Mehta Message from Shri Inder Kumar Dhingra	<del>-</del>	24 25 27
Know Your Sabha		27
Detail of Persons above 85 years		32
Detail of Persons above 90 years		32 34 35 37
Secretary's Report	Shri Hans Raj Kalra	35
Our Honoured Presidents & Guests of Honour at Annual Derawal	_	37
List of Office Bearers	_	38
List of Qur Honoured Members/Guests at Annual Derawal Days	<u></u>	40
मानव जीवन का कल्याण मार्ग	श्री हंस राज कालड़ा	42
Donation All India Derawal Sahayak Sabha	November-2019	42
Glimpses of 59th Annual Derawal Day on 16th Dec. 2018	्री जेग कमा मिलेला	45
डेरावाल स्वास्थ्य केन्द्र Wishes a Very Happy & Joyful Birthday	श्री नरेश कुमार मिनोचा	51 53
Wishes a Very Happy & Joyful Birthday List of Our Honoured Members & Awards	_	54
Donation for Langar - 2019	_	54
	Shri M.L. Bhutani / Shri Y.K. Bhutani	55
Matrimonial Service, Kirti Nagar Matrimonial Service, South Delhi	Shri Ashutosh Sharma	56
डेरावाल सेवा संघ (रजि.)	श्री डी.पी. मिनोचा	57
Donation Derawal Sewa Sangh	November-2019	58
गज़ल शेरो - शायरी	ई. चतुर्भुज अरोड़ा	58
गायत्री मत्र क्यों / ऊँ 'ओम्' तीन अक्षरों से बना है		59
भयमुक्त जीवन ही सुखमय जीवन	श्रीमती कुश्ल गोगिया	60
लिखते लिखते	प्रो. सुदेश गोगिया	61
''सेवा''/ अमृतवाणी	श्री डीं.पी. मिनोचा	63
क्यों में हिन्दू हूँ? धर्म क्या है?	श्री सुदर्शन पाहवा	64
धर्म क्या है?	श्री अभिषेक पाहवा	65
Glimpses of Retreat Function held on 16th Feb. 2019	<del>-</del>	69
Glimpses of Health Checkup Camp on 17th March. 2019	- > >	73
Depression in 21st Century How to Combat	प्रो. सुदेश गोगिया	75
औरों के हित जो जीता है	श्री धर्मपाल मिनोचा	77
ज्रा सोचिए?		77
कुछ लम्हें अपने साथ बिताइये! / दिल्ली सरकार	कु. प्रीति गोगिया / ई. चतुर्भुज अरोड़ा	78
सफलता का सूत्र : छोटे से छोटे काम को लेकर सम्मान भाव	प्रों. सुदेश गोगिया	79
साइलेंट हार्ट ओटैक	डॉ. रींटा वाही	81
वरदान हैं हमारे बुजुर्ग	श्रीमती रचना चावला	82
Glimpses of Health Jyot Yatra at Haridwar on 7th April 2019		85
नागरिक्ता संशोधित बिल	ई. सी.बी. अरोड़ा	91
श्रद्धा और सुमर्पण / चिंता और चिंत्न	श्रीमती विमल बुद्धिराजा	92
वास्तुशास्त्र के अनुसार तिजोरी रखने की जगह/अपनो की परख	श्री प्रभुदयाल सतीजा	93
शाकाहार और स्वास्थ्य	श्रीमत् करूणा पाहवा	95
हर जीव दी अपणी - अपणी ख़ासियत	प्रो. जोगिन्दर मदान	96
5 Food to Cleanse / 5 Workouts to Go with a Detox Diet	T	97
My Resolution : New Year	Ms. Prity Gogia	98
Store Water in Copper Vessl/ Benefits of Copper		99
Sciatica	Yog Therapy	100
Special Thanks to All Advertisers Life Membership Application Form		101 102
10 Things Everyone Should Know About Organ Donation	Ms. Sunayana Singh	104
10 Things Everyone Should Know About Organ Donation Sweet Rememberance - "Late Smt. Bimla Verma"	Dr. R.S. Verma	112
Cover Pages		1-2 & 115-116
A STATE OF THE STA		

लिखक 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).

# With best compliments from:

# Madan Mehta

**ESTD.1976** 

# ADVANCE DYNAMICS ADVANCE TRADERS

The Industry with advance material handling equipments & Turn-Key Project









Office:

F-35, Central Market, Kirti Nagar,

New Delhi - 110015

Phone: 9811067527, 25415138, 45724031

Fax: 91-11-25449597

E-mail: dynamics45@yahoo.com | www.advancedynamics.net



# ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

# Our Founding Fathers



Late Shri Ram Nath Sachdeva



Late Shri Bhagwan Dass Mehta



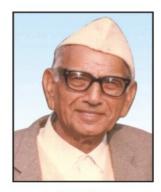
Late Shri Sohan Lal Huria



Shri Megh Raj Khera



Late Shri Hira Nand Mehta



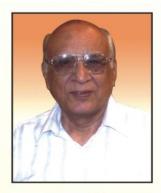
Late Shri Parma Nand Mehta



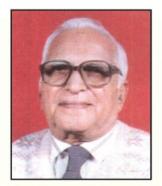
Late Shri Amar Nath Mehta



Late Shri Radhey Sham Dhingra



Late Shri Mohan Lal Mehta



Late Shri Hakim Tirath Dass Mehta



# PHILCO STAINLESS STEEL

Manufacturers & Exporters of

#### S.S. Utensils and Kitchenware

















# **PHILCO INDUSTRIES**

A-6/2, Mayapuri Ind. Area, Phase -II, New Delhi-110064

Tel: +91-11-28115050, (M) 9313695262

E- Mail: info@philcoind.com, Website: www.philcoind.com



# Architects of Sabha



Late Shri B. D. Mehta Founder of Derawal Bhawan and Founder of Derawal Sewa Sangh (Regd.)



Late Shri H. C. Bhutani Who laid the foundation stone of Derawal Bhawan, Kirti Nagar in December, 1960



Late Shri R. N. Sachdeva
Founder and the First President
of
All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.)

# सभा के प्रेरणास्रोत



Late Sh. Ballu Ram



Late Sh. N. D. Gogia



Late Sh. G. D. Nangia



Late Sh. S. M. Chawla



Late Sh. R. S. Lal



Shri Rakesh Ahuja



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

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

Bank Name : All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.)

Details: Name of Bank : Corporation Bank

Branch : Kirti Nagar, New Delhi-110015

Account No. : 520401000076469 IFSC Code : CORP0000573

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

F-27&28, Kirti Nagar, New Delhi-110015 • Tel : (Delhi) 011 2593 6132 (Haridwar) 01334-227221 Email: delhi@derawalsahayaksabha.com • Web: www.derawalsahayaksabha.com

# APPEAL GENEROUS DONATIONS FOR NOBLE CAUSE

"Only memories remain, in the minds of those People that we have helped!"

#### Respected All,

Many years back, in an effort towards social well-being of the society especially the weaker sections, All India Derawal Sahayak Sabha, had set up a Homeopathy Dispensary in Derawal Bhawan, Kirti Nagar, on charitable basis. It was a humble beginning and the Dispensary was established initially under the patronage of late Shri Sham Lal Ji Mehta. The service was quite popular and was running well. Further on, there had been an era of alternate medicine and keeping in view the needs of the people, the Sabha introduced facilities for Ayurvedic treatment for sufficient long time. Homeopathic Dispensary now in Derawal Bhawan, Kirti Nagar, New Delhi, under the complete control of highly qualified Dr. Rita Wahi is in existence since 1996 and has much popularity in the vicinity & far of areas.

Over the years, All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) had been considering various options for proper utilization of space available in the Bhawanat Kirti Nagar. Free Health Check Up Camps were being organized every year by late Shri G.D. NANGIA and Shri RAKESH AHUJA (**Dera Rattan's**) in coordination with the Sabha. Shri Rakesh Ahuja, the back-bone of the Health Care Project had been anxious for promoting the Noble Cause, since long but the project could not be materialized for one reason or the other and it could take shape only in May, 2015.

Meanwhile, Derawal Sewa Sangh came forward to get materialized the project of Health care Centre and offered to shared the funds, which were contributed by Derawal Sewa Sangh with the efforts S/Shri Ravi Khera & Girish Mehta for old age Home. The said funds were utilized for setting up of **Physiotherapy Centre** at Derawal Bhawan Kirti Nagar.

Furthermore, the space provided in the Bhawan to be used for the purpose, was got furnished as fully air-conditioned to give it a look of a modern Health Care Centre. It was finally on 10th May 2015 that **Charitable Derawal Health Care Centre** became functional in Derawal Bhawan, Kirti Nagar, New Delhi-110015.

As an additional step along with the Homeopathy facility already available, the physiotherapy facilities with the latest digital Equipment's with well-qualified Therapist are now being provided since then. **The Sabha has been putting its utmost efforts to serve the community and keep the Derawal Health Care Centre as one of the best centers in the vicinity.** 

In addition, a **Dental Unit** has been established on the first-floor premises of Derawal Bhawan(Part of Derawal health Care Centre), duly furnished and well decorated, provided by Sabha. For this Unit Rotary Club of New Delhi has donated the ultra-Modern Dental Chair with latest equipment's and medical accessories, for which gesture utmost efforts made by Shri Girish Mehta one of the patrons and now Administrative Trustee of the Sabha were very much appreciated. This unit is now running successfully since its inception i.e. 26<sup>th</sup> March 2016 and is open for five working days under the care of two Specialized Doctors.

One more unit i.e. **Eye Care Centre** has also been established in a separate portion of first floor of Derawal Bhawan, duly furnished and well decorated, provided by the Sabha. For getting set up this unit (A Dream Project) all credit goes to Shri Rakesh Ahuja, one of the patrons and administrative trustees of the Sabha and Founder member of Eye care Foundation, New Delhi. For this unit on behalf of the foundation Shri Rakesh Ahuja and Mrs. Vinod Ahuja have donated all the equipments with latest digital technology. This unit was inaugurated by Dr. Archika Sudhanshu on 15<sup>th</sup> January 2017 and has been running successfully.

**Eye care Centre** is open for four working days under the care of specialized Doctors (M.S.) who undertake all major eye operations/surgery too.

# किसी का किया एहसान कभी भूलो मत, अपना किया एहसान कभी याद मत करो!

A new branded lift has also been installed in Kirti Nagar Bhawan premises by the Sabha with the funds collected by way of donations, for the convenience of ailing patient and old age of people.

Our Derawal Brethren may be aware that the Sabha has made available three air-conditioned rooms, small pantry and lobby on first floor of the Bhawan. This renovation was got completed with cooperation and donation of donors and the premises are being utilized by the community people and others for their religious and small family functions and also for short stay of guests, on charitable basis.

Donations, fund-raising and charity are important aspects or rather back-bone of any social and welfare activity. We must keep us connected with people supporting and helping such causes. The projects launched by the Sabha have been possible only with the generous donations from members and others. For all this, your further support, good wishes and generous contributions are solicited.

All of you with your friends and families are welcomed to avail and Utilize our facilities at Charitable Health Care Centre. The transformation done at Derawal Bhawan, Kirti Nagar, is one of the finest places in vicinity to ensure that your assistance / help would carry value & worth for genuine noble cause.

# "It's not how much we give but how much love we put into giving."

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

#### Bank Details -

Name : All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.)

Name of Bank : Corporation Bank

Branch : Kirti Nagar, New Delhi-110015

Account No. : 520401000076469

IFSC Code : CORP0000573

#### **All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.)**

DERAWAL BHAWAN, F-27 & 28, Kirti Nagar, New Delhi-110 015

Phone: 011-25936132, Mobile: 9250810522

E-mail: delhi@derawalsahayaksabha.com | Web: www.derawalsahayaksabha.com



# ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

F-27 & 28, KIRTI NAGAR, NEW DELHI - 110015

# OUR CHIEF PATRONS

S.No.	Name	Year
1.	LATE SH. H.C. BHUTANI	1989
2.	LATE SH. N.D. GOGIA	2000
3.	SH. M.M. MEHTA	2004
4.	SH. RAKESH AHUJA	2008
5.	SH. K.K. AHUJA	2013
6.	SH. RAVI KHERA	2015

# **OUR ILLUSTRIOUS PRESIDENTS**

1955-1962	SH. RAM NATH SACHDEVA	1986	SH. G.D. NANGIA
1963-1964	SH. BHAGWAN DAS MEHTA	1987	SH. RAKESH AHUJA
1965	SH. GHANSHAM DAS MAKHIJA	1988-1989	SH. M.M. MEHTA
1966	SH. P.N. BHUTANI	1990-1991	SH. N.D. GOGIA
1967	SH. MADAN LAL MONGIA	1992-1994	SH. G.D. TUTEJA
1968	SH. SHAM LAL MEHTA	1994-1995	SH. R.C. VERMA
1969	SH. MADAN LAL MAKHIJA	1996-1998	SH. S.M. CHAWLA
1970-1974	SH. PURAN CHAND NANGIA	1998-2000	SH. M.P. DAWAR
1975-1976	SH. TIRATH DAS MEHTA	2000-2002	SH. R. K. TARNEJA
1977	SH. GANGA DHAR GUGLANI	2002-2004	SH. RAVI KHERA
1978-1979	SH. M.L. NANGIA	2004-2007	SH. RAMESH AHUJA
1980	SH. JAI DEV LAL NANGIA	2007-2009	SH. D. P. MINOCHA
	SH. MOHAN LAL AHUJA	2009-2011	SH. B. R. PULYANI
1983	SH. KRISHAN SARUP MAKHIJA	2011-2014	SH. ANURAG CHAWLA
1984	SH. MOHAN LAL SETHI	2014-2015	SH. SURENDER KUMAR MEHTA
1985	SH. M.L. GUGLANI	2016-2017	SH. VIJAY HURIA
1300	SH. M.L. GUGLANI	2018-2019	SH. INDER KUMAR DHINGRA

DERAWAL PATRIKA 11 DECEMBER, 2019



# DERAWAL BHAWAN, KIRTI NAGAR, NEW DELHI



# **DERAWAL BHAWAN (DHARAMSHALA) HARIDWAR**





# EDITORIAL

# ANNUAL DERAWAL DAY.... A DAY FOR RECKONING!

UNITED WE STAND

Yes, we are celebrating the 60th. Annual Derawal Day on 29th December, 2019. The function organised by All India Derawal Sahayak Sabha every year has become a part of our life. Primarily, the aim has been to strengthen the bonds in our community which is scattered not only in Delhi and surrounding NCR regions but also in far away in towns and cities all over India. The times have changed and we are now a media publicised modern society and with a mobile almost in each and every hand ,relation-ships and connectivity have become digital via face book and what's up etc. We do celebrate the function year after year with added enthusiasm and vigour. Yet meeting friends and relatives in person on this occasion has no doubt a different charm of together-ness and the day becomes a day of rejoicing.

Efforts to expand the activities of the Sabha in the field of social welfare and public health have surely been fruitful and have carved a place in the hearts of our community as also the other beneficiaries. Meanwhile, we have successfully tagged our younger generation over the years for active involvement in various areas of our on-going projects. The response has no doubt been positive and delightful. Their whole-hearted co-operation has no doubt been commendable.

The Annual Derawal Day, this year gives us an opportunity along with our friends and families to visit Derawal Bhawan, Kirtinagar to see the transformation which ensures that the assistance from the members of the community has been well-utilised for the general well-being of the community. Long live Derawals and their large hearted-ness.

Happy Derawal Day, cheerful and prosperous New Year, 2020 to all of you

**—EDITOR** 

#### THOUGHT OF THE MONTH



"In a country well-governed, poverty is something to be ashamed of; In a country badly governed, wealth is something to be ashamed of."

Confucious

#### MEENAKASHI LEKHI

Member of Parliament, Lok Sabha

# मीजाक्षी लेखी



Dated December 20, 2019 No.ML/MISC/2019/001141



#### **Message**

I am happy to know that the **All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.), Kirti Nagar, New Delhi** is celebrating **60th Annual Derawal Day** on Sunday, 29th December, 2019 at S. D. Public School, Near G Block, Kirti Nagar, New Delhi-110015 and publishing its Annual Derawal Patrika for the month of December, 2019. I appreciate the efforts of the members of All India Derawal Sahayak Sabha and I express my high appreciation for making continuous efforts.

I take this opportunity to extend my warm greetings and convey my best wishes to all the members of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.), Kirti Nagar, New Delhi to all success in their future.

(Meeriakashi Lekhi)

To,

Inder Kumar Dhingra President All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) Derawal Bhawan, F-27 & 28, Kirti Nagar, New Delhi 110015

Office Address: 14, Mahadev Road, New Delhi-110001
Tel.: +91-11-2332 7501, 2332 7502, 2332 7503 E-mail: m.lekhi@sansad.nic.in
Correspondence Address: C-98A, South Extension-II, New Delhi-110049

DERAWAL PATRIKA 14 DECEMBER, 2019

#### शिवचरण गोयल सदस्य, दिल्ली विधानसभा

Shiv Charan Goel

Member, Delhi Legislative Assembly

CHAIRMAN

Acharya Bhikshu Hospital (Rogi Kalyan Samiti)

Special Enquiry Committee of Sports Standing Committee on Health Standing Committee on Development **Business Advisory Committee** 

Private Member's & Bills Resolutions Committee





कार्यालय: पंजाबी बाग हाउसिंग सोसायटी मार्किट ईस्ट पंजाबी बाग, नई दिल्ली - 26

Office: Punjabi Bagh Housing Society, 7/24, East Punjabi Bagh Market,

New Delhi-110026, Ph.: 011-45217718 Mob.: 8588833425, 9811221995 E-mail: s.c.goel6262@gmail.com

Dated: 20.12.2019

मुझे जानकर अत्यंत हर्ष हो रहा है कि डेरावाल समाज इस वर्ष अपना 60वाँ वार्षिक समारोह मना रहा है। डेरावाल सभा निरंतर समाज सेवा के प्रयास में अग्रणी भूमिका निभा रहा है तथा इसी तरह यह समाज अपने दायित्वों की पूर्ति करते हुए मानव कल्याण में कार्यरत्त रहे।

इसी आशा के साथ मेरी ओर से हार्दिक श्भकामनाएँ।



# सुभाष सचदेवा

पूर्व विधायक दिल्ली विधान सभा

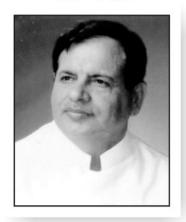


डी-42, मानसरोवर गार्डन, नई दिल्ली-110015

दूरभाष : 25191645, 25158910

19 दिसम्बर 2019

### संदेश



मुझे यह जानकर अति प्रसन्नता हुई कि ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा (रिज.), कीर्ति नगर, नई दिल्ली द्वारा 60वाँ वार्षिकोत्सव का आयोजन 29 दिसम्बर, 2019 को होने जा रहा है। इस सामाजिक, सांस्कृतिक व पारिवारिक परिवेश पर आधारित कार्यक्रम पर मैं आपको हार्दिक शुभकामनाएँ प्रेषित कर रहा हूँ।

इस तरह के आयोजन की आज के समाज में अति आवश्यकता है जो समाज को जागरूक एवं एक सूत्र में पिरोता है।

श्री इद्ध कुमार ढींगड़ा

प्रधान,

ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा कीर्ति नगर, नई दिल्ली-110015 Bruce wording

(सुभाष सचदेवा)

DERAWAL PATRIKA 16 DECEMBER, 2019



#### Vipin Malhotra

Deputy Chairman Standing Committee North Delhi Municipal Corporation



Office: 7/48, Moti Nagar, New Delhi-110015.

Mobile: 7291999100, 9212067890 E-mail: vmalhotramcd@gmail.com

20 दिसम्बर 2019



### संदेश

ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा (रजि.), कीर्ति नगर द्वारा प्रत्येक वर्ष की भाँति इस वर्ष भी 29 दिसम्बर 2019 को वार्षिकोत्सव का आयोजन किया जा रहा है।

इस उत्सव के सफल आयोजन के लिए मैं आपको हार्दिक शुभकामनाएँ प्रेषित कर रहा हूँ।

श्री इन्द्र कुमार ढींगड़ा प्रधाान, ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा कीर्ति नगर, नई दिल्ली - 110015 (विपिन मल्होत्रा)





# SH. MEGH RAJ KHERA One of the Founders

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

F-27 & 28, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015

It gives me great pleasure to extend greetings to all Derawal Brethren and members of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) on the occasion of 60th Annual Derawal Day on 29th Dec. 2019

Having been part of the Sabha since its inception, I have seen with great satisfaction, afruitful transformation in the functioning of Sabha for the cause of social well-being of the society at **Derawal Bhawan**, **Kirti Nagar and Haridwar**. The Sabha has been putting its utmost effort to serve the community. With more and more active participation of our younger generation in various activities, I expect the Sabha to achieve new heights in the field of social work, in the years ahead.

Wishing you all and your families
A Very Happy, Healthier and Prosperous Year, 2020



Heartiest Greetings on the 60th Annual Derawal Day of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) &

Best Wishes for a Happy & Prosperous New Year 2020

#### Madan Mohan Mehta

Chairman & Administrative Trustee All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.)





SH. RAVI KHERA
Chief Patron & Administrative Trustee

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

F-27 & 28, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015

On this happy occasion of the celebration of our **60**<sup>th</sup> **Annual Derawal Day** on 29<sup>th</sup> Dec. 2019. I on behalf of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) offer my best wishes and sincere greetings to all our Derawals within the country and abroad.

By every passing day AIDSS (Regd.) has been doing the best of its ability to bring out remarkable improvement in the fields of social activities at Derawal Bhawan, Kirti Nagar and Derawal Bhawan, Haridwar.

I thank the Executive team of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) and various other associated persons for their Commendable **priceless efforts, Selfless moral support and generous contributions particularly our respective Donors.** 

**My special Thanks** to the team for providing selfless outstanding services to the needy/ailing people in **Charitable Derawal Health Care Centre** at Derawal Bhawan, Kirti Nagar, New Delhi. I must assure, that our efforts will be continued to further enhance the level and quality of the comforts in the field of Health Care Services, and Social Activities.

Wishing you and your Family Members

A Very Happy Prosperous & Healthy New Year 2020



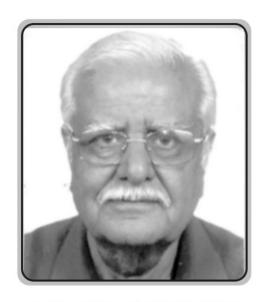
RAKESH AHUJA
Administrative Trustee & Patron

# ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

F-27 & 28, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015

On the occasion of the 60TH ANNUAL DERAWAL DAY of All India Derawal Sahayak Sabha (AIDSS), it is a pleasure to express my gratitude to the Management Team for continuous support with the philanthropic projects in serving the society, as part of the tradition started by our elders.

Wishing you all
A very Happy and Prosperous New Year 2020



A.S. CHAUDHARY
Administrative Trustee & Patron

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

F-27 & 28, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015

Heartiest Greetings on the 60th Annual Derawal Day of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) &

Best Wishes for a Happy & Prosperous New Year 2020



**D.P. MINOCHA**Administrative Trustee & Patron

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

F-27 & 28, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015

It matters great-pride & is of immense pleasure to extend greetings to all Derawal Brethren on this auspicious occasion of celebration of **60th ANNUAL DERAWAL DAY on 29th December, 2019** by All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) Kirti Nagar, New Delhi.

I pay my sincere regards, particularly to the Donors, to all associated members of Managg. Committee, Seniors & other workers for their selfless services in achieving goals of success in Sabha's Various Social & religious projects and charitable activities, which were/are impossible without their co-operation.

I wish the Sabha to achieve new heights in other such projects too. I also extend my warm wishes for success of Jalsa.

Best wishes for A Happy & Prosperous New Year 2020 to All of You and Your Families.



**GIRISH MEHTA**Administrative Trustee & Patron

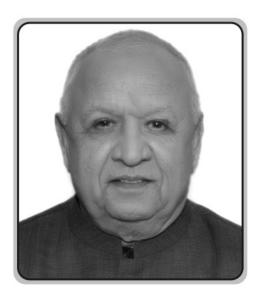
### ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

F-27 & 28, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015

It is with great pleasure I express my gratitude to the Management Team for their extraordinary support with the philanthropic projects in serving the society, and carrying on the tradition started by our elders.

Welcoming the 60TH ANNUAL DERAWAL DAY of All India Derawal Sahayak sabha (AIDSS) this year with tremendous gratitude and love to everyone

Wishing you all
A VERY HAPPY AND PROSPEROUS NEW YEAR 2020



INDER KUMAR DHINGRA President

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

F-27 & 28, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015

It gives me immense pleasure to say that with the co-operation of all Derawal Brethren and the Generous contribution of our esteemed donors, your sabha has been able to achieve the glorious heights in improvements both in Derawal Bhawan, Haridwar and Kirti Nagar.

I assure you that our team shall continue its best efforts in the same spirit and always aim at, giving a fillip to the charitable and social activities of the sabha.

Wishing you and your family

A Very Happy, Healthy and Prosperous New Year 2020

With Best Compliments From:



# Saria Welfare Trust Saria Charitable Trust

301, Harsha Home, Karampura, New Delhi-110015

Phone: 25920530, 9717791631



# **KNOW YOUR SABHA**

#### CHAIRMAN, ADMINISTRATIVE TRUSTEES & PATRONS



SH. M. M. MEHTA Chairman & Administrative Trustee D-57, Kirti Nagar, New Delhi -110015 (M):9811067527



SH. RAVI KHERA
Chief Patron & Administrative Trustee
D-85, Kirti Nagar,
New Delhi-110015
(M):9811044791
(R):011-45076262



SH. RAKESH AHUJA Administrative Trustee & Patron J-505, Som Vihar Apartments, R.K. Puram, New Delhi- 110022 Tel.: (R) 26103535 (0): 28115050 (M): 9810424611



SH. A. S. CHAUDHRY Administrative Trustee & Patron Goodwill Books International 208, Rattan Jyoti Building, 18, Rajindra Place, New Delhi-60 (M): 9810742425



SH. D. P. MINOCHA Administrative Trustee & Patron F-10 / B, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9312215597



SH. GIRISH MEHTA

Administrative Trustee & Patron
38/13, East Patel Nagar,
New Delhi-110008

Tel.: (R) 25787525 (O): 28115050
(M): 9811027331



SH. K. S. MAKHIJA Patron A-34, N.D.S.E., Part-II, New Delhi-110 049 (M): 9999555525



SH. A. S. ANAND
Patron
Matri Kunj, Kirasali Gaon,
Opp. Ramtirath Ashram,
Old Musoorie Road,
Rajpur, Dehradun-248009 (Uttarakhand)
Tel. (R) 0135-3291053,2108246



**SH. S. D. GOGIA**Patron
WZ-13/6, Sainnik Farm,
New Delhi - 110 062
(M): 9868510609



SH. M. P. DAWAR Patron C-54, Rajouri Garden, New Delhi - 110027 (M):9810088162



SH. RAMESH AHUJA
Patron
8-A/56, W.E.A., Karol Bagh,
New Delhi-110005
Tel.: (R) 25728276
(M): 7838441693



SH. ANURAG CHAWLA
Patron
C-85, Ground Floor,
Kirti Nagar, New Delhi-110015
Tel.: (R) 011-43584811 (O) 41414732
(M): 9810154811, 9910054811



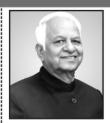
SH DHARM VIR BHUTANI Patron B-113, Double Storey, Ramesh Nagar, New Delhi-110015 (M): 9811169025



### CHAIRMAN, ADMINISTRATIVE TRUSTEES & PATRONS



SH. L. N. MEHTA Patron C-29, Vikas Puri, New Delhi - 110018 (M): 9891422416 9810626787



SH. SURENDER KUMAR MEHTA Patron N-58, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9811100683



# CELEBRITIES OF THE SABHA



SH VIJAY HURIA F-21, Ground Floor, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Tel.: (R) 45056735 (M): 9810248610

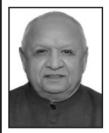


SH. K.N. NAGPAL F-37, Ground Floor, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Tel.: (R) 25194191 (M):9811744480



#### Executive Committee Members of the Sabha

(2018-19 & 2019-20)



SHINDER KUMAR DHINGRA President D-49 Kirti Nagar New Delhi-110015 (M): 9818441412



SH RAKESH MINOCHA Jt. Secretary F-10 B, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Tel.: 011-45583669 (M): 9312232161



SH MADAN MOHAN CHAWLA Sr. Vice-President E-73 Kirti Nagar New Delhi-110015 Tel: (R) 25463725 (M): 9868284684, 7683004699



SH BHARAT BHUSHAN AHUJA Treasurer N-62 Kirti Nagar New Delhi-110015 (M): 9811132949, 8368559491



SH SURINDER BUDHIRAJA Vice-President F-75 Kirti Nagar New Delhi-110015 (M): 9810254630



SH AJAY AHUJA Internal Auditor 7/156, 2nd Floor, Ramesh Nagar, New Delhi-110015 (M): 9810326644



SH HANS RAJ KALRA Secretary C-3/361, Janak Puri New Delhi-110058 (M): 9582829009



Sh. J.R. MEHNDIRATTA Special Executive 201, Mukharjee Nagar, Delhi-110009 (M): 9811242519



#### **Executive Committee Members of the Sabha**



SH ANIL SACHDEVA Executive Member F-41, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9818508511



SH CHATURBHUJ ARORA Executive Member 60/11 III-Floor, Ashok Nagar, New Delhi-110018 (M): 9312372216



SH LOKESH SACHDEVA Executive Member C-139, West Patel Nagar New Delhi-110008 (M): 9811193811



SHM.L. BHUTANI Executive Member D-52, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Tel.: 011-41425010 (M): 8586915650



SH NARESH KUMAR MINOCHA Executive Member F-10 B, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9582780851



SH O.P. RAJPAL Executive Member F-18 Kirti Nagar, New Delhi-110015 Tel.: (R) 25462692 (M): 9911542488



SH SAMEER GROVER
Executive Member
13/1, 1st Floor, Old Rajinder Nagar,
New Delhi-110060
(M): 9811111951



SH PRABHU DAYAL SATIJA
Executive Member
L-77, Malviya Nagar, New Delhi-17
A-273, Shivalik, Malviya Ngr, N.Delhi-17
Tel.: (O) 011-26680126, 26682351
(M): 9871053202, 8178456956



SH SANJAY RAJPAL Executive Member F-18 Kirti Nagar New Delhi-110015 (M): 9811226561



SH SURESH KUMAR GULATI Executive Member N-97, Ground Floor, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9810472033



SH SUBHASH GUGLANI Executive Member 51-B (FF), Single Storey Ramesh Nagar, New Delhi-110015 (M): 7838430496



SH SUDERSHAN PAWHA
Executive Member
2/107 (Front Side) Ist Floor
Subhash Nagar, New Delhi-27
Tel.: (R) 25140610
(M): 9999091021



SH UMESH KHERA Executive Member D-56 Kirti Nagar New Delhi-110015 (M): 9212081181



SH VIVEK KHERA Executive Member D-85, Kirti Nagar New Delhi-110015 Tel.: 45076263 (M): 9899808911



SH YOGESH BHUTANI
Executive Member
68-A, 3rd Floor, Front Side,
Single Storey, Ramesh Nagar,
New Delhi-15
(M): 9213479878, 8285009878





#### Co-Opted Executive Committee Members of the Sabha



SH ANIL AHUJA Co-opted Member C-88, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9810010940



SH ASHUTOSH SHARMA
B-24, Dayanad Colony,
Lajpat Nagar-IV, New Delhi-110024
Tel.: 011-26436147
(M): 9312105617



SH I.C. KHERA Co-opted Member D-56, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 8800701508



SH INDER CHHABRA Co-opted Member F-9, Kirti Nagar New Delhi-110015 (M): 8860096863



SH JAGDISH LAL AHUJA Co-opted Member L-74, Ground Floor, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9818017921



SH KAMAL TUTEJA Co-opted Member 3/8, 1st Floor, Ramesh Nagar, New Delhi-110015 (M): 9810199249



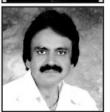
SH MAHINDER MEHTA Co-opted Member N-59, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9911687055



SH MOHIT AHUJA Co-opted Member 7/217, 1st Floor, Ramesh Nagar, New Delhi-110015 (M): 9871022522



SH MUNISH NAGPAUL Co-opted Member E-4-A, Kirti Nagar New Delhi-110015 (M): 9810324546



SH RAMESH KATHURIA Co-opted Member F-31, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9810039245



SH RAVINDER BUDHIRAJA Co-opted Member F-75, Kirti Nagar New Delhi-110015 (M): 9868176288



SH VEER BHAN THAKUR Co-opted Member 240, Tarun Enclave, Pitampura, Delhi-110034 (M): 9868832224



SH VINAI KUMAR MEHTA Co-opted Member KU-10, Vaisakha Enclave Pitamputa, Delhi-110034 Tel.: 27345789 (M): 9810134332



SH VINOD SETHI Co-opted Member WZ-A-3, Street No. 8, Ground Floor, Krishna Park Extn., New Delhi-110018 (M): 9654141584



SH VISHAL HURIA Co-opted Member F-21, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Tel.: (R) 45056735 (M): 9718375535



SH Y.K. BHUTANI Co-opted Member F-52, Ground Floor, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (M): 9868822079

# Special Invitees of the Sabha



SH CHANDER BAJAJ Special Invitee H.No. 1858, Sector-16, Faridabad-212002 (Haryana) (M): 9990400261



SH GURUDUTT RAKHEJA Special Invitee A-103, Vishal Enclave, New Delhi-110027 (M): 9711152275



SH HARISH CHAWLA Special Invitee 13/8, East Patel Nagar New Delhi-110008 (M): 9810015254



SH HARISH CHHABRA Special Invitee 3-C/35 New Rohtak Road New Delhi-110015 Tel.: 9818401848



SH JEEVAN MEHTA
Special Invitee
E-21, 1st Floor,
Moti Nagar, New Delhi-110015
(M): 09359946520



SH MADAN GOPAL MEHTA Special Invitee C-I/45, Janak Puri, New Delhi-110058 (M): 9810046862



MAJ. M.K. NAGPAL Special Invitee 248-G, MIG Flats, Rajouri Garden, New Delhi-110027 (M): 9871833225



SH MAHINDER BUDHIRAJA
Special Invitee
F-75, Kirti Nagar,
New Delhi-110015
Tel.: 41425446, (M): 9312241788



SH MANISH DIWAN Special Invitee F-37, Mansarover Garden, New Delhi-110015 (M): 9868156997



SH MANOJ HURIA Special Invitee 66, Tarun Enclave, Pitampura, Delhi-110034 (M): 9999985180



SH NARINDER BAJAJ
Special Invitee
M/s. Shyam Sweets
House No. 104, Model Town,
4/8, Marla, Gurugram-122007 (Haryana)
M: 9811335581



SH R.K. AHUJA Special Invitee H.No. 1393, Sector-14, Faridabad-121001 (Haryana) (M): 9811127576



DR. RAM SARUP VERMA Special Invitee H.No. 484, Sector-16A, Faridabad-121001 (Haryana) (M): 9311049984



SH RAJINDER MEHTA Special Invitee EB-190, SFS Flats, Maya Enclave, New Delhi-110064 (M): 9313695262



SH S.R. BHUTANI Special Invitee F-36, Kirti Nagar New Delhi-110015 Tel: (R) 25460381



SH SURESH NANGIA
Special Invitee
C-6, East of Kailash,
New Delhi-110065
Tel.: 011-26840491, (M): 9582704859



#### Special Invitees of the Sabha



SH VAS DEV TUTEJA Special Invitee B-56, Daya Nand Colony, Lajpat Nagar-IV, New Delhi-110024 (M): 9899113436



SH VIJAY SACHDEVA Special Invitee 51/30, 1st Floor, Shanti Nivas, Old Rajinder Nagar, New Delhi-110060 (M): 9868658988



SH VED PRAKASH CHAWLA
Special Invitee
M/s. Dreamland Publications
J-128, Kirti Nagar, New Delhi-110015
Tel.: 011-25106050, 25435657



#### ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

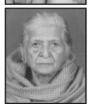
Following Derawals have attained the age of 85 yrs. and above. Sabha wishes them long & healthy life.



**SMT. LAJ DHINGRA** D.O.B.: 14.01.1929 D-49, Kirti Nagar, New Delhi-110015



SMT. RAM PYARI BHUTANI W/o Late Sh. Radhey Shyam Bhutani D.O.B.: Jan.1930 R/o: B-19, Surya Nagar, Ghaziabad (U.P.)



**SMT. SHILA DEVI** W/o Late Sh. Chander Parkash Gulati

Age: More than 87 yrs. R/o: 14/7-A, Tilak Nagar, New Delhi-110018



SHRI J.C. KHANNA

D.O.B.: 03.04.1929 Farm House No. 627, Gadaipur Village, Chhatarpur, New Delhi



SHRI DESH MITTER

D.O.B.: 02.02.1933 A-61, Kirti Nagar, New Delhi-110015



SHRI GIAN CHANDRA NARANG

D.O.B.: 01.01.1933 B-17, Friends Colony (West)

New Delhi-110065



SHRI VAS DEV TUTEJA

D.O.B.: 04.03.1933 B-56, Daya Nand Colony, Lajpat Nagar-IV, New Delhi-110024



SHRI SATYA PAL GROVER

D.O.B.: 01.12.1929 13/9, Old Rajendra Nagar, New Delhi-110060



**SHRI AMIR CHAND** 

D.O.B.: 30.06.1930 52/16, Faridabad (Haryana)



SHRI CHARAN DAS BANGIA

D.O.B.: 08.07.1929 1400/10, Bazar Katra Safed, Amritsar (Punjab)



SHRI L.R. BAHL

D.O.B. : 25.11.1930 H-6, Kirti Nagar, New Delhi-110015



SHRI NOTAN SETH

D.O.B.: 08.09.1932 E-69, Mansarover Garden, New Delhi-110015



#### ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

Following Derawals have attained the age of 85 yrs. and above. Sabha wishes them long & healthy life.



SHRI D.N. MADAN D.O.B.: 03.11.1930 129, Tarun Enclave, Pitampura, Delhi-110034



**SMT. VISHAN DEVI AHUJA** W/o Late Sh. Chetan Das Ahuja N-62, Kirti Nagar, New Delhi-110015



SHRI A.S. CHAUDHARY D.O.B.: 31.07.1934 208, Rattan Jyoti Building 18, Rajinder Place, New Delhi-110060



SHRI LAKSHMI NARAIN MEHTA D.O.B.: 18.07.1934 C-29, Vikas Puri, New Delhi-110018



SHRI SATYA PAUL NANGIA D.O.B.: 08.05.1934 B-7/891, Safdarjung Enclave, New Delhi-110054



SH RAM PARKASH MEHTA D.O.B.: 01.04.1934 E-22, Moti Nagar, New Delhi-110075



SHRI ROSHAN LAL KALRA D.O.B.: 13.07.1933 House No. 1041, Sector-19 Faridabad-121002 (Haryana)



**SHRI L.D. GAUBA** D.O.B.: 15.06.1934 BB/41-C, Janak Puri, New Delhi-110058



SHRI KRISHAN KUMAR KHURANA D.O.B.: 13.10.1934 Block-24, H.No. 43-44, West Patel Nagar, New Delhi-110008



SHRI CHANDER BHAN AHUJA D.O.B.: 01.03.1932 59/10, Ashok Nagar, New Delhi



SHRI DHARAM DEV NANGIA D.O.B.: 10.06.1933 13/38A, Tilak Nagar, New Delhi-110018



SHRI RAJWATI BANGIA D.O.B.: 15.04.1933 1400/10, Katra Safed, Amritsar



SHRI CHARAN DASS BANGIA D.O.B.: 08.07.1929 1400/10, Katra Safed, Amritsar



SHRI GOPAL DAS AHUJA D.O.B.: 31.03.1929 B-57, Shakti Apartments, Plot No. 5, Sec-29, Rohini, Delhi-110085



SHRI GOPAL DAS AHUJA D.O.B.: 31.03.1929 B-57, Shakti Apartments, Plot No. 5, Sec-29, Rohini, Delhi-110085



SHRI J.K.L. AHUJA D.O.B.: 18.08.1933 E-1059, Saraswati Vihar, Delhi-110034



SHRI C.B. KHERA D.O.B.: 15.01.1934 B-3/77A, Lawrence Road, Delhi-110035



SHRI L.N. RAJPUT D.O.B.: 18.07.1934 G-17, Gandhi Nagar, Naka Madan, Ajmer (Raj.) 305007



#### ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

Following Derawals have attained the age of 90 yrs. and above. Sabha wishes them long & healthy life.



SHRI KRISHAN SARUP MAKHIJA

D.O.B.: 30.08.1926 Age: More than 92 yrs. A-34, South Extn., New Delhi-110049



SHRI VED PARKASH KATHURIA

D.O.B.: 24.02.1928 Age: More than 90 yrs. F-49, Kirti Nagar, New Delhi - 110015



SHRI JAGDISH CHANDER KHERA

D.O.B.: 18.10.1928 Age: More than 90 yrs. 17, G.F., Bank Enclave, Rajouri Garden, New Delhi-110027



SHRI MEGH RAJ KHERA

D.O.B.: 02.10.1927 Age: More than 91 yrs. D-85, Kirti Nagar, New Delhi-110015



SHRI DESH BANDHU AHUJA

D.O.B. : 15.06.1928 Age : More than 90 yrs. D-5, Vikas Puri, New Delhi-110018



SHRI A. S. ANAND

D.O.B.: Dec. 1927 Age: More than 91 yrs. Matri Kunj, Kirasali Gaon, Opp. Ramtirath Ashram, Old Musoorie Road, Rajpura, Dehradun



SHRI S.D. GOGIA

D.O.B.: 16.06.1926 Age: More than 92 yrs. W-13/6, Sainik Farm, New Delhi-110062



SHRI PARTAP SINGH TANEJA

D.O.B.: 18.11.1927 Age: More than 91 yrs. 7/48, South Patel Nagar, New Delhi-110008



With best compliments from:

VIJAY NANGIA **9910255299** 

# JYOTI BOOK SHOP

20/4, EAST PUNJABI BAGH MARKET, NEW DELHI-110026

**DINESH NANGIA** 

Phone: 011-42460188

# WHITE HOUSE DRY CLEANERS

FOR EXCELLENT DRY CLEANING & STEAM PRESSING



Free Pick up & Delivery Service available

20/4, East Punjabi Bagh Market, New Delhi-26 E-mail: vijaynangia2008@yahoo.com

# Becretary's Repont

W.E.F. OCT. 2018 - SEP. 2019



Friends,

It gives me utmost pleasure for availing the opportunity of presenting Annual Report of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) for the above period.

#### ANNUAL DERAWAL DAY:

Our Sabha celebrated its 59th Annual Derawal Day Function on Sunday the 16th December 2018 with usual gaiety at S.D. PUBLIC SCHOOL GROUNDS, Kirti Nagar, New Delhi. The function was graced with the august presence of Shri Arun Rakheja, Industrialist from a Respectable Rakheja family of Jampur, District Dera Ghazi Khan (West Pakistan), as the President of

Jalsa. Shri Vijay Nangia a businessman was the Chief Guest of the function. Besides the above dignitaries, large number of Derawals not only from Delhi but from adjoining States also attended the function. Interesting cultural programmes by local children and professional artists were presented which kept the audience glued to their seats. Special attraction was the Honour given to Derawals who had attained the age of 85 years and above. Dedicated members of the Sabha were also honoured for their services.

Shri Ravi Khera was conferred with **DERA RATTAN AWARD**. Shri R.K. Tarneja was conferred with **LIFE TIME ACHIEVEMENT AWARD**. Shri Ramesh Kumar Ahuja was honoured with **DERA VIBHUSHAN AWARD**.

Shri Harish Kumar Chhabra was honoured with **DERA BHUSHAN AWARD**. Dr. Rita Wahi was honoured with **DERA SHARDHA SAMMAN** S/Shri Ishwar Chand Khera and Inder Kumar Chhabra were honoured with **DERA KARAMVEER AWARD**.

On 14th October 2018, Arogya Bharti Delhi organised a Health Awareness and Cultural Programme at Derawal Bhawan, Kirti Nagar, New Delhi under the guidance of our Homeopathy Doctor Rita Wahi.

#### **RETREAT FUNCTION:**

To celebrate the grand success of 59th Annual Derawal Day function, a small function of Retreat was organised on 16th February, 2019 at Flavours from Heavens, Laxmi Garden, Kirti Nagar, New Delhi-110015. Our distinguished donors were honoured, presented with Collages showing their memorable moments. Delicious Dinner was served.

#### **HEALTH CHECK UP CAMP:**

Keeping the past traditioin, our Sabha organised Free Medical Health Check up Camp on 17th March, 2019 at Derawal Bhawan, Kirti Nagar. Well qualified and specialist doctors from Max Hospital Saket and Derawal Health Care Centre, of various Departments viz. Eye,

DERAWAL PATRIKA 35 DECEMBER, 2019

Ear, Dental, Bone Density, Cardiology, ECG, General Medicine, Orthopaedic, Homoeopathy and physiotherapy attended over 250 persons.

#### **JYOT YATRA:**

Our Sabha organised a trip to Holy City of Haridwar for GANGA AARTI. A.C. Bus was arranged from Kirti Nagar, which left for Haridwar on the night of 6th April 2019 and reached Haridwar on the morning of 7th April 2019. Many Derawals reached for Jyot Yatra through their own conveyance or by rail. Delicious breakfast, lunch, dinner was served to all the participants of the Jyot Yatra. Jyot Yatra procession started from Derawal Bhawan, Haridwar for Vishnu Ghat with Band Baja on the evening of 7th April 2019. Puja was performed at Vishnu Ghat and Jyot was submerged in the Holy Waters of Ganga.

The success of Jyot Yatra can be attributed to the active participation of S/Shri D.P. Minocha, Vijay Huria, M.M. Chawla & Naresh Kumar Minocha & other.

#### **SPECIAL SERVICES:**

Our Sabha is providing Homoeopathy, Physiotherapy, Dental Care and Eye Care services on charitable basis under the common banner of DERAWAL HEALTH CARE CENTRE at Derawal Bhawan, Kirti Nagar, New Delhi. The services are being availed by large number of persons in and around the vicinity. I feel pleasure in writing that Eye Care Centre is functioning now four days a week instead of three days earlier. Similarly Dental Care Centre is serving the patients five days a week instead of three days earlier.

Besides above Sabha is providing Free medical check up services of Blood Pressure and Blood Sugar Checkup, daily from 10.30 AM to 13.30 Hours at Derawal Bhawan, Kirti Nagar, New Delhi.

Monthly Derawal Patrika is published regularly and all important information is also appearing on the website of the Sabha. Suggestions for improvement are always welcome.

Dear friends, from the above you will appreciate that year under review has shown substantial achievements, for which each one of us can be justifiably proud of. All this becomes possible only because of our valued donors, selfless and dedicated co-operation of all and in particular Derawal Young Members and timely guidance of our worthy Chairman, Chief Patron, Patrons, Administrative Trustees, Celebrities and all my senior colleagues and the staff of Derawal Bhawan at New Delhi and at Haridwar.

I AM FULLY CONFIDENT THAT WITH THIS HELP AND ENCOURAGEMENT WE SHALL CONTINUE TO SERVE THE COMMUNITY IN FUTURE TOO.

Wishing you all a Happy New Year 2020.

Thank you once again,

-HANS RAJ KALRA Secretary

DERAWAL PATRIKA 36 DECEMBER, 2019



# OUR HONOURED PRESIDENTS & GUESTS OF HONOUR AT ANNUAL DERAWAL DAY FUNCTION

YEAR	PRESIDENT	GUEST OF HONOUR	YEAF	RPRESIDENT	GUEST OF HONOUR
30.000	Dr. B.D. Kumar Sh. R.B. Parma Nand Sachdeva	_ _	1997	Smt. Usha Nangia	Sh. R.K. Ahuja Sh. Sham Lal Huria
	· ·	-	1998	Smt. Sneha Rajpal	Sh. Vijay Madan Smt. Seema Makhija
	Sh. Sham Lal Mehta Sh. G.P. Bhutani	Sh. M.L. Mongia	1999	Sh. Mangal Sain Bawa	Sh. B.D. Gulati
	Sh. Brij Rattan Mehta	Sh. Anoop Chand Sachdeva			Sh. Yash Pal Mehta Sh. R.K. Mehta
1967	Sh. Ram Krishan Chawla	Sh. Hakeem Devkinandan Mehta	2000	Smt. Sheela Pahwa	Sh. Chander Parkash Seth
1968	Sh. Jaman Lal Gulati	Sh. R.B. Bhagat Jagan Nath			Sh. L.R. Kataria
1969	Sh. Kunwar Bhan Chugh	Sh. Tej Bhan Tola Ram Chugh	2001		Sh. Sham Lal Bajaj Sh. Madan Lal Verma
1970	Sh. Sukh Dev Kumar	Sh. Mohan Lal Chowdhary			Sh. Chander Parkash Bajaj
1971	Sh. Sat Pal Madan	Sh. Asa Nand Nangia			Sh. Subhash Pahuja
1972	Sh. Topan Lal Ahuja	Sh. Om Prakash Taneja	2003	Sh. Satish Kalra	Sh. Ramesh Kathuria Sh. Paul Verma
1973	Sh. Rattan Chand Verma	Sh. Sadhu Ram Mehta	2004	Smt. Bala Ahuja	Smt. Mitu Mehta
000000000000000000000000000000000000000		Sh. Roshan Lal Batra		12.5	Smt. Savitri Suneja
	Sh. Mohan Lal Sethi	Sh. Asa Nand Nangia	2005	Sh. Rajinder Taneja	Smt. Lilly Bhatia
1976	Sh. Sukh Dev Gogia	Sh. Tej Bhan Kalra			Smt. Jyoti Gulati Sh. Shankar Das Manchanda
1977	Sh. Rajinder Kumar Gupta	Sh. V.K. Malhotra	2006	Sh. Harish Chawla	Smt. Karam Chand
1978	Sh. Shanti Bhushan Arora	Sh. Atma Ram Grover			Sh. Lion Mahipal Budhraja
1979	Smt. Ganga Devi Malhotra	Sh. Dina Nath Chawla	2007	Sh. Manish Dewan	Sh. D.R. Kataria Sh. B.B. Huria
1980	Sh. Mohan Lal Ahuja	Sh. J.N. Hasija	2008		Sh. Manoj Huria
	3 F3 (2021) (2.10) (2.10) (2.10) (2.10) (3.10)	Sh. Gian Chand Kumar			Sh. Dharamvir Bhutani
1982	Sh. Radhey Sham Tuteja	Sh. Sukh Dev Gogia	2009	Sh. Sushil Kumar Mehta	Sh. Mool Chand Chawla
	Sh. Sukh Raj Narula Smt. Saroj Nangia	Sh. Gopal Krishan Bhatia Sh. Madan Mohan Lal Makhija	2010	Sh. Ved Parkash Mehta	Sh. J.C. Khanna Sh. Guru Dutt Rakheja
	Sh. Mohan Lal Khattar	Smt. Mahesh Parkash	2010	on. ved i dikasiriventa	Sh. Gulshan Kumar Ahuja
	Sh. Bhagwan Das Rajpal	Sh. K.K. Dhingra	2012	Dr. Ram Saroop Verma	Sh. Madan Lal Makhija
	Sh. Gopal Das Bhutani	Sh. Ram Lal Bhutani	2012	Sh. Anil Chawla	Sh. Tarun Chaudhary Sh. Ved Parkash Chawla
1988	Sh. S.P. Grover	Sh. P.S. Wadhwa	2013	SII. AIIII Ollawia	Sh. Shammi Gambhir Sh. Ajay Sharma
1989	Sh. N.N. Bhutani	Sh. Ramesh Ahuja	2014	Sh. Ram Saran Bhatia	Sh. Ajit Sinha
1990	Sh. Raman Bhutani	Sh. Shiv Khera			Sh. Arvind Chaudhary
		Sh. Madan Lal Makhua	2015	Sh. B.R. Sikri	Smt. Shakuntla Bhatia
	Sh. J.C. Dawar	Sh. Narinder Nath Sachdeva			Sh. D.N. Madan Lion Vikram Sharma
	Sh. Brij Rattan Mehta Sh. Anand Dewan	Smt. Shanti Devi Mehta	2016	Sh. Dalip Guglani	Sh. Vikas Sehra
		Sh. Krishan Kumar Nangia			Sh. Sanjay Sharma Smt. Neena Sharma
1995	Sh. R.C. Virmani	Sh. Radhey Krishan Nangia Sh. Sukh Dev Gogia	2017	Sh. Gaurav Bawa	Smt. Neena Snarma Smt. Shakuntla Bhambhani
1996	Smt. Kanta Rani Mehta	Smt. Mahesh Parkash		Sh. Arun Rakheja	Sh. Vijay Nangia
		311111111111111111111111111111111111111			

DERAWAL PATRIKA 37 DECEMBER, 2019





### **ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)**

DERAWAL BHAWAN, F-27 & 28, Kirti Nagar, New Delhi-110 015

#### LIST OF OFFICE BEARERS

1955 TO 1960	
President	Sh. R.N. Sachdeva
Vice President	Sh. Bhagwan Das Mehta
Secretary	Sh. Sohan Lal Huria
Jt. Secretary	Sh. M.R. Khera
Treasurer	Sh. Hira Nand Mehta
<u>1961</u>	
President	Sh. R.N. Sachdeva
Sr. Vice-President	Sh. Bhagwan Das Mehta
Vice-President	Sh. P.N. Bhutani
Secretary	Sh. Sohan Lal Huria
Jt. Secretary	Sh. M.R. Khera

196	2
Pres	iden

Treasurer

Sh. R.N. Sachdeva Sr. Vice-President Sh. Bhagwan Das Mehta Sh. P.N. Bhutani Vice-President Sh. Sohan Lal Huria Secretary Sh. M.R. Khera Jt. Secretary Treasurer Sh. Hira Nand Mehta

Sh. Hira Nand Mehta

#### 1963

President Sh. Bhagwan Das Mehta Sr. Vice-President Sh. P.N. Bhutani Sh. Amar Nath Mehta Vice-President Secretary Sh. Sohan Lal Huria Jt. Secretary Sh. M.R. Khera

#### 1964

President Sh. Bhagwan Das Mehta Sr. Vice President Sh. Ghansham Das Makhija Sh. P.N. Bhutani Vice-President Sh. O.P. Guglani Secretary Sh. R.S. Dhingra Jt. Secretary Treasurer Sh. Tirath Das Mehta

#### 1965

President Sh. G.D. Makhija Sr. Vice President Sh. P.N. Bhutani Vice-President Sh. Amar Nath Mehta Sh. D.D. Guglani Secretary Jt. Secretary Sh. R.S. Dhingra Treasurer Sh. Sohan Lal Huria

#### 1966

President Sh. P.N. Bhutani Sr. Vice President Sh. M.L. Mongia Vice-President Sh. Sham Lal Mehta Sh. R.K. Tarneja Secretary Sh. L.N. Mehta Jt. Secretary Treasurer Sh. Sohan Lal Huria

	^	^	-
- 1	u	h	
	J	v	

President Sh. M.L. Mongia Sh. Sham Lal Mehta Sr. Vice President Vice-President Sh. G.D. Guglani Sh. L.N. Mehta Secretary Jt. Secretary Sh. P.N. Mehta Treasurer Sh. Sohan Lal Huria

#### 1968

President Sh. Sham Lal Mehta Sr. Vice President Sh. Tirath Das Mehta Vice-President Sh. Madan Makhija Secretary Sh. L.N. Mehta Jt. Secretary Sh. Raj Kishore Mehta Treasurer Sh. Sohan Lal Huria

#### 1969

President Sh. Madan Makhija Sr. Vice President Sh. P.C. Nangia Vice-President Sh. G.D. Tuteja Secretary Sh. Raj Kishore Mehta Jt. Secretary Sh. S.D. Mehta Treasurer Sh. R.K. Tarneja

#### 1970

President Sh. P.C. Nangia Sh. Tirath Das Mehta Sr. Vice President Vice-President Sh. Tej Bhan Das Chugh Sh. Bhola Nath Gogia Secretary Jt. Secretary Sh. J.N. Nagapal Treasurer Sh. Hira Nand Mehta

#### 1971 - 1974

Chief Patron Sh. H.C. Bhutani Patron Sh. S.L. Mehta President Sh. P.C. Nangia

#### 1975 - 1976

President Sh. T.D. Mehta Sh. J.N. Nagpal Secretary Sh. Kedar Nath Lal Treasurer

#### 1977

President Sh. G.D. Guglani Sh. M.L. Nagpal Vice-President Secretary Sh. J.N. Nagpal

#### 1978

President Sh. M.L. Nangia Vice-President Sh. Jai Dev Lal Nangia Secretary Sh. J.N. Nagpal Sh. S.K. Mehta Jt. Secretary Treasurer Sh. Kedar Nath Lal

#### 1979

Sh. M.L. Nangia President Sh. Jai Dev Lal Nangia Vice-President Vice-President Sh. J.N. Nagpal Sh. M.L. Guglani Secretary Sh. S.R. Bhutani Jt. Secretary Treasurer Sh. B.D. Khurana

#### 1980

President Sh. Jai Dev Lal Nangia Vice-President Sh. K.S. Makhija Vice-President Sh. M.L. Sethi Secretary Sh. A.N. Mehta Sh. S.R. Bhutani Jt. Secretary Treasurer Sh. M.L. Ahuja

#### 1981

President Sh. M.L. Ahuja Sr. Vice-President Sh. K.S. Makhija Vice-President Sh. M.L. Sethi Secretary Sh. M.L. Guglani Jt. Secretary Sh. L.N. Mehta Treasurer Sh. R.S. Dhingra

#### 1982

President Sh. M.L. Ahuja Sr. Vice-President Sh. K.S. Makhija Vice-President Sh. M.L. Sethi Secretary Sh. M.L. Guglani Jt. Secretary Sh. L.N. Mehta Treasurer Sh. R.S. Dhingra

#### 1983

Sh. K.S. Makhija President Vice-President Sh. M.L. Sethi Vice-President Sh. M.L. Guglani Sh. D.D. Nangia Secretary Sh. D.P. Minocha Jt. Secretary Treasurer Sh. R.S. Dhingra

#### 1984

Sh. M.L. Sethi President Vice-President Sh. M.L. Guglani Sh. G.D. Nangia Vice-President Secretary Sh. D.D. Nangia Sh. S.D. Sachdeva Jt. Secretary Treasurer Sh. D.P. Minocha

1985		1994 - 1995		2007 - 2008	
President	Sh. M.L. Guglani	President	Sh. R.C. Verma	President	Sh. D.P. Minocha
Vice-President	Sh. G.D. Nangia	Sr Vice-President	Sh. S.M. Chawla	Sr. Vice-President	Sh. B.R. Pulyani
Vice-President	Sh. R.K. Ahuja	Vice-President	Sh. M.P. Dawar	Vice-President	Sh. Anurag Chawla
	Sh. D.D. Nangia			Secretary	Sh. Vijay Huria
Secretary		Secretary	Sh. R.K. Tarneja	Jt. Secretary	Sh. Hans Raj Kalra
Jt. Secretary	Sh. S.D. Sachdeva	Jt. Secretary	Sh. D.P. Rajpal	Treasurer	Sh. K.N. Nagpal
Treasurer	Sh. D.P. Minocha	Treasurer	Sh. D.P. Minocha		
				2009 - 2010	
1986		1996 - 1997		President	Sh. B.R. Pulyani
President	Sh. G.D. Nangia	President	Sh. S.M. Chawla	Vice-President	Sh. Anurag Chawla
Vice-President	Sh. Rakesh Ahuja	Sr. Vice-President	Sh. M.P. Dawar	Secretary	Sh. Vijay Huria
Vice-President	Sh. M.M. Mehta	Vice-President	Sh. R.K. Tarneja	Jt. Secretary	Sh. K.N. Nagpal
Secretary	Sh. N.D. Gogia	Secretary	Sh. D.P. Minocha	Treasurer	Sh. S.K. Budhiraja
Jt. Secretary	Sh. D.P. Minocha	Jt. Secretary	Sh. D.P. Rajpal		
Treasurer	Sh. S.D. Sachdeva	Treasurer	Sh. K.N. Nagpal	2011 - 2012	
ricasurer	on. o.b. oachdeva	rreasurer	Sii. K.iv. ivaypai	President	Sh. Anurag Chawla
1007				Sr. Vice-President	
1987	Ob Debesh Abric	<u> 1998 - 1999</u>		Secretary	Sh. Vijay Huria
President	Sh. Rakesh Ahuja	President	Sh. M.P. Dawar	Jt. Secretary	Sh. S.K. Budhiraja
Vice-President	Sh. M.M. Mehta	Sr. Vice-President	Sh. R.K. Tarneja	Treasurer	Sh. Inder Dhingra
Vice-President	Sh. S.D. Sachdeva	Vice-President	Sh. Ravi Khera		•
Secretary	Sh. N.D. Gogia	Secretary	Sh. Ramesh Ahuja	2013	
Jt. Secretary	Sh. D.P. Minocha	Jt. Secretary	Sh. B.R. Pulyani	President	Sh. Anurag Chawla
Treasurer	Sh. K.N. Nagpal	Treasurer	Sh. K.N. Nagpal	Sr. Vice-President	•
\$400 C 22 (\$100)	O,	Treasurer	On. K.N. Nagpai	Vice-President	Sh. K.N. Nagpal
1988 - 1989		0000 0001		Secretary	Sh. Vijay Huria
President	Sh. M.M. Mehta	2000 - 2001	0. 5.4.7	Jt. Secretary	Sh. S.K. Budhiraja
Vice-President	Sh. D.D. Nangia	President	Sh. R.K. Tarneja	Treasurer	Sh. Inder Dhingra
	· ·	Sr. Vice-President			3
Vice-President	Sh. G.D. Bhutani	Vice-President	Sh. Ramesh Ahuja	2014-2015	
Secretary	Sh. N.D. Gogia	Secretary	Sh. B.R. Pulyani	President	Sh. Surender Kumar Mehta
Jt. Secretary	Sh. Ravi Khera	Jt. Secretary	Sh. D.P. Rajpal	Sr. Vice-President	Sh. Vijay Huria
Treasurer	Sh. K.N. Nagpal	Treasurer	Sh. Ashok Mehta	Vice-President	Sh. Inder Dhingra
				Secretary	Sh. Surinder Budhiraja
1989 -1990		2002 - 2003		Jt. Secretary	Sh. Madan Chawla
President	Sh. M.M. Mehta	President	Sh. Ravi Khera	Treasurer	Sh. B.B. Ahuja
Vice-President	Sh. N.D. Gogia		Sh. Ramesh Ahuja		5
Vice-President	Sh. G.D. Tuteja			2016 - 2017	
Secretary	Sh. S.D. Sachdeva	Vice-President	Sh. D.P. Minocha	President	Sh. Vijay Huria
Jt. Secretary	Sh. Ravi Khera	Secretary	Sh. B.R. Pulyani	Sr. Vice-President	
Treasurer	Sh. K.N. Nagpal	Jt. Secretary	Sh. D.P. Rajpal	Vice-President	Sh. Madan Chawla
Heasulei	Sii. K.N. Nagpai	Treasurer	Sh. K.N. Nagpal	Secretary	Sh. Surinder Budhiraja
1000 1001			2222	Jt. Secretary	Sh. Rakesh Minocha
<u>1990 - 1991</u>	Oh N D Onele	2004 - 2005		Treasurer	Sh. B.B. Ahuja
President	Sh. N.D. Gogia	President	Sh. Ramesh Ahuja		
Vice-President	Sh. G.D. Tuteja	Sr. Vice-President	Sh. D.P. Minocha	<u>2018</u>	
Vice-President	Sh. S.D. Sachdeva	Vice-President	Sh. B.R. Pulyani	President	Sh. Inder Kumar Dhingra
Secretary	Sh. D.P. Minocha	Secretary	Sh. Anurag Chawla	Sr. Vice-President	
Jt. Secretary	Sh. Vijay Khaneja	Jt. Secretary	Sh. Hans Raj Kalra	Vice-President	Sh. Surinder Budhiraja
Treasurer	Sh. K.N. Nagpal	Treasurer	Sh. K.N. Nagpal	Secretary	Sh. Naresh Kumar Minocha
	ŭ.	Heasulei	on. N.N. Naypai	Jt. Secretary	Sh. Rakesh Minocha
1992 - 1993		2000		Treasurer	Sh. B.B. Ahuja
President	Sh. G.D. Tuteja	2006	0. 5	2010	
Vice-President	Sh. S.D. Sachdeva	President	Sh. Ramesh Ahuja	2019 Procident	Ch. Indar Kumar Dhianna
	Sh. R.C. Verma	Sr. Vice-President	Sh. D.P. Minocha	President Sr. Vice-President	Sh. Inder Kumar Dhingra Sh. Madan Mohan Chawla
Vice-President		Vice-President	Sh. B.R. Pulyani	Vice-President	Sh. Surinder Budhiraja
Secretary	Sh. L.N. Mehta	Secretary	Sh. Anurag Chawla	Secretary	Sh. Hans Raj Kalra
Jt. Secretary	Sh. K.N. Nagpal	Jt. Secretary	Sh. Hans Raj Kalra	Jt. Secretary	Sh. Rakesh Minocha
Treasurer	Sh. D.P. Minocha	Treasurer	Sh. K.N. Nagpal	Treasurer	Sh. B.B. Ahuja
			31		



### 🛞 ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

DERAWAL BHAWAN, F-27 & 28, Kirti Nagar, New Delhi-110 015

### LIST OF OUR HONOURED MEMBERS / GUEST AT ANNUAL DERAWAL DAYS

#### 1994 T0 2014

			1004 10 2014		
	S.No.	Name of the Person	Status	Honoured	Year
	1.	Shri H. C. Bhutani	Chairman	Trophy & Shawl Saropa	1994
	2.	Shri K. N. Nagpal	MCM	Shawl Saropa	1994
	3.	Shri Gian Chand Mehta	Announcer	Shawl Saropa	1994
	4.	Shri M. P. Dawar	MCM	Shawl Saropa	1994
	5.	Shri S. M. Chawla	MCM	Shawl Saropa	1994
	6.	Shri S. D.Gogia	MCM - Donner	Shawl Saropa	1995
	7.	Shri A. S. Anand	Scholar	Shawl Saropa	1996
	8.	Shri Ashish Chawla	Member	Shawl Saropa	1997
	9.	Shri L. N. Mehta	MCM Eva Mambar	Shawl Saropa	1997
	10. 11.	Shri Anurag Chawla	Exc. Member MCM	Shawl Saropa Sewa Medal	1998 1998
	12.	Shri B. R. Pulyani Shri S. R. Bhutani	Exc. Member		1998
	13.	Smt. Sawaran Anand	Social worker	Shawl Saropa	1998
	14.	Shri S. R. Bhutani	Exc. Member	Shawl Saropa Shawl Saropa	1999
	15.	Shri Chander Bajaj	Donor	Shawl Saropa	1999
	16.	Shri Ashish Chawla	Member	Shawl Saropa	2000
	17.	Shri Chander Bajaj	Donor	Shawl Saropa	2000
	18.	Shri Satish Pahawa	South Delhi	Shawl Saropa	2000
	19.	Shri B. D. Chhabra	Member	Shawl Saropa	2001
	20.	Shri J. R. Dhingra	Manager	Shawl Saropa	2001
	21.	Shri Chander Bajaj	Donor	Shawl Saropa	2001
	22.	Shri Ashish Chawla	Manager	Shawl Saropa	2001
	23.	Shri Chander Kanta	Social worker	Shawl Saropa	2001
	23.	Shri Palwal School	Palwal Biradri	Shawl Saropa	2001
	24.	Shri Prabh Dayal Satija	South Delhi	Shawl Saropa	2001
	25.	Shri Jagdish Kabini	South Delhi	Shawl Saropa	2001
	26.	Shri S. D. Gogia	MCM	Shawl Saropa	2002
	27.	Shri Daulat Ram Gandhi	South Delhi	Shawl Saropa	2003
	28.	Dr. Rita Wahi	Doctor	Shawl Saropa	2003
	29.	Shri B. L. Dhingra	Exc. Member	Shawl Saropa	2003
	30.	Shri S. K. Budhiraja	Exc. Member	Shawl Saropa	2003
	31.	Shri N. D. Gogia	Chairman	Trophy & Shawl Saropa	2004
	33.	Shri Suresh Nangia	Shiv Samiti	Shawl Saropa	2004
	35.	Shri Vir Bhan Vir	Editor	Shawl Saropa	2004
	36.	Shri Anil Sachdeva	Palwal School	Shawl Saropa	2004
	37.	Shri P. S. Taneja	Derawal Biradri	Shawl Saropa	2004
	38.	Shri Prabhu Dayal Satija	South Delhi	Shawl Saropa	2004
	32.	Shri Ravi Khera	Patron	Trophy & Shawl Saropa	2005
	34.	Shri B.D.Sachdeva	Exc. Member	Shawl Saropa	2005
	39.	Shri A. S. Chaudhary	Jampur Biradari	Trophy & Shawl Saropa	2005
	40.	Shri L. N. Mehta	Editor in Chief	Trophy & Shawl Saropa	2005
	41.	Shri S. R. Bhutani	Member	Trophy & Shawl Saropa	2005
	42.	Shri Satish Pahwa	South Delhi-Donor	Trophy & Shawl Saropa	2005
	43.	Shri Subhash Guglani	Member	Trophy & Shawl Saropa	2005
	44.	Shri R. K. Tarneja	Ex. President	Shawl Saropa	2005
	45.	Shri M. P. Dawar	Ex. President	Shawl Saropa	2005
	46.	Shri Pardeep Barara	Social Worker	Shawl Saropa	2005
	47.	Shri B. S. Nagia	Gaziabad	Trophy & Shawl Saropa	2005
	48.	Shri Vicky Bajaj	Donor	Trophy & Shawl Saropa	2005
	49.	Shri M.L. Makhija	Patron	Trophy & Shawl Saropa	2005
	50.	Shri M.S. Bawa	Donor	Trophy & Shawl Saropa	2005
	51.	Shri Jagdish Sharma	Member	Trophy & Shawl Saropa	2005
	52.	Dr. Rita Wahi	Dr. Homoeopathy	Trophy & Shawl Saropa	2005
	53.	Shri Prabhu Dayal Satija	Social Worker	Trophy & Shawl Saropa	2005
_					



### LIST OF OUR HONOURED MEMBERS / GUEST AT ANNUAL DERAWAL DAYS

#### 1994 T0 2014

		1994 10 2	2014	
54.	Shri R.S. Dhingra	Special Invitee	Trophy & Shawl Saropa	2005
55.	Shri G.D. Nangia	Patron	Trophy & Shawl Saropa	2006
56.	Shri L.R. Kataria	Donor	Trophy & Shawl Saropa	2006
57.	Shri P.S. Wadhwa	Donor	Trophy & Shawl Saropa	2006
58.	Shri Gyan Chand Mehta	Announcer	Trophy & Shawl Saropa	2006
59.	Shri Rakesh Ahuja	FBD	Trophy & Shawl Saropa	2006
60.	Shri Vir Bhan Vir	Editor	Trophy & Shawl Saropa	2006
61.	Shri Suneja	Donor		2006
62.		Exc. Member	Trophy & Shawl Saropa	2006
	Shri Mahinder Budhiraja		Trophy & Shawl Saropa	
63.	Shri D.P. Minocha	Sr. Vice President	Trophy & Shawl Saropa	2006
64.	Shri K.N. Nagpal	Treasurer	Trophy & Shawl Saropa	2006
65.	Shri I.C. Khera	Exc. Member	Trophy & Shawl Saropa	2006
66.	Shri G. D. Nangia	Chairman	Trophy & Shawl Saropa	2007
67.	Shri L. N. Mehta	Chief Editor	Trophy & Shawl Saropa	2007
68.	Shri B. R. Pulyani	Sr. Vice President	Trophy & Shawl Saropa	2007
59.	Shri D. P. Minocha	President	Trophy & Shawl Saropa	2007
70.	Shri Gian Chand Mehta	Anouncer	Shawl Saropa	2007
71.	Shri Vijay Huria	MCM	Trophy & Shawl Saropa	2008
72.	Shri Yashwant Bhutani	Exc. Member	Shawl Saropa	2008
73.	Shri S. R. Bhutani	Exc. Member	Shawl Saropa	2008
74.	Shri Subhash Guglani	Exc. Member	Shawl Saropa	2008
75.	Shri Inder Chhabra	Exc. Member	Trophy & Shawl Saropa	2008
76.	Shri I. C. Khera	Exc. Member	Trophy & Shawl Saropa	2008
77.	Smt. Laaj Dhingra	Social Worker	Shawl Saropa	2008
78.	Smt. Mukti Priya	Doctor	Shawl Saropa	2008
79.	Pt. Mahesh Sharma	Pandit ji	Shawl Saropa	2009
80.	Shri Satish Pahwa	South Delhi-Donor	Shawl Saropa	2009
81.	Shri Suresh Nangia	South Delhi	Shawl Saropa	2009
82.	Shri H. K. Pahuja	Gurgaon Sabha	Shawl Saropa	2009
83.	Shri M. L. Luthra	Accountant	Shawl Saropa	2009
84.	Shri A. S. Chaudhary	Patron	Shawl Saropa	2009
85.	Shri Vasdev Tuteja	South Delhi	Shawl Saropa	2009
86.	Smt. Asha Gogia	Social worker	Shawl Saropa	2009
87.	Shri Sudarshan Pahwa	Exc. Member	Shawl Saropa	2009
88.	Shri Manish Dewan	Exc. Member	Shawl Saropa	2009
89.				
	Shri Madan Chawla	Exc. Member	Shawl Saropa	2009
90.	Shri G. D. Nangia	Chairmen	Trophy & Shawl Saropa	2010
91.	Shri Rakesh Ahuja	Admn. Trustee & Patron	Trophy & Shawl Saropa	2010
92.	Shri Megh Raj Khera	Founder	Trophy & Shawl Saropa	2010
93.	Dr. Jatinder Nagpal	Doctor	Trophy & Shawl Saropa	2010
94.	Dr. M. M. Anand	Doctor	Trophy & Shawl Saropa	2010
95.	Shri D. P. Minocha	Ex. President	Trophy & Shawl Saropa	2012
96.	Shri Anurag Chawla	President	Trophy & Shawl Saropa	2012
97.	Shri Vijay Huria	MCM	Trophy & Shawl Saropa	2012
98.	Shri Sita Ram Bhutani	Exc. Member	Trophy & Shawl Saropa	2012
99.	Shri Jeewan Mehta	Haridwar - Manager	Trophy & Shawl Saropa	2012
100.	Shri Megh Raj Khera	Founder	Shawl Saropa	2013
101.	Shri Suresh Nangia	South Delhi	Shawl Saropa	2013
102.	Shri Gulshan Ahuja	Donor	Shawl Saropa	2013
103.	Shri Aashotsosh Sharma	South Delhi	Shawl Saropa	2013
104.	Shri K. N. Nagpal	Vice President	Trophy & Shawl Saropa	2013
105.	Shri M. K. Nagpal	Donor	Shawl Saropa	2014
106.	Shri Amir Chand	Faridabad - Donor	Shawl Saropa	2014
107.	Shri Hans Raj Kalra	Exc. Member	Shawl Saropa	2014
108.	Shri Prabhu Dayal Satija	Exc. Member	Shawl Saropa	2014
109.	Shri Madan Mohan Chawla	MCM	Shawl Saropa	2014
110.	Shri C. M. Khanna	Donor	Shawl Saropa	2014
111.	Smt. Santosh Hasija	Donor	Shawl Saropa	2014
1.1.13	ont. oantoon nasija	Donor	Chawi Caropa	2014

DERAWAL PATRIKA 41 DECEMBER, 2019

### मानव जीवन का कल्याण मार्ग

यह सारी सृष्टि प्रभु की लीलास्थली है। उसमें ही उत्पत्ति का लक्ष्य छिपा है और उसे पूर्ण करने के बाद ही जीवन का पटाक्षेप हो जाता है। हमारा संग क्षणिक और अस्थायी है। इस लीला स्थली या रंगमंच के सभी पात्र यानी अभिनेता स्थान, वेशभूषा आदि सभी उस सूत्रधार (ईश्वर) द्वारा ही नियोजित हैं। केवल मनुष्य योनि में ही मानव अपना मरण चक्र सुधार सकता है। प्रभु को भी हम पर इसके लिए गर्व भी है जैसा कि राम चिरत मानस में कहा भी गया है –

### सब मम प्रिय, सब मम उपजाए। सबसे अधिक, मनुज मोहि भाए।।

हम विवेक द्वारा अपना जीवन सुधार करने में समर्थ हैं। हमारा मरण प्रभु सिमरन से ही सुधर सकता है। भगवान भक्तों के हाथ सदैव बिकते आए हैं। भगवान का वास बैकुण्ठ धाम नहीं बिल्क भक्तों का वास ही रहा है, यानी सतसंग ही है, जब संकीर्तन में हम लीन हो जाते हैं तो संसार से दूर और करतार के समीप हो जाते हैं। इसी समीपता हेतू ही विभिन्न साधन – जप, तप, तीर्थ और नाम सिमरन किए जाते हैं। इसी में ही प्रभु की अहैतुकी कृपा प्राप्त होती हैं, जिन्हें विवेक कहते है विवेक एक अनुपम साधन है जिसके द्वारा हम शरीर और संसार की असत्यता को और आत्मा और परमात्मा की अभिन्नता को समझ पाते हैं और सत्य तक पहुंच सकते है। अपना और संसार का वास्तविक रूप समझना ही जीवन का उद्देश्य है और विवेकमय जीवन ही एक मात्र साधन है। जब प्रभु में पूर्ण श्रद्धा और विश्वास दृढ़ हो जाए यही भिक्त है। यही एक मात्र सर्वोच्च मार्ग है जो कठिन तो है मगर असम्भव नहीं। संसारिक उपलब्धियां स्वयं को सिद्ध करने के लिए हो सकती है, लेकिन पूर्ण सुख और शान्ति नहीं दे सकती। संसार के आकर्षण में तो केवल दु:ख ही दु:ख छिपा है। जबिक प्रभु कृपा से प्रभु आश्रितों को सर्वत्र 'राममय' लगने लगता है।

– हंसराज कालड़ा

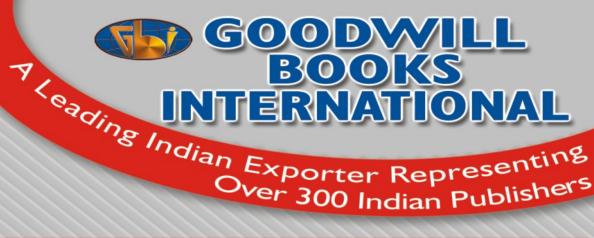


### ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

**DONATIONS RECEIVED - NOVEMBER, 2019** 

R.No.	Name	Amount (Rs.)	R.No. Name	Amount (Rs.)
All India	a Derawal Sahayak Sabha (Rego	d.)	<b>42941</b> Shri M. L. Bhutani	500
F-27-28	3, Kirti Nagar, New Delhi-2017		42957 Shri Sudershan Pahwa	3000
	pathy Donation Collection  Donation Collection	59500 10350	42958 Shri Gopal Das Ahuja	250
Physio	therapy Donation Collection	15890	<b>Donation for Advertisement</b>	
Eye Ca	re Donation Collection	2070	<b>42959</b> Mianwali Voluntary Blood Donors Association	1000
DONAT	TION			
			Donation for Healthcare	
	Shri Devraj Taneja in memory of his Parents	500	42917 Shri Gurudutt Rakheja	1000
42922	Smt. Kamla Taneja	500	Donation for Dispensary	
	on her Birthday		40996 M/s Madhav Caterer	100
42928	Smt. Shashi Rajpal	500	40997 M/s Krishan Caterer	100
42932	Shri Mohit Ahuja	250	40998 Dr. Puneet Arora	100
	in memory of his father Late Shri Ramesh Ahuja		40999 Smt. Usha Bajaj	250

DERAWAL PATRIKA 42 DECEMBER, 2019



We export books worldwide on various subject — Children, Engineering, Science & Technology, Library, Reference, Religion, Medical, etc.

Publishers of more than 1500 paperbacks, hardbacks and children books

Known for quality packing and prompt execution of orders at competitive prices

208 Rattan Jyoti building 18 Rajendra Place new Delhi - 110 008 (inDia)

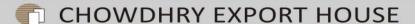
Tel.: 00 91-11-25755519, 25720209, 25820556

Fax: 00 91-11-25763428, 25764396

Website: www.goodwillpublishinghouse.com goodwillbooksinternational@gmail.com Email:

> goodwillpub@gmail.com goodwillpub@vsnl.net ylp@bol.net.in

aSSOCiaTES



# With best compliments from



ISO/TS 16949:2009 CERTIFIED

# STEERING & SUSPENSION PARTS



**MANUFACTURERS & EXPORTERS** 

### **DATTA INDUSTRIES**

H-11, INDUSTRIAL ESTATE, ROHTAK ROAD, NANGLOI, DELHI-110041 PHONE: 25471393, 25478393, FAX: 091-11-25475778

E-mail: sheller@tierodend.com | Website: www.tierodend.com

### Glimpses of 59th Annual Derawal Day held on 16 December, 2018































### Glimpses of 59<sup>th</sup> Annual Derawal Day held on 16 December, 2018































### Glimpses of 59th Annual Derawal Day held on 16 December, 2018































### Glimpses of 59th Annual Derawal Day held on 16 December, 2018





















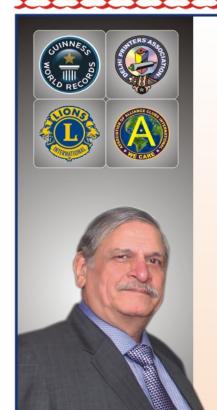












### Mahinder Budhiraja

**Guiness World Record Holder** 

President: DELHI PRINTERS' ASSOCIATION (Regd.)

**President: DELHI PRINTERS' CLUB** 

President: LIONS CLUB DELHI WEST, Distt. 321-A3 (18-19)
Distt. Chairman: Lions Clubs Intl., Distt. 321-A3 (2018-19)
PRO North Multiple: Asso. of Alliance Clubs International
Distt. Governor: Assn. of Alliance Clubs Intl., Distt.-139 (18-19)

Chief Patron: Kirti Nagar Residents Welfare Association
V. President: F-Block Kirti Nagar Residents Welfare Assn.
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

### with best compliments from





Roopak Chawla +91 956025555

LATE SH. 5 M CHAWLA

# CHAWLA TENT & LIGHT HOUSE

**Caterers & Decorators** 

Shop No. 6, F-112, Kirti Nagar, New Delhi-110015

Regulated under Chit Funds Act 1982 by the Registrar of Chit Funds, Govt. of NCT of Delhi

### CHANDRA LAKSHMI CHIT FUND PVT. LTD.



We simplify your financial planning experience by building an efficient financial roadmap for you. We offer a wide variety of products.

Our Customers love us because our Chits are flexible

Chit value Rs. 2 lacs to Rs. 45 lacs

Subscription Rs. 5,000 to Rs. 1.5 lacs per month

Duration 12 months to 50 months

Chits are versatile instruments that allow better flexibility than any other tools in the financial arena.



Customized solutions for individual needs



Flexible products allow funds at the time of your need



An unblemished track record of 4 Decades

### Attractive Funds against Life Insurance Policies

108, Satya Mansion, Ranjeet Nagar Commercial Complex, New Delhi
Tel.: 011-25704355, Mob.: 9818173888, Web.: chitfund.com, Email: office@chitfund.com

DERAWAL PATRIKA 50 DECEMBER, 2019

### डेरावाल स्वास्थ्य केन्द्र

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

ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा (पंजी.) और डेरावाल सहायक संघ (पंजी.) दोनो मिलकर जीवन के मूल्यों को आधार बनाकर सेवा के कार्यों को आगे बढ़ाने में हमेशा अग्रणी रहे हैं।

इसी समाजिक कार्यों को आगे बढ़ाते हुए डेरावाल सेवा संघ (पंजी.) एवं ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा (पंजी.) दोनो ने मिलकर 10 मई, 2015 को डेरावाल स्वास्थ्य केन्द्र की नीव रखी। डेरावाल भवन एफ - 27 - 28, कीर्ति नगर, नई दिल्ली में आज इस स्वास्थ्य केन्द्र के कुछ कार्य सफल पूर्वक चल रहे हैं: -

- (1) Charitable Homeopathy Dispensary
- (2) Charitable Physiotherapy Centre
- (3) Charitable Dental Care Centre
- (4) Charitable Eye Care Centre

#### HOMEOPATHY DISPENSARY:

It was on 1st December 1974 that our Derawal Sahayak Sabha took a step to start a Charitable Homeopathy Dispensary at Derawal Bhawan, Kirti Nagar to serve the public at large.

As the step was a noble cause it was got inaugurated later on by Sh. Radha Raman, the Hon'ble Chief Executive Councilor of Delhi Metropolitan.

The Sabha also highly appreciated sincere selfless services of Late Sh. Ishar Das Minocha, who served more than 20 years before 1996 for this Homeopathy Dispensary.

We also feel pride to inform to have association of a well qualified & experienced Dr. Rita Wahi who has been running this homeopathy dispensary for the last about 23 years with her best ability on honorary basis.

#### PHYSIOTHERAPY CENTRE:

इस केन्द्र की शुरूआत डेरावाल भवन, एफ - 27 - 28, कीर्ति नगर में 10 मई, 2015 में की गई। इस स्वास्थ्य केन्द्र में फिजियोथेरेपी केन्द्र खोलने का उद्देश्य लोगों को इस थेरेपी से शरीर के विभिन्न भागों में होने वाले दर्दों से आराम दिलाना है और शरीर में जोड़ों तथा मांसपेशियों का लचीलापन लाना, शरीर की ऊर्जा और सहनशीलता को बढ़ाना है।

इस फिजियोथेरेपी केन्द्र में आधुनिक मशीनों द्वारा इलाज सीनियर डॉ. हरमिन्दर सिंह द्वारा किया जा रहा है।

मई - 2015 से इस केन्द्र में रोजाना 8 - 10 मरीज आकर इस थेरेपी से लाभान्वित हो रहे हैं। अभी तक लगभग 1400 मरीज इस थेरेपी से लाभ उठा चुके हैं।

#### DENTAL CARE CENTRE:

इसी सोच को आगे बढ़ाते हुए इस स्वास्थ्य केन्द्र में Charitable Dental Care Centre की शुरूआत 26 मार्च, 2016 में की गई। यह सर्वश्री गिरीश मेहता और रिव खेड़ा के माध्यम से जिन्होंने Rotary Club, Delhi के साथ मिलकर इस Dental Care Centre की स्थापना की। Rotary Club, Delhi ने Dental Chair with Medical Accessories and other equipments इस केन्द्र को दान के रूप में दिये। इस केन्द्र का उद्घाटन श्री सुधीर मंगला जी, District Governor द्वारा किया गया और यह सभा श्री प्रशांत सहगल व Rotary Club के अन्य अधिकारियों की आभारी रहेगी जिन्होंने अपना सहयोग दिया।

इस Dental Care Centre में सप्ताह में पाँच दिन जिसमें दो दिन (सोमवार एवं शुक्रवार) डॉ. नीरज शर्मा तथा तीन दिन (मंगलवार, वीरवार एवं शनिवार) डॉ. गगनप्रीत कपूर द्वारा मरीजो का इलाज किया जा रहा है।

#### EYE CARE CENTRE:

Charitable Eye Care Centre डेरावाल भवन को शुरू करने का सपना हमारे सभा के Administrative Trustee and Patron श्री राकेश आहूजा और उनकी धर्मपत्नी श्रीमती विनोद आहूजा का था जो 15 जनवरी, 2017 को पूरा हुआ।

इस Eye Care Centre में सप्ताह के चार दिन जिसमें दो दिन (मंगलवार एवं शुक्रवार) डॉ. अमित जुनेजा तथा दो दिन (सोमवार एवं बुधवार) डॉ. श्रेया सरदाना अपने सेवायें दे रहे हैं। इसके साथ यदि कोई सर्जरी अथवा ऑपरेशन की जरूरत है तो उसकी भी व्यवस्था डेरावाल हेल्थ केयर सेन्टर द्वारा इन्ही दोनो डॉक्टरों के सहयोग से 15 से 20 प्रतिशत का लाभ सर्जरी के खर्चों में दिया जाता है।

DERAWAL PATRIKA 51 DECEMBER, 2019

इस डेरावाल स्वास्थ्य केन्द्र में चल रहे Homeopathy, Physiotherapy, Dental Care and Eye Care Centre में मरीजों की देख-रेख और नि:स्वार्थ सेवा सर्वश्री रवि खेड़ा, सुरेन्द्र मेहता, नरेश कुमार मिनोचा, सीताराम भुटानी, रविन्द्र बुद्धिराजा, श्रीमती हेमा भुटानी, श्रीमती विमल बुद्धिराजा, श्रीमती अवनीत कौर और कुमारी किरण सेठी द्वारा की जा रही है।

सभा इन सबकी सोवाओं का धन्यवाद करती है जो अपनी नि:स्वार्थ सेवा से पुण्य कमा रहे हैं।

ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा (पंजी.) द्वारा चल रहे कुछ अन्य प्रमुख कार्य :

- (1) प्रतिदिन सुबह 10:00 बजे से दोपहर 1:00 बजे तक B.P. एवं Sugar का Free Checkup (डिरावाल भवन में) प्रशिक्षित नर्स द्वारा किया जा रहा है । इसके अतिरिक्त यह सभी सेवायें नर्स द्वारा वृद्ध लोगों (जो असमर्थ हैं) के घरों में जाकर भी प्रदान की जा रही है।
- (2) प्रति मंगलवार को सुंदर काण्ड पाठ का आयोजन सायं 4:30 बजे से 6:00 बजे तक किया जाता है।

- (3) प्रत्येक शुक्रवार को सायंकाल 4:00 बजे से 6:00 बजे तक महिला मण्डल द्वारा कीर्तन किया जाता है।
- (4) हर साल मार्च माह में डेरावाल भवन, एफ /27 28, कीर्ति नगर में Full Free Medical Checkup Camp का भी आयोजन कुशल डॉक्टरों द्वारा किया जाता है।
- (5) हर साल JYOT YATRA (Holi City, Haridwar) का प्रबन्ध अप्रैल माह में डेरावाल भवन, कीर्ति नगर से डेरावाला भवन हरिद्वार जाने के लिए बसों द्वारा किया जाता है। अन्त में प्रभु से यही प्रार्थना है कि ऐसी संस्थाएँ दिन रात चौगुनी तरक्की करें तथा समाज सेवा से ओतप्रोत रहें और इनसे जुड़े सभी सहयोगी दानवीरों का भी धन्यवाद, जो न केवल "डेरावाल स्वास्थ्य केन्द्र" के इस पुण्य कार्य को आगे बढ़ा रहे हैं अपितु अन्य गतिविधियों में अपना यथाशिक्त सहयोग कर रहे हैं।

"दान से वस्तु घटती नहीं बल्कि बढ़ती है" "दान के लिए वर्तमान ही सबसे उचित समय है।"

आईए! इस स्वास्थ्य केन्द्र में हम सभी मिलकर अपने सहयोग की आहुति प्रदान करें।

### With best compliments from:

### Krishna Gopal Gulati President

# GOPAL MANAY SEVA SANSTHAN

(Regd. under U.P. Khadhi Gramodyog Board)

Manufacturer of : Washing Soap, Semi Transparent Washing Soap & Detergent Powder & Toilet Soap

Head Office: Ashirwad Building, Krishna Nagar, Kanpur Road, Lucknow-23 Factory: Village - Sikanderpur, Post - Banthra, Kanpur Road, Lucknow,

Call: 09415014799, 9415302559, 9935802666

E-mail: gmss.gopalgulati@yahoo.com

DERAWAL PATRIKA 52 DECEMBER, 2019



### ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)





### TO FOLLOWING DERAWAL LIFE MEMBERS FOR THE MONTH OF JANUARY:

NAME Shri M.M.Mehta Shri O.P.Rajpal Shri Jagdish Lal Thakur Shri Iswar Chand Setia Shri Gian Chandra Narang Shri Prabhu Dayal Satija	DATED 01 Jan. 01 Jan. 01 Jan. 01 Jan. 01 Jan. 04 Jan.	YEAR 1945 1947 1961 1949 1933 1949	NAME Shri Ankit Mehta Maj. Mahinder Kumar Nagpaul Shri Chander shekhar Sharma Smt. Rajni Jaitly Shri Jagdish Chander Batra Shri Sudershan Pahwa	DATED 11 Jan. 12 Jan. 13 Jan. 15 Jan. 16 Jan. 17 Jan.	YEAR 1984 1936 1955 1961 1938 1956
Shri Jagdish Lal Thakur					
Shri Gian Chandra Narang	01 Jan.	1933	Shri Jagdish Chander Batra	16 Jan.	1938
Shri Manohar Lal Luthra	04 Jan. 05 Jan.	1949	Shri Anurag Chawla Shri Vikas Sehra	19 Jan. 19 Jan.	1969 1963
Shri Suresh Chander Chaudhary Shri Gaurav Khera	06 Jan. 08 Jan.	1943 1981	Shri Manas Muglani Shri Pawan Kalra	19 Jan. 20 Jan.	1988 1958
Shri Subhash Guglani Shri Vibhu Bhatia	08 Jan. 09 Jan.	1946 1976	Shri Harish Chander Sehgal	24 Jan.	1951
Shri Manish Kumar Arora	09 Jan.	1969	Shri Manish Diwan Shri Harish Chhabra	26 Jan. 26 Jan.	1952 1956
Shri Mohit Ahuja Shri Ved Mehta	10 Jan. 10 Jan.	1977 1948	Shri Om Parkash Mehta Shri Roopak Chawla	28 Jan. 31 Jan.	1958 1978

ALL OTHER VALUABLE DERAWAL AND BRETHREN BORN IN THE MONTH OF JANUARY

With best compliments from:

Happy New Year-2020

B.B. Ahuja Sumit Ahuja



9811132949 9811017894

# THE FRIENDS INDUSTRIAL CORPORATION

Manufacturer & Exporter of:

**ALL KINDS OF INDUSTRIAL & CONTINENTAL GASKETS** 

18, D.L.F. Industrial Area, Moti Nagar, Najafgarh Road, New Delhi - 110 015 Phone : 011 - 2519 5532

E-mail: friends\_maestro@yahoo.co.in sumit\_friendgaset@rediffmail.com





### NDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

DERAWAL BHAWAN, F-27 & 28, Kirti Nagar, New Delhi-110 015

#### LIST OF OUR HONOURED MEMBERS & AWARDS

#### **YEAR WISE 2015 ONWARDS**

S.No.	Name of the Person	Status	Honoured with	Year
1.	Shri H. C. Bhutani	Chairman & Admn. Trustee	Dera Rattan	1994
2.	Shri G. D. Nangia	Chairman & Admn. Trustee	Dera Rattan	2015
3.	Shri Rakesh Ahuja	Admn. Trustee & Ex. Chief Patron	Dera Rattan	2015
4.	Shri M. R. Khera	Founder Member	Life Time Achievement Award	2015
5.	Shri Mohan Lal Mehta	Founder Member	Life Time Achievement Award	2015
6.	Shri Girish K. Mehta	Patron	Dera Vibhushan	2015
7.	Shri A. S. Chaudhri	Patron	Dera Bhushan	2015
8.	Smt. Laaj Dhingra	Social Worker	Dera Shardha Samman	2015
9.	Shri Jeewan Mehta	Haridwar - Manager	Dera Karamveer	2015
10.	Shri R. S .Lal	Admn. Trustee & Patron	Life Time Achievement Award	2016
11.	Shri M. L. Makhija	Admn. Trustee & Patron	Life Time Achievement Award	2016
12.	Shri D. P. Minocha	Patron	Dera Vibhushan	2016
13.	Shri L. N. Mehta	Chief Editor	Dera Bhushan	2016
14.	Shri S. R. Bhutani	Exec. Member	Dera Karamveer	2016
15.	Smt. Vinod Ahuja	Social Worker	Dera Sharda Samman	2016
16.	Shri M. L. Kumar	Social Worker	Karam Yogi	2016
17.	Shri Madan M. Mehta	Chairman & Admn. Trustee	Dera Rattan	2017
18.	Shri S. D. Gogia	Patron	Life Time Achievement Award	2017
19.	Shri A. S. Anand	Patron	Life Time Achievement Award	2017
20.	Shri K. S. Makhija	Patron	Life Time Achievement Award	2017
22.	Shri Anurag Chawla	Patron	Dera Vibhushan	2017
23.	Shri Suresh Kr. Nangia	Shiv Samiti	Dera Bhushan	2017
24.	Smt. Prabha Chawla	Social Worker	Dera Shardha Samman	2017
25.	Shri K. N. Nagpal	Exec. Member	Dera Karamveer	2017
26.	Shri Subhash Guglani	Exec. Member	Dera Karamveer	2017
27.	Shri Subhash Sachdeva	Ex. MLA & Social Worker	Karam Yogi	2017
28.	Shri Ravi Khera	Chief Patron & Admn. Trustee	Dera Rattan	2018
29.	Shri R. K. Tarneja	Celebrity	Life Time Achievement Award	2018
30.	Shri Ramesh Ahuja	Patron	Dera Vibhushan	2018
31.	Shri Harish Kumar Chhabra	Special Invitee	Dera Bhushan	2018
32.	Dr. Rita Wahi	Homoeopathy Dispensary	Dera Shardha Samman	2018
33.	Shri Ishwar Chand Khera	Co-Opted Executive Committee Members	Dera Karamveer	2018
34.	Shri Inder Kumar Chhabra	Co-Opted Executive Committee Members	Dera Karamveer	2018

### **DONATION FOR LANGAR - 2019**

S.N.	Rec. No.	Dated	Name	Amt.	Chq/Cash	S.N.	Rec. No.	Dated	Name	Amt.	Chq/Cash
1	43201	16-12-2019	Shri Charan Das Bangia	2100	Cash	16	43217	21-12-2019	Shri Tarun Chaudhary	5100	Cash
2	43202	16-12-2019	Shri C. B. Arora	2100	Cash	17	43218	23-12-2019	Shri M. P. Dawar	1500	Cash
3	43203	16-12-2019	Shri B. B. Ahuja	3100	Cash	18	43219	23-12-2019	Shri Surender Kr. Mehta	5000	Chq.
4	43204	16-12-2019	Shri Prabhu Dayal Satija	1100	Cash	19	43224	24-12-2019	Smt. Renu Minocha	1100	Chq.
5	43205	16-12-2019	Shri Sudershan Pahwa	1100	Cash	20	43225	24-12-2019	Shri Om Prakash Rajpal	2100	Chg.
6	43206	16-12-2019	Shri Mahinder Budhiraja	2100	Cash	21	43226	24-12-2019	Shri Subhash Guglani	2100	Chg.
7	43207	16-12-2019	Shri Hans Raj Kalra	2100	Cash	22	43227	24-12-2019	Shri Rakesh Minocha	2100	Cha.
8	43208	17-12-2019	Derawal Sewa Sangh	3100	Cash	23	43228	25-12-2019	Smt. Chandra Prabha Chawla	1100	cash
9	43209	17-12-2019	Shri K. N. Nagpal	2100	Chq.	24	43229	25-12-2019	Shri Anurag Chawla	1100	cash
10	43210	17-12-2019	Shri Ravinder Budhiraja	1000	Cash	25	43230	25-12-2019	Shri D P Minocha	1100	Cash
11	43211	17-12-2019	Shri Sita Ram Bhutani	2000	Cash	26	43231	25-12-2019	Shri Manish Minocha	1100	Chg.
12	43212	17-12-2019	Shri Ramesh Ahuja	2100	Cash	35.23					
13	43213	18-12-2019	Shri M. L. Bhutani	500	Cash	27	43232	25-12-2019	Shri Vijay Huria	1100	cash
14	43214	19-12-2019	Smt. Anita Minocha	1000	Cash	28	43233	25-12-2019	Shri Madan Mohan Chawla	1100	cash
15	43216	21-12-2019	Shri Surinder Budhiraja	2500	Chq.	29	43234	25-12-2019	Shri Lokesh Chawla	1100	cash

DERAWAL PATRIKA 54 DECEMBER, 2019



Derawal Bhawan, F-27 & 28, Kirti Nagar, New Delhi-110015 | Phone : 011- 25936132, 9250810522

### FREE MATRIMONIAL SERVICES

Every Saturday & Sunday 11 AM to 2 PM

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

01. 27 years (D.O.B. 20.05.1992, 11:35 AM, Delhi, Height- 5'-3", M.A.(Eng) + NPTT Course, Teacher (Dwarka), Income Rs. 35,000 PM. Contact her father Shri Rajender Narang on Tel.: 9811259447 (R-41071)



#### **DIVORCEE GIRL:**

01. 39 years (D.O.B. 17.09.1980, 05:40 PM, Rohtak, Height- 5'-4", B.Tech, MBA, M.Tech, Pursuing Ph.D. (IInd Year), Asstt. Professer (Delhi), Income Rs. 65,000 PM. Contact her father Shri. Suresh Bhatia on Tel.: 9811808782, 9999893859 (R-41069)

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

01. 28 years (D.O.B. 05.04.1991, 09:55 AM, Delhi, Height-5'-7", B.Tech, Service (Delhi), Income Rs. 10.2 PA. Contact his father Shri. Mohan Chawla on Tel.: 9868583590, 011-



- Y.K. Bhutani & M.L. Bhutani



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

एक्वाप्रेशर 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. 27(+) years (09.02.92, 05.45 pm, Delhi), Height 5'5", Fair, 65 kgs., B.Com., Diploma in Mechanical Engineering, Dera Ghazi Khan Family Boy, working as asstt. Manager in Automobile Company at Sahibabad, Earning Rs. 30000/- pm, Contact his Father Sh. Ashok Kumar at Ph. 9540891636, Suitable Working Girl required.
- 02. 30(+) years (28.06.89, 05.30 pm, Delhi), Height 5'-2", Medium built, 8th Pass, working with Tour and Travels Co., Earning Rs. 25000/- pm, Contact his Father Sh. Kishan Lal Alag at Ph. 9953415856, 9999138122, Suitable Girl Required.

#### **BUSINESS:**

01. 30(+) years (07.03.89, 05.50 pm, Delhi), Height 5'-5", Fair, Normal Body, 12th pass, BA 2nd year, using specs, Mianwali family boy, running his Own Business of Custom Clearing agent at Nehru Place, Earning Rs. 60000/- pm, Contact his Mother Smt. Ahuja at Ph. 9958954574, 41718967, Suitable Working Girl required.

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

01. 36(+) years (09.03.83, 05.56 pm, Delhi), Height 5 feet, wheatish, healthy body, B.Com., Mianwali Family Girl, Anshik Manglik, working with Alitalia Air Lines as Reservation Executive at East of Kailash, Earning Rs. 40000/- pm, Contact her Mother Smt. Ahuja at Ph. 9958954574, 41718967, Suitable Boy in Service or Business having Own House, required.

DERAWAL PATRIKA 56 DECEMBER, 2019

# डेरावाल सेवा संघ (रजि.)



संस्थापक : स्व. श्री भगवान दास मेहता (10.06.1914-14.03.1972)

1947 में बंटवारे के बाद श्री भगवान दास मेहता जी ने उसी सेवा नम्रता और लोकप्रियता का सच्चा प्रमाण देकर जो भी उनके पास जिस सहायता के लिये दिल्ली में आया. उन्होंने उसे हर प्रकार की सहायता देकर धन की आवश्यकता वाले को धन दिलाया, विधवाओं को सिलाई की मशीन और निर्धनों को वस्त्र और नौकरी वालों को नौकरी दिलवाई। इस बात को सब जानते और मानते हैं कि श्री भगवान दास के द्वारा डालमिया सीमेंट कम्पनी में जितने छोटे बड़ों ने नौकरी प्राप्त कर के ऊंचे से ऊंचे पद को संभालने में सफल हुए उनका सारा श्रेय श्री भगवान दास जी के भाग्य में आता है। न केवल नौकरी दिलवाने में उनका नाम प्रसिद्ध हुआ बल्कि हर प्रकार की सेवा में उनका नाम सर्वश्रेष्ठ माना जाता है। उनकी सेवाओं को ऑल इंडिया डेरावाल सहायक सभा के संबंध में सदैव उच्च सेवा की दृष्टि से देखा जाता है। श्री भगवान दास मेहता जी का गरीबों के साथ बहुत गहरा संबंध और प्यार था।

डेरावाल सेवा संघ पिछले कई दशकों से निर्धन, असहाय, बेसहारा विधवाओं की वित्तीय व अन्य सामग्री वितरण हेतु नि:शुल्क चिकित्सा व स्कूलों के गरीब बच्चों की शिक्षा व वेषभूषा हेतु सहायता प्रदान करने जैसी गतिविधियों में संलग्न रहकर अपनी बिरादरी व अन्य क्षेत्रों में अहम स्थान बनाये हुये है। डेरावाल सेवा संघ की अच्छी साख है, सभी दानवीरों का अच्छा सहयोग है।

ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा व संघ का आपसी गूढ़ समन्वय है। यदा कदा दोनों संस्थाएँ इसी सहयोग से धार्मिक व समाजिक कार्यों में रचनात्मक रवैया अपनाते हुये समाज सेवा का बेखूब परिचय देते हैं। इसी समन्वय का सजीव उदाहरण वर्ष 2015 मई माह में डेरावाल हेल्थ केयर सेन्टर का डेरावाल भवन में ही शुभारम्भ है जिसमें डेरावाल सेवा संघ का सभी फिजियोथरेपी के आधुनिक उपक्रमों का निजी निवेश व सहयोग जिससे सभी परिचित हैं।

डेरावाल सेवा संघ द्वारा आयोजित, प्रतिवर्ष जून माह में ''संस्थापक दिवस'' 2016 तक एक सजीव उदाहरण रहा।

इन दिवसों की संध्या पर काफी संख्या में सभी प्रियजन सत्संग में भजनों के माध्यम से प्रभु नाम की अमृत वर्षा का रसपान करते रहे।

संस्थापक दिवसों के सफल आयोजन के लिये जहाँ आहूजा परिवार, खेड़ा परिवार व मेहता परिवार का पूर्ण योगदान था, विशेष तौर पर अधिक श्रेय सर्वश्री गिरीश मेहता, रिव खेड़ा, सुरेन्द्र कुमार मेहता, सीताराम भुटानी व कंवल नागपाल को जाता है।

इन दिवसों में सभी आये प्रियजनों को संघ की गतिविधियों से अवगत कराया गया। वित्तीय स्त्रोतों व इस की साख पर जहां हल्का प्रकाश डाला वहां सभी का धन्यवाद व आभार प्रकट किया और अन्य सभी दान वीरों की व अन्य जुड़े सदस्यों व साथियों के सहयोग की भी भूरी – भूरी प्रशंसा की जाती रही।

प्रभु से यही प्रार्थना है कि ऐसी संस्थाएँ दिन रात चौगुनी तरक्की करें तथा समाज सेवा से ओतप्रोत रहें ताकि वर्चस्व बना रहे और इनसे जुड़े सभी सदस्यों को ईश्वर शक्ति प्रदान करे जो सभी कार्य सुचारू रूप से करते हुये समाज में उदाहरण बने रहें।

**– डी.पी. मिनोचा**, प्रवक्ता



### **DERAWAL SEWA SANGH**

**DONATIONS RECEIVED - NOVEMBER, 2019** 

S.No. Name	Amount (Rs.)	S.No. Name	Amount (Rs.)	
1. Sh. M.L. Bhutani	100/-	8. Sh. I. C. Khera	100/-	
2. Dr. Rahul Mehta (U.S.A.)	100/-	9. Sh. Mohit Ahuja	250/-	
3. Aryav Mehta (U.S.A.)	100/-	(In memory of his father		
4. Smt. Dimple Nangia (U.S.A.)	100/-	Sh. Ramesh Ahuja)		
5. Sh. Kailash Chandra Mehta	200/-	10. Sh. D.P. Minocha	100/-	
6. Sh. K.N. Nagpal	1000/-	11. M/s. Krishan Caterers	100/-	
7. Smt. Laj Dhingra	200/-	12. Sh. Gopal Das Ahuja	250/-	

### गज्ल होरो-शायरी

कोई गज़ल सुना कर क्या करना यूँ बात बढ़ा कर क्या करना

तुम मेरे थे तुम मेरे हो दुनियां को बता कर क्या करना

तुम साथ निभाओ चाहत से कोई रस्म निभा कर करना

तुम खफा भी अच्छे लगते हो फिर तुमको मना कर क्या करना

> कच्चा घर देख कर किसी से रिश्ता मत तोड़ना दोस्तों

तर्जुबा है मेरा कि मिट्टी की पकड़ मजबूत होती है

संगमरमर तो अक्सर पैर फिसलते देखे हैं

तुमने चाहा ही नहीं, हालात बदल सकते थे, मेरे आंसू तेरी आंखों से निकल सकते थे,

तुम तो ठहर गये झील के पानी की तरह, दिरया बनते तो बहुत दूर निकल सकते थे,

जरूरी तो नहीं इंसान प्यार की मूरत हो जरूरी तो नहीं कि इंसान अच्छा और खूबसूरत हो पर सबसे सुन्दर वह इंसान है जो, आपके साथ हो, जब आपको उसकी जरूरत हो मोहब्बत करने वालो का यही हशर होता है दर्द-ए-दिल होता है

बन्द होंठ कुछ ना कुछ गुनगुनाते ही है, खामोश निगाहों का भी गहरा असर होता है बातों को जो बेकरार है, वो बात बताने दो जरा मोहब्बत का इकरार हमें करने दो जरा रखेंगे तुम्हें अपनी जिंदगी अपनी जान बनाकर बस प्यार का इज़हार करने दो जरा

> चेहरे की हँसी से गृम को भुला दो कम बोलो पर सब कुछ बता दो

खुद ना रूठों पर सबको हंसा दो यही राज़ है ज़िन्दगी का जियो और जीना सिखा दो।

> काश कहीं खुशियों की दुकान होती और हमारी वहां पहचान होती आपका हर पल खुशियों से भर देता कीमत उसकी चाहे मेरी जान होती

चिरागो से ना पूछो बाकी तेल कितना है सांसों से ना पूछो, बाकी खेल कितना है पूछो उस कफन में लिपटे मुर्दे से ज़िन्दगी में गम और कफन में चैन कितना है

Er. **चतुभुर्ज अरोड़ा** कार्यकारिणी सदस्य

### गायत्री मंत्र क्यों और कब जरूरी है -सुरेन्द्र बुद्धिराजा

- □ सुबह उठते वक्त 8 बार अष्ट कर्मों को जीतने के लिए!
- भोजन के समय 1 बार अमृत समान भोजन प्राप्त होने के लिए !
- बाहर जाते समय 3 बार समृद्धि सफलता और सिद्धि के लिए!
- मिन्दर में 12 बार प्रभु के गुणों को याद करने के लिए!
- ☐ छींक आए तब गायत्री मंत्र उच्चारण 1 बार अमंगल दूर करने के लिए !
- सोते समय 7 बार सात प्रकार के भय दूर करने के लिए !

### ऊँ 'ओम्' तीन अक्षरों से बना है

**'अ'**का अर्थ है उत्पन्न होना,

'उ'का तात्पर्य है उठना, उड़ना अर्थात् विकास,

- 'म'का मतलब है मौन हो जाना अर्थात् ''ब्रह्मलीन'' हो जाना।
- ऊँ सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड की उत्पत्ति और पूरी सृष्टि का द्योतक है।
- ऊँ का उच्चारण शारीरिक लाभ प्रदान करता है। जानीए ऊँ कैसे है स्वास्थ्यवर्द्धाक और अपनाएं आरोग्य के लिए ऊँ के उच्चारण का मार्ग...
- ऊँ और थायरॉयड : ऊँ का उच्घ्चारण करने से गले में कंपन पैदा होती है जो थायरायड ग्रंथि पर सकारात्मक प्रभाव डालता है।
- 2. ऊँ और घबराहट : अगर आपको घबराहट

- या अधीरता होती है तो ऊँ के उच्चारण से उत्तम कुछ भी नहीं।
- 3. **ऊँ और तनाव:** यह शरीर के विषैले तत्त्वों को दूर करता है, अर्थात तनाव के कारण पैदा होने वाले द्रव्यों पर नियंत्रण करता है।
- 4. ऊँ और खून का प्रवाह: यह हृदय और खून के प्रवाह को संतुलित रखता है।
- 5. ऊँ और पाचनः ऊँ के उच्चारण से पाचन शक्ति तेज होती है।
- 6. ऊँ लाए स्फूर्ति : इससे शरीर में फिर से युवावस्था वाली स्फूर्ति का संचार होता है।
- 7. **ऊँ और थकान**: थकान से बचाने के लिए इससे उत्तम उपाय कुछ और नहीं।
- 8. ऊँ और नींद: नींद न आने की समस्या इससे कुछ ही समय में दूर हो जाती है। रात को सोते समय नींद आने तक मन में इसको करने से निश्चिंत नींद आएगी।
- 9. ऊँ और फेफड़े: कुछ विशेष प्राणायाम के साथ इसे करने से फेफड़ों में मजबूती आती है।
- 10. **ऊँ और रीढ़ की हड्डी**: ऊँ के पहले शब्द का उच्घ्चारण करने से कंपन पैदा होती है। इन कंपन से रीढ़ की हड्डी प्रभावित होती है और इसकी क्षमता बढ़ जाती है।
- 11. **ऊँ दूर करे तनाव :** ऊँ का उच्चारण करने से पूरा शरीर तनाव रहित हो जाता है।

आशा है आप अब कुछ समय जरुर ऊँ का उच्चारण करेंगे। साथ ही साथ इसे उन लोगों तक भी जरूर पहुंचायेगे जिनकी आपको फिक्र है।

''पहला सुख निरोगी काया''

### भयमुक्त जीवन ही सुखमय जीवन - श्रीमती कुशल गोगिया

अक्सर हम किसी रोग या अन्य कारणों से भयभीत रहते हैं। भय मनुष्य को सतर्क रखने का एक साधन मात्र है, तािक व्यक्ति पीड़ा से बचा रह सके। लेिकन यदि यह आप पर हावी हो जाए, तो इससे मुक्त होना ही उचित है। भय से हमेशा ग्रस्त रहना किठनाइयों को दूर करने के हमारे प्रयास को केवल कमज़ोर ही करता है। सतर्कतापूर्ण भय तो बुद्धिमानी है। इसे एक उदाहरण से समझा जा सकता है। जब आप उचित आहार के सिद्धांत जानते हैं, आप यह तर्क प्रस्तुत करते हैं, 'मैं वह चीज नहीं खाऊंगा, क्योंकि यह मेरे शरीर के लिए ठीक नहीं है!' तर्क़हीन आशंका रोग का कारण है। यह सभी बीमारियों का वास्तविक रोगाणु है। रोग का भय का कारणही रोग को बढ़ाता है। इच्छाशिक्त होते हुए भी जब मन में चिंता बनी रहती है, तो आप उसी अनुभव को उत्पन्न करनेमें सहायता करते हैं, जिससे आप भयभीत हैं। ऐसे लोगों के साथ भी आवश्यकता से अधिक मेल – जोल रखना ठीक नहीं होता, जो सदा अपनी और दूसरों की बीमारियों एवं दुर्बलताओं के विषय में चर्चा करते रहते हैं। इस तरह की चर्चाएं आपके मन में भय के बीज़ों को रोपित करती हैं।

यदि आप अपने स्वास्थ्य के कारण भयभीत रहते हैं तो जितना संभव हो सके, सुखद एवं आशावान वातावरण में रहने की कोशिश करें। स्वयं को सकारात्मक विचारों और भावनाओं द्वारा प्रेरित करते रहें। नकारात्मक विचार व्यक्ति पर बुरा प्रभाव डालते हैं। आप ऐसा महसूस करेंगे कि आप बीमार हैं, जबकि आप स्वस्थ होते हैं।

### पॉज़िट्वि लोगों से मित्रता

ऐसे लोगों से मित्रता करें, जो दृढ़ और सकारात्मक प्रवृत्ति के हों। मित्रों का चुनाव आपका है। आप कहां जाना चाहते हैं? बदलाव तो अवश्य होता। विचार में बहुत शिक्त होती है। आपने देखा होगा कि अस्पताल में कार्यरत्त लोग बीमार लोगों के बीच रहने के बावजूद कहीं ही बीमार पड़ते हैं। दरअसल, वे दृढ़ विश्वास की अपनी मनोवृत्ति के कारण ऐसा कर पाने में सक्षम हो पाते हैं। उन्हें अपनी ऊर्जा और दृढ़ विचारों द्वारा जीवन शिक्त प्राप्त होती है।

इसी तरह जब आपकी आयु बढ़ने लगे, तो आप दूसरों को अपनी आयु न बताएं। जैसे ही आप सामने वाले को अपनी आयु बताते हैं, वे आपसे उस आयु को देखने लगते हैं और इसे गिरते हुए स्वास्थ्य एवं जीवन शिक्त के साथ जोड़ देते हैं। बढ़ती हुई आयु का विचार चिंता उत्पन्न करता है और इस प्रकार आप स्वयं को शिक्तहीन महसूस करने लगते हैं।

#### सावधान रहें लेकिन भयभीत नहीं!

बीमारी के कारण को दूर करने के लिए उत्तम प्रयास करें और फिर पूर्णतया निर्भीक बनें रहें। यदि आप रोगों से भयभीत रहने लगेंगे, तो जीवनयापन का आनंद बिल्कुल नहीं ले पाएंगे। आप जिस वस्तु से भयभीत रहते हैं, अपने मन को उससे दूर ले जाएं। उसे ईश्वर पर छोड़ दें। ईश्वर पर पूर्णतया विश्वास रखें। प्राय: कष्ट केवल चिंता के कारण होते हैं। इसलिए चिंता करना त्याग दें। एक बात याद रखें कि ज्यादातर बीमारियां भय के कारण होती हैं, इसलिए यदि आप भय छोड़ दें तो आप तुरंत उनसे मुक्त हो जाएंगे। आप स्वयं ही स्वस्थ महसूस करें। प्रत्येक रात्रि को सोने से पहले स्वयं से यह कहें, ''ईश्वर मेरे साथ है, मैं सुरक्षित हूँ।'' इससे आप अद्भुत सुरक्षा का अनुभव करेंगे।

DERAWAL PATRIKA 60 DECEMBER, 2019





मनुष्य अपनी कोमल भावनाओं को कविताओं एवं गीतों के माध्यम से अधिक आसानी और प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत कर सकता है। सभी भाषाओं के साहित्य का शुभारम्भ गीतों से ही हुआ है। गीत लिखना बड़ा ही कठिन कार्य है। लिखने वाले को सीमित पंक्तियों के सीमित दायरे में अपनी पूरी बात व्यक्त करनी पड़ती है। गीतों की परम्परा, आदिकाल से चली आ रही है।

प्राचीन किवयों की अनुभूतियां जिस तरह की थी, आज के किव की वैसी अनुभूतियां वैसी कैसे हो सकती हैं? समय बदल गया है। आजकल और तीव्र गित से बदल रहा है। जो परोसा जा रहा है लिखने या बताने लायक नहीं। कुछ गीतों ने तो सीमाऐ लांघ रखी हैं। वो सदाबहार हृदय स्पर्शी लिखने वाले न गीतकार रहे न किव रहे, न उनके संवेदनशील गीत। आज का किव वह बात नहीं ला सकता, जो तुलसी, कबीर, रहीम या बिहारी ला सकें। ये सभी किव 'अध्यात्मक के उच्च शिखरों' तक पहुंचे हुए थे। उन्होंने अपनी अनुभूतियों को सही शब्द दिये। आज के प्राय: किव आध्यात्मिक अनुभूतियों से दूर हैं, अत: उन जैसे अध्यातम, प्रेम एवं रस को ठीक – ठीक व्यक्त करने में असमर्थता प्रकट करते हैं। लेकिन आज का किव – गीतकार मानवीय चेतना का एहसास लिए हुए, नए काव्य की रचना कर रहा है। नए किवयों ने पुराने घिसे पिटे ढांचों को तोड़कर नई – नई राहें निकालें हैं, और नित्य नए नए प्रयोग कर रहे हैं।

मेरा सौभाग्य है कि मैंने अपने आध्यात्मिक एवं योगा गुरूओं से आध्यात्मिक एवं योग का बाकायदा मनोवैज्ञानिक एवं प्रेक्टीकल से प्रशिक्षण लिया। योग में स्कूलिंग भारत सरकार से डिप्लोमा में द्वितीय उच्च स्थान ग्रहण किया। वर्षों से इन क्षेत्रों में सतत् अभ्यास, मेडीटेशन, ध्यान – प्रेम के लम्हों में प्रकृति की गोद में ब्रह्ममुर्हुत के लम्हों में अन्तर्यामी रूप से अपने ही अंत:करण में विराजमान भगवान श्रीकृष्ण की झलक से कई बार परम आनंद की सुखद अनुभूति हुई है। कुछ वर्ष पहले एक विवाह के मौके पर मैंने अपनी पत्नी सिहत उड़ीसा का 'पैकेज़ टूर' लिया। वहां कोणांक का सूर्य मन्दिर, भवनेश्वर का लिंगराज महादेव मन्दिर, पुरी उड़ीसा का श्री जगन्नाथ मन्दिर गुडिया मन्दिर तथा लोकनाथ श्री शिव मन्दिर एवं अन्य कई दिव्य स्थानों के दर्शन हुए। कई कविताऐं एवं लेख मैंने इस टूर के दरम्यान लिखें हैं। कुछ जब मैं दुबई, कैनेडा, जर्मनी, सैश्लंस इत्यादि के विदेशी टूर पर लिखे।

मैं अपने लेखन में कलम और काग़ज का प्रयोग करता हूं। मैं दोनों भाषाओं हिन्दी और इंगलिश में बखूबी लिखता हूं। ईश्वर की कृपा से मेरा हैंड – राइटिंग खूबसूरत है। मेरे कम्प्यूटर टाइपिस्ट को मेरी स्क्रिप्ट पढ़ने और टाईप करते बहुत आनंद मिलता है। यह सब प्रभु की अनुकम्पा है। आजकल कई किव लेखक एक्टिव नोट्स में लिखने लग गये हैं। वो मज़ा कहां जो हाथ से लिखने में आता है। मेरे लेखन की मुद्रण में गलतियां हो सकती हैं। काव्य के मर्मज्ञ तथा रिसक जनों से अनुरोध है कि मेरी गलितयों की ओर मुझे इंगित करेंगे। हम उन्हें सुधार करेंगे। अपनी प्रतिक्रिया एवं कमें ट्स से लेखक को अवगत कराने की कृपा करें।

कवि, लेखक, लेक्चरर, योगा – टीचर, फोटोग्राफर, गार्डनर, स्टेज पर कम्पीयर, परफार्मर के रूप में तो केवल जीवन को तराशने का कार्य करता हूं। सतत् सीखता रहता हूं। इन सब कार्यों में संलग्न रहता हूं – 'वाह! जीवन कितने आनंद और प्रेम से परिपूर्ण है।'

जीवन दर्शन सरल है। 'यदि तुम आनंदित एवं प्रसन्नचित्त होना चाहते हैं दूसरों को प्रसन्न करिए। आज के निरन्तर दिशाहीन भाग – दौड़ एवं व्यवस्तता के दौड़ में, बदलते युग की शायद यही मांग है। हां, सबको समझने वाले 'मस्तिष्क' की अपेक्षा सबसे समझने वाले 'हृदय' की आवश्यकता अधिक है।

प्रभावशाली कवि एवं लेखक सदा जगत में मानव हित, समृद्धि एवं जनकल्याण के साथ – साथ अंतर्राष्ट्रीय सहयोग को भी पुर्नजीवित करते हैं। मौलिक विचार हृदय से निकलते हैं, हृदय की गहराईयों को छूते हैं। लेखक की आयु उसकी उम्र से मत आंकिए। यह विषय तो उसकी आंतरिक रूपांतरण एवं भावनाओं से संबंध रखता है।

DERAWAL PATRIKA 61 DECEMBER, 2019

हमारे घर का वातावरण न आध्यात्मिक था और न ही साहित्यिक। लेखन के मार्ग पर व्यवधान – ही – व्यवधान थे। मुफ़लिसी में कटा बचपन 1947 के बाद 'खानेवाल' पाकिस्तान से आये। चांदनी चौक दिल्ली में आ बसे। हां माता जी बहुत धार्मिक प्रवृत्ति की थी। उनके स्वर मोह लेते थे। दुल्हन की विदाई के समय उनके अश्रुयुक्त गाया गीत 'हमारी है, दुआ प्यारी, सुहागिन हो, सुहागिन हो....' वहां उपस्थित पूरे वातावरण को भावनात्मक, आंसुओं के सैलाब में भर देता था।

दादा जी 'खानेवाल' के एक प्रतिष्ठित व्यक्तियों में से एक थे। 'चौधरी' का ख़िताब उनके इन व्यक्तिगत गुणों से मिले थे। मेरी पत्नी कुशल गोगिया स्कूल टीचर के रूप में रिटायर्ड हुई हैं। उनके कई भावनात्मक लेख सरिता, नवभारत टाईम्स, हिन्दुस्तान, कल्याण, कल्पतरू, रत्नाकर पत्रिका इत्यादि में छपते रहते हैं।

मेरे काव्यगुरू श्री विजय गुप्त जी एक श्रेष्ठ आशुतोष किव हैं। उनका सूक्ष्म निर्देशन मुझे मिलता रहता है। समय समय पर किव लेखकों की गोष्ठियों से वातावरण मानवीय संवेदनाओं एवं साहित्य के अनुकूल बना रहता है।

जीवन की जद्दोजहद एवं आर्थिक किठनाइयों के बावजूद हमारे घर में साहित्य एवं प्रकृति के आलम की खुशबु हमेशा सराबोर रहती है। घर किताबों एवं लॉन – फुलवाड़ी, रंग बिरंगे फूलों से महकता मंदिर है। सभी विद्या के साहित्यकारों से लेकर विद्यार्थी ऑर्टिस्ट्स, लेखक एवं किवयों का आना – जाना लगा रहता है। धर्म तो अंतस का विषय है। पिवत्रता का स्रोत है, सच्ची सभ्यता की नींव है। उच्च कोटि के भारतीय धर्म, दर्शन संस्कृति एवं मानवीय जीवन मूल्यों की अमूल्य परम्परा को पाठकों तक पहुंचा सकें, यही सच्ची साधना है। यही धर्म का आचरण है। कौन धार्मिक है, कौन नहीं है, यह उसके ऊंचे – ऊंचे धार्मिक पदों पर विराजमान प्रमाणित नहीं होता बल्कि उसके 'आचरण' से होता है। हम अपने सत् बन जायें, हमारे सम्पर्क में आये सत् हो जाये, पूरा समाज, देश एवं विश्व सत् हो जायेगा।

पुराने मधुर कर्ण – हृदय प्रिय गीत अभी भी जब सुनने को मिलते हैं बड़े – तो – बड़े, युवा एवं युवितयां भी भाव विभोर हो जाते हैं। क्या आप इन संगीत निर्देशकों, गीतकारों को भुला पायेंगे? कल्याण जी आनंद जी, अनिल विश्वास, नौशाद, सिचन देव बर्मन, आर डी बर्मन, सिलल चौधरी, ओ पी नैयर, रिव, मदन मोहन, कैफ़ी आज़मी, साहिल, गुलज़ार, इन्दीवर, नीरज़, शैलेन्द्र, किव प्रदीप, आनंद बख्शी आदि।

आजकल भी कुछ एक म्यूज़िक डायरेक्टर अच्छा काम कर रहे हैं। लेकिन निगाहें अधिक – से – अधिक बाक्स आफिस पर रहती है। पहले जमाने में ये उत्कृष्ट रचनाओं देने में इतने मशगूर रहते थे, एक दूसरे से अधिक अच्छे से अच्छा म्यूज़िक देते थे। नकल नहीं करते थे।

#### इस गीत पर तवज्जो फरमाइये :

तपस्वियों सी है अटल ये पर्वतों की चोटियां ये सर्प सी घुमेरदार घोरदार घाटियां ध्वजा से ये खड़े हुए हैं, वृक्ष देवदार के गलीजे ये बहार के, ये किस किव की कल्पना का चमत्कार है?

ये कौन चित्रकार है?

कुदरत की इस पवित्र को तुम निहार लो इसके गुणों को अपने मन में तुम उतार लो, चमका लो आज लालिमा अपने ललाट की कण कण से झांकती तुम्हें छवि विराट की अपनी तो आंख एक है, उसकी हज़ार हैं। ये कौन चित्रकार है?

DERAWAL PATRIKA 62 DECEMBER, 2019

### ''सेवा''

प्रत्येक मनुष्य को प्रत्येक स्त्री को हर एक जीव को भगवत स्वरूप समझो। तुम यदि किसी की सहायता नहीं कर सकते तुम केवल सेवा मात्र तो कर सकते हो। प्रभु की सन्तानों की सेवा करो। साक्षात प्रभु की ही सेवा करो, जब कभी तुम्हें अवसर मिले। यदि प्रभु की इच्छा से तुम उनकी किसी सन्तान की सेवा कर सको तो सचमुच तुम धन्य हो, अपने आप को बड़ा मत समझो। तुम धन्य हो कि यह अवसर तुम्हें दिया गया दूसरों को नहीं। उसे पूजा की दृष्टि से देखो। गरीब और दु:खी लोग तो हमारी ही मुक्ति के लिए हैं, तािक रोगी घायल कोड़ी और पापी के रूप में सामने आने वाले प्रभु की हम सेवा कर सके।

मैंने सोचा था चैन से कट जायेगी मेरी ज़िन्दगी मगर दिन पर दिन कहर सा ढा रही मेरी ज़िन्दगी भरोसा क्या करूं इस ज़िन्दगी का ऐ दिले नाशाद मैं दुल्हन सी सजकर मौत के घर जा रही मेरी ज़िन्दगी

-डी.पी. मिनोचा

### अमृतवाणी

- 1. भगवान से कुछ मांगो मत क्योंकि जितना भगवान दे सकता है उतना तुम मांग नहीं सकते।
- 2. श्रेष्ठतम मार्ग खोजने के बजाए हम गलत रास्ते से बचते रहें और बेहतर रास्ते को अपनाते रहें।
- 3. सुधार का एक ही तरीका है। कठोर अनुशासन और प्रेम व्यवहार।
- 4. आधे अधूरे मन से स्वीकार करने के बजाए विनम्रतापूर्वक इन्कार कर देना अच्छा है।
- 5. व्यवस्था घर की सुन्दरता है, सन्तोष घर की बरकत है। आतिथ्य घर की शान है, धर्म शीलता घर का प्राण है।
- 6. जो दूसरों से घृणा करता है वह स्वयं पतित हुए बिना नहीं रह सकता। अपनी सोच बदल दीजिए आपकी दुनिया बदल जाएगी।
- 7. सत्पुरूष कोई भी काम दिखाने के लिए नहीं करता बल्कि हर काम आत्म सन्तोष के लिए करता है।
- 8. ईश्वर जिस पर प्रसन्न होते हैं उसे तीन तरह का स्वभाव देते हैं, नदी जैसी दानशीलता, सूर्य जैसी उदारता और पृथ्वी जैसी सहन शीलता।
- 9. मैंने बहुत उपदेश सुने मगर अच्छी बातों से बढ़कर कोई उपदेश न सुना।
- 10. मैंने बहुत बोझ उठाए मगर कर्ज जैसा बोझ नहीं उठाया।
- 11. मैंने बहुत से खाने खाये मगर तन्दुरूस्ती के बराबर लुत्फ किसी से न मिला।
- 12. मैंने बहुतों से सलाह मशवरा लिया मगर अन्तरात्मा की आवाज़ से कीमती व अच्छी सलाह कोई नहीं मिली।
- 13. मैंने कड़वी से कड़वी चीज़ें खाई मगर गरीबी से ज्यादा कड़वी कोई चीज़ नहीं मिली।

सौजन्य से-डी.पी. मिनोचा

# क्यों मैं हिन्दू हूँ?

किसी भी बालक को सम्पत्ति और मत या सम्प्रदाय वहीं मिलता है जिस परिवार में वह जन्म लेता है। कुछ व्यक्ति बाद में डर या लालच से अपना मत या सम्प्रदाय बदल भी लेते हैं। यूरोप के देशों में कई लोग अपने विवेक से अपने पूर्वज रिलीज़न बदल लेते है। लेकिन मुस्लिम देशों में मुस्लिम, अपना मज़हब नहीं बदल सकते है। हाँ, भारत में कुछ लोग अब मानव धर्म की बात करते हुये कहते है कि हम किसी भी मत, मज़हब या रिलीज़न को नहीं मानते, केवल मानव धर्म को ही मानते हैं।

अगर अपने विवेक से मुझे अपना मत / मज़हब / सम्प्रदाय चुनना हो तब मैं किसे चुनूँ या चुनता? जन्म से तो मैं हिन्दू हूं अत: सर्वप्रथम मैंने अपने धर्म व्यवस्थाओं, जीवन पद्धित, मूल्यों आदि पर दृष्टिपात किया कि जीवन जीने के लिए किन मानवीय मूल्यों की, स्वच्छ पर्यावरण व वातावरण के लिये, जीव – जगत्, वनस्पित आदि की रक्षा के लिये कैसी व्यवस्था की आवश्यकता है? उस व्यवस्था के पालन के लिये मानव को एक ऐसी व्यवस्थित जीवन पद्धित की भी साथ में आवश्यकता है जो व्यवस्था की रक्षा भी करे। उसी के अनुसार समाज में: –

- वैसी ही परम्परा, रीति रिवाज, पर्व, त्योहार और संस्कार बने हों।
- व्यक्ति की सोच में धरती से आकाश तक में शान्ति बनी रहें।
- हर अनुष्ठान की सोच में शान्ति मंत्र का प्रभाव हो।
- हर संकल्प में शिव (कल्याण) की भावना हो।
- दूसरों को भी सुख देवे या देता हो, उसकी प्रतिष्ठा देव, देवी या देवता के रूप में हो।
- वृत्ति में अहिंसा हो।
- वनस्पति की रक्षा के लिये पेड़ पौधों को रक्षा सूत्र बांधे जायें।
- निदयों को जल प्रदूषण से मुक्त रखने के लिये उन की पिवत्रता को माँ के समान पूजा जाये।
- वायु को विषाणु मुक्त रखने के लिये हवन किये जायें।
- एक आर्दश परिवार, समाज और राष्ट्र की परिकलपना को साकार करने के लिये हमारे सामने श्रेष्ठ उदाहरण हैं। राम का राज्य, सत्य और कर्त्तव्य परायणता के लिये राजा हरिश्चन्द्र का जीवन चरित्र, मात पिता का आज्ञाकारी पुत्र श्रवण जैसे चरित्र हमारे सामने हैं।

#### भरत ही वह देश है, जहाँ

- दुर्गा अष्टमी के दिन बाल कन्याओं का पूजन माँ के रूप में पूजकर हर पुरूष सदाचार की सोच को बनाता है। हर बाला में देवी की प्रतिमा और हर बालक में राम का दर्शन बने।
- रक्षा बन्धन और भैया दूज के दिन भाई अपनी बहिन से, भले ही कितनी दूरी पर हो, बहन के प्रति अपने कर्त्तव्य और उसकी रक्षा का वचन देता है।
- होली के दिन अपनी शत्रुता को भूल कर एक दूसरे पर प्यार के अबीर और गुलाल लगाते है।
- क्षमावाणी पर्व पर शत्रु समझे जाने वाले से भी क्षमा मांगते हैं।
- माता पिता, गुरूओं और अतिथि के प्रति सम्मान की भावना रहती है।
- रामायण जैसा परिवार और रामराज्य जैसा देश हमारी कल्पना में रहता है।
- निष्काम कर्मयोग को निभाने के लिये भगवान श्री कृष्ण की गीता का दर्शन है।
- भगवान महावीर और महात्मा बुद्ध की करूणा और अहिंसा।
- वीरता और करूणा की भावना गुरू गोविन्द सिंह जैसी जो घायल शत्रु सैनिक की भी सेवा सुश्रुवा दे।

DERAWAL PATRIKA 64 DECEMBER, 2019

- नारी का सम्मान वीर शिवाजी जैसा जो शत्रु खेमें से मिली, नारी को माँ जैसे सम्मान देकर उसे अपने सुरक्षित घर भिजवाये। यही हिन्दू राष्ट्र है, जिसका सूत्र पात क्षत्रपति शिवाजी और महाराजा रणजीत सिंह ने किया और जो मानवता की परिभाषा को जीवित व मूर्त रूप देता है।
- हिन्दू जब कट्र हो जाता है तो : वह शाकाहारी हो जाता है।
- मुख पर पट्टी बांधता है, नंगे पैर चलता है कि कोई कीट पतंगा उसके द्वारा मर न जाये।

तुलसी दास ने हिन्दू कट्टरता का वर्ण इस प्रकार किया है : -

### दया धर्म का मूल है, पाप मूल अभिमान। तुलसी दया न छोड़िये, जब लग घट में प्राण।।

ऐसा नहीं है कि हिन्दु जीवन पद्धति में सब अच्छा अच्छा है। समय – काल के कारण कुछ दोष हमारे चरण में आ जाते हैं। इतिहास साक्षी है कि हिन्दुओं ने समय – समय पर अपनी कुरीतियों को सुधारा और संवारा।

एक समय था जब हमारे देश की युवती अपना वर स्वयं चुनती थी और उसे स्वयंवर कहा जाता था, फिर मुसलमानों के शासन में छाये आतंक के कारण विवाह मण्डप में से ही दुल्हनें उठने लगी तब बाल विवाह होने लगें, उसे अब बदलने के गम्भीर प्रयास किये जा रहे हैं।

ब्राह्मण चाणक्य ने देश का राजा चुनने के लिये दलित चन्द्रगुप्त मौर्य को चुना और देश ने उसे स्वीकार किया। महर्षि बाल्मीिक, वेदव्यास, शिवाजी इसी कड़ी में थे। गुलामी के 800 वर्षों ने विदेशी आक्रांताओं ने समाज में भेदभाव करने के जो प्रयास किये उससे अस्पृश्यता और घृणा का जन्म हुआ। इन कुप्रथाओं को समाप्त करने की दिशा में समाज अग्रसर है। नवीनीकरण की यह धारा हिन्दुओं में सदैव बहती है। इसीिलये गर्व से मैं कहता हूँ कि मैं हिन्दू हूँ।

मैंने अपने विवेक से ही हिन्दू जीवन चुना है, इससे श्रेष्ठ अगर कोई विकल्प है तो बताया जाये अन्यथा हिन्दू पद्धित की श्रेष्ठता को माना जाये और उस पर होने वाले प्रहारों से बचाने के लिये संविधान में विशेष प्रावधान रखें तािक कान्धार से कटक तक और कश्मीर से कन्याकुमारी तक हिन्दू अपने अस्तित्व की रक्षा कर सके।

> - सुदर्शन पाहवा कार्यकारिणी सदस्य

### धर्म क्या है?

धर्म ज्ञान है, धर्म विज्ञान है, धर्म शक्ति है, धर्म अद्वैत है, धर्म विकास है, धर्म प्रगित है, धर्म अनुशासन है, धर्म साधना है, धर्म उपासना है, धर्म भिक्त है, धर्म श्रद्धा है, धर्म जोड़ने की विधि है, धर्म योग है। धर्म अहिंसा है, धर्म प्रेम है, धर्म दया है, धर्म करूणा है, धर्म मैत्री है, धर्म सहयोग है, धर्म क्षमा है। धर्म जीवन है, धर्म भोग है, धर्म त्याग है, धर्म कर्तव्य है, धर्म पुरूषार्थ है, धर्म कर्म है, धर्म विचार है, धर्म सम्पन्नता है, धर्म नैतिकता है, धर्म जीवनादर्श है, धर्म मानवता है।

युग परिवर्तन का समय निकट है, जागो समय को पहचानो और युग परिवर्तन की प्राकृतिक प्रक्रिया में अपना योगदान देकर अपना जीवन सफल बनाएं।

दया समान कोई धर्म नहीं, हिंसा के समान कोई पाप नहीं, ब्रह्मचर्य के समान कोई व्रत नहीं, ध्यान के समान कोई साधन नहीं, शान्ति के समान को सुख नहीं, ऋण के समान कोई दुःख नहीं, ज्ञान के समान कोई पवित्र नहीं, ईश्वर के समान कोई ईष्ट नहीं, पापी के समान कोई दुष्ट नहीं – ये एक – एक अपने – अपने स्थान पर अपने – अपने विषय में सबसे बढ़कर प्रधान हैं।

गंगा के समान कोई तीर्थ नहीं, गौ के समान कोई सेवा नहीं, गीता व रामायण के समान कोई शास्त्र नहीं, गायत्री के समान कोई मंत्र नहीं एवं गोविन्द के समान कोई देव नहीं।

– अभिषेक पाहवा

DERAWAL PATRIKA 65 DECEMBER, 2019

# REQUEST

I request all my Derawal Brethren to persuade their young children to join us by taking membership of the All India Derawal Sahayak Sabha. Young generation is the backbone of a Nation/Organisation. The Sabha genuinely needs the co-operation and active participation of our younger Derawal Brethren who will infuse their ideas and new blood for a healthy and wider growth of the Society/humanity. No institution can survive long without the participation of youngsters. Please come forward, join us and help in keeping alive our old civilization.

HANS RAJ KALRA Secretary INDER KUMAR DHINGRA President

### आजीवन सदस्यता (LIFE MEMBERSHIP)

बहुत समय से चल रहे अनुरोध पर ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा (रिज.) कीर्तिनगर ने आजीवन सदस्यता देने का निश्चय किया है। जो पहले से ही सामान्य सदस्य हैं वह 2100 रुपये देकर आजीवन सदस्यता प्राप्त कर सकते हैं। सभा उन सब लोगों से अनुरोध करती है जो अभी तक सदस्य नहीं हैं। केवल विशेषकर युवा वर्ग से अनुरोध है कि वह भी बिरादरी से जुड़ें और आजीवन सदस्यता प्राप्त करें और अपनी बिरादरी की सेवा करें।

यहां पर हम उन सदस्यों से भी अनुरोध करते हैं जिनकी वार्षिक सदस्यता किन्हीं कारणों से जमा नहीं हो पायी। वह नीचे लिखे फोन पर श्री सागर सेठी, मैनेजर – डेरावाल भवन, कीर्ति नगर, नई दिल्ली (फोन 25936132, 9250810522) पर सम्पर्क करके बकाया राशि जमा करने का कष्ट करें।

हंसराज कालरा सचिव इन्दर कुमार ढिंगड़ा प्रधान

DERAWAL PATRIKA 66 DECEMBER, 2019













- President : BJP, Karol Bagh Distt. (Beti Bachao Beti Padhao Cell)
- Chief Patron : Lions Club Delhi West, District 321 A-3
- District Cabinet Secretary (2012-13)
   Lions Clubs International, Distt. 321 A-3
- International Jt. Secretary : Association of Alliance Clubs International
- General Secretary:
   Retired Persons' Welfare Association (Regd.), Kirti Nagar
   'F' Block Residents Welfare Association (Regd.), Kirti Nagar
- Secretary : Ethiopian Culture Centre (Ethiopian Embassy), Niti Marg, Delhi
- **Vikram Sharma**
- AVS HOLIDAYS PVT. LTD. (M.D.)
  International & Domestic Air Ticketing
- HOTEL DEV LOK (Chairman)
   Hadima Road, Manali (H.P.) 175131

OFFICE: I-103, 3RD FLOOR, KIRTI NAGAR NEW DELHI - 110015 (INDIA)

Contact : 011- 41426145, 45038845-48, 9811143172, 9654463172, E-mail : avsholidays@gmail.com Residence : F-91, Kirti Nagar New Delhi - 110015 (India) | E-mail : lionvikramsharma54@gmail.com With Best Compliments From:



### Suresh Kumar Nangia

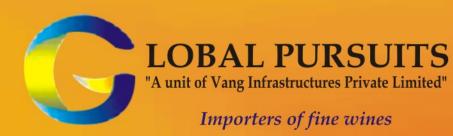
S/o Late Shri Puran Chand Nangia

Gaurav Nangia

NANGIA CONSTRUCTIONS INDIA PVT. LTD.

**VANG INFRASTRUCTURES PVT. LTD.** 

**ANANDA EXPORTS** 





### **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

### Glimpses of Retreat Function held on 16th February, 2019



### Glimpses of Retreat Function held on 16th February, 2018



with best compliments from:



# PRIMASONIC SPECTRUM

ELV Solutions for Smart Buildings
Audio Visual & Acoustics,
Security & Surveillance, Fire,
Public Address & IBMS, IT,
Data Communication,
Soft Solutions & more...

### PRIMASONIC SPECTRUM PVT. LTD.

701/D9, Gopal Heights, Netaji Subhash Palace, Delhi-110034 (India)
Tel.: +91-11-47002044, Telefax: +91-11-47002088
E-mail: rajiv.pilani@primasonic.org | Website: www.primasonic.org

### Make You Smile



### Dr. Gaganpreet Kapoor

Director B.D.S., M.I.D.A., FRCS (Scotland), FWCLI, Dip (Aesth.)



#### **OUR EXPERTISE:**

- Digital Dentistry
- X-rays
- Cleaning, Whitening
- Fillings, Root Canals & Extractions
- Cosmetic Dentistry
- Crowns, Bridges
- Full & Partial Dentures
- Dental Implants
- Endodontics
- Oral & Maxillofacial Surgery
- Oral Medicine for Orofacial Pain
- Orthodontics
- Pediatrics / Periodontics
- Single Sitting Root Canal

TEAM OF 8 SUPERSPECIALITY DENTISTS FOR DIFFERENT TREATMENTS
STATE OF ART FACILITIES
USFDA APPROVED PRODUCTS USED

CLEAR ALIGNERS
3-D SCANNER

STRICT STERILISATION FOLLOWED

Avail
30%
Discount by
Showing
This Ad





Timing: 11:00 am to 8:00 pm Daily











H-33 (OPP. IDBI BANK) KIRTI NAGAR, DELHI - 110015 | (M) : 9899373660, 011-45603669 E-mail : gaganpreet\_doc@yahoo.com | Website : www.artdedental.com

#### Glimpses of Health Checkup Camp on Sunday 17th March, 2019

#### 🛞 ऑल इंडिया डेराबाल सहायक सभा (पंजि०) डेराबाल हेल्थ केयर सेन्टर कीर्ति नगर, नई दिल्ली <sub>डारा</sub>

#### नि:शुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर

रविवार, दिनांक 17 मार्च, 2019, समय – प्रातः 10 से दोपहर 1.00 बजे तक

#### स्थान : डेरावाल भवन

एफ /27 – 28, कीर्ति नगर, नई दिल्ली, दूरभाष : 2593 613 2, 9250810522 विशेष चिकित्सक : हड्डी रोग, नेत्र रोग, दन्त रोग, हदय रोग, कान, हो विशेष जाँच : इ.सी.जी., ब्लड शुगर, बी.एम.डी. व सामान्य जाँच आदि





























#### Glimpses of Health Checkup Camp on Sunday 17th March, 2019



#### **DEPRESSION IN 21st CENTURY HOW TO COMBAT...**

WHO विश्व स्वास्थ्य संगठन की पहल पर AIIMS एम्स द्वारा भारत के 11 शहरों में किए सर्वे में बहुत ही चौंकाने वाले तथ्य सामने आये हैं। यह सर्वे 24371 लोगों पर किया गया जिसमें 50.7 प्रतिशत महिलाएं और 49.3 प्रतिशत पुरूष शामिल थे। अधिक लोगों में पाया गया कि ये लोग 'डिप्रेशन (मानसिक अवसाद)' जैसी बीमारी से बुरी तरह ग्रस्त थे। सबसे अहम तथ्य, जो कड़वा सच है, यह भी सामने आया कि इस बीमारी से बुरी तरह ग्रस्त केवल 5 प्रतिशत पैशंट्स ही अपना इलाज कराते हैं। बाकी 95 प्रतिशत अपना इलाज नहीं करा पातें। ये मरीज एवं इनके घर परिवार के सदस्य, संकोच एवं बदनामी के कारण, किसी को बीमारी बताना ही नहीं चाहते, न ही किसी मनोचिकित्सक डॉक्ट्र्स या हॉस्पिट्ल को कन्सल्ट कर, इलाज कराना चाहते हैं।

समाज में यह विकृति तेजी से फैलती जा रही है। महिलाएं तनाव एवं मानसिक अवसाद से अधिक पीड़ित पाई गई। Digital technology के युग में मानव अकेला है। और भी कई अन्य असाध्य रोगों से पीड़ित हो, असमय मौत के मुंह में जा रहा है। भय, आतंक, अज्ञानता, अधार्मिक रूढ़ी परम्पराओं, दूषित वातावरण ने पहले ही जीवन में ज़हर घोल रखा है। जीवन को नई दिशा – दशा, पॉज़िट्वि विचारों एवं स्वस्थ शरीर, शुद्ध धनोपार्जन, स्वस्थ चिंतन एवं स्वाध्याय अक्षुण्ण का रूप देकर, आप आनंदमय – स्वास्थ्यमय रहकर 100 वर्षों से भी अधिक जी सकते हैं।

इन विकृत्तियों के कारण स्पष्ट हैं: Anxiety, emotional-relations, stress, tension, bad exams results, too much use of electronics gadgets, liquor, tobacco and other intoxicants. आज विश्व के 20 प्रतिशत लोग अनिंद्रा रोग से ग्रस्त हैं। बहुत से लोग स्लीपिंग टेबलेट्स लेने लगे हैं। भारत का अधिकाधिक युवा वर्ग बुरी तरह से प्रभावित हो रहा है। दिल्ली के 500 स्कूल कॉलिज स्टूडेंट्स के बीच किए गए सर्वेक्षण के अनुसार अधिकतर छात्राऐं एवं छात्र अनिंद्रा के कारण बुरी तरह से शिकार हैं। बड़ों में अधिक पैसा – धन कमाने की ललक ने एक होड़ सी पैदा कर दी है। जरा सामाजिक ढ़ांचें का दूसरा पहलू देखिए, जहां पारंपरिक ढांचा टूट गया है, वहीं पारिवारिक एवं सामुहिकता की व्यवहारिकता लोप हो रही है।

युवा एवं युवितयां What's app, Smart phones, mobile, I phones, I Pots tablets, etc, में व्यस्त हैं। All these intricate gadgets are taking a toll on their lives यह वर्ग देर रात तक जागता रहता है जिसका असर इनकी नींद पर पड़ा है और ये डिप्रेशन, डाइबिट्रीज़, अनिंद्रा जैसे घातक रोगों में उलझ रहे हैं।

यहां बताना उचित होगा AIIMS के मनोचिकित्सा विभाग के डॉक्टरों के अलावा केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय के स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, King George Medical College (KGMC) लखनऊ, PGI चंडीगढ़, जवाहर लाल स्नातकोत्तर आयुर्विज्ञान अनुसंधान व शिक्षण संस्थान पांडुचेरी, केन्द्रीय मनोचिकित्सा संस्थान रांची, सिहत कई विशिष्ठ देश के डॉक्टर्स ने अपनी महत्त्वपूर्ण निभाई है। जिन 11 शहरों में सर्वे किया गया उनके नाम हैं:

1. फरीदाबाद

2. लखनऊ

३. पुणे

4. रांची

5. चंडीगढ

6. भावनगर

7. बेंगलुरू

8. इंफाल

9. पांडिचेरी

10. डिब्रूगढ़

11. तिरूपति

#### डिप्रेशन का मुख्य कारणः तनाव एवं नकारात्मक सोच:

दक्षिण अमेरिका के मैनेजमेन्ट कन्सलटेन्ट केन ओडोनल एवं उनकी रिसर्च टीम ने निष्कर्ष निकाले : ''मनुष्य की जब सोच और ऐटीट्यूड नज़िरया नकारात्मक में चलती है तो उसकी आंतरिक शक्ति एवं क्षमता कम होने लगती है। यह तनाव उसकी बीमारियों का कारण बन जाता है।'' जीवन में नज़िरया पॉज़िटिव रखिए। हर क्षेत्र में व्यवहार कर्म में वृद्धि लाएं, जीवन सम्पूर्ण स्वास्थ्य की ओर मुड़ेगा और आप के जीवन में खुशहाली आयेगी। FEEL YOUNGER, LIVE LONGER योग सूत्र है। मानव वैश्विक कल्याण एवं स्वास्थ्यमय जीवन बिताता हुआ लम्बी उम्र दराज़ पायेगा।

DERAWAL PATRIKA 75 DECEMBER, 2019

एग्ज़ाम्स के दिनों में युवा स्टूडेंट्स को तो एक खास तरह के 'डर' और 'तनाव' घेरे रहते हैं। ऐसा लगता है ये बच्चे उम्र से पहले बड़े हो रहे हैं। बचपन पीछे छूटता जा रहा है। बचपन के उन्मुक्तता, स्वतंत्रता और हंसी से मुस्कराते चेहरे की जगह एक तनावयुक्त – जकड़ें हुए चेहरे ने ले लिया है। एक फोबिया ने इन्हें घेरे हुए है। अब मैं सोचता हूं एग्ज़ाम्स के दिनों में हमें भी 'तनाव' होता था, लेकिन अब जब मैं अपने पोते – पोतियों को देखता हूं तो पाता हूं अब पैरेंट्स अपने अधूरे सपनों को सामाजिक प्रतिष्ठा को, इन बच्चों के जिरए पूरा करना चाहते हैं... क्या विडम्बना है, बच्चों के नाजुक कंधों पर कितना बोझ डाला जा रहा है?

जीवन में सफलता को हमने 'मार्क्स' से जोड़ दिया है। एक मां को मैंने अपने इकलौते बेटे को एग्ज़ामीनेशन हॉल में जाते हुए डांटते हुए कहा, 'मुझे इस पेपर में 99 प्रतिशत मार्क्स से कम नहीं चाहिए।' क्या ये बच्चे हमारी तरह परिपक्व हो गये हैं? क्या ये इस दबाव को झेल पायेंगे? पिछले वर्ष मैंने दिल्ली में 'ज़िन्दगी से दोस्ती' नाम से एक कैम्पेन किया था। मेरे पोतों ने अपने स्कूल के मैनेज़मेन्ट के माध्यम से मुझे और मेरी पत्नी को साथ स्कूल में Interaction के लिये बुलाया था। यह बहुत उत्साहवर्धक रहा। कम 'मार्क्स' आने पर, हमारे ज़माने में भी घर पर पिटाई होती थी, लेकिन दादा – दादी के पास छुपने की जगह थी। लेकिन अब अधिकतर इन बच्चों को नसीब नहीं! हमारी संस्कृति में शिक्षा का महत्त्व संपूर्ण विकास पर आधारित होती रही है। गुरू का एक उच्च एवं पूज्यनीय स्थान था। गुरू – गोविन्द दोऊ खड़े काके लागू पाय। आज बिजनेस बन गया है। मै इसमें एक को नहीं, पूरे समाज को दोषी मानता हूं। अरे भाई, यह तो टीचर है। यह कथन में एक तरह की हीनता नज़र आती है। टीर्चस का सम्मान कीजिए। शिक्षकों को सही मूल्यांकन करना सीखिए। शिक्षकों को आधुनिक training के साथ – साथ आधुनिक gadgets मुहैया करवाना एक उचित है। सैलरी सबसे ज्यादा होनी चाहिए। समाज की नींव, हमारे भविष्य का निर्माण करते हैं। अपनी उम्मीदों को बच्चों पर बोझ न बनाएं। बच्चों को तनाव डिप्रेशन से बचाएं। डरे हुए सहमे हुए बच्चे तनाव एवं डिप्रेशन का शिकार बनते हैं। बच्चे ऐसे न बनें जो ज़िंदगी से डरते हों।



Yogesh Bhutani 9213479878, 8285009878





Jatinder Bhutani 9891011990

### KRISHAN CATERERS

(PURE VEGETARIAN)

#### Spl. Arrangement for

BIRTHDAY PARTIES, KITTY 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

DERAWAL PATRIKA 76 DECEMBER, 2019

#### औरों के हित जो जीता है

औरों के हित जो जीता है, औरों के हित जो मरता है। उसका हर आंसू रामायण, प्रत्येक कर्म ही गीता है।

> जो त्रिषित किसी को देख, सहज ही होता है आकुल-व्याकुल। जिसकी सांसों में पर पीड़ा, भरती है अपना ताप अतुल। वह है शंकर जो औरों की वेदना निरंतर पीता है। उसका हर आंसू रामायण, प्रत्येक कर्म ही गीता है।।।।।

जो सहज समर्पित जनहित में, होता है स्वार्थ त्याग कर के। जिसके पग चलते रहते हैं, दु:ख - दर्द मिटाने घर - घर के। वह है दधीचि जिसका जीवन, जगहित तप करके बीता है। उसका हर आंसू रामायण, प्रत्येक कर्म ही गीता है।।2।।

जिसका चिरत्र गंगाजल सा, है स्वच्छ, विमल, पावन, उज्जवल। जिसके उर से सद्भावों की, धारा बहती कल-कल छल-छल। वह है लक्ष्मण जिसने पर नारी को समझा मां सीता है। उसका हर आंसू रामायण प्रत्येक कर्म ही गीता है।।3।।

जिसका जीवन संघर्ष बनी, औरों की गहन समस्या है। तम में प्रकाश फैलाना ही, जिसकी आराध्य तपस्या है। जो प्यास बुझाता जन – जन की, वह पनघट कभी न रीता है। उसका हर आंसू रामायण प्रत्येक कर्म ही गीता है।।4।।

जिसने जग के मंगल को ही, अपना जीवन व्रत मान लिया। परिव्याप्त विश्व के कण-कण में, भगवान तत्त्व पहचान लिया। उस आत्मा का सौभाग्य अटल, वह ही प्रभु की परिणीता है। उसका हर आंसू रामायण प्रत्येक कर्म ही गीता है।।5।। - सौजन्य से धार्मपाल मिनोचा

#### ज्रा सोचिए ?

- 1. गुस्सा: अकल को खा जाता है।
- 3. चिन्ता: आयु को खा जाती है।
- 5. लालच: ईमान को खा जाता है।

- 2. अंहकार : मान को खा जाता है।
- 4. रिश्वत : इन्साफ को खा जाती है।
- 6. दुनिया का सबसे बड़ा ज़ेवर आपकी शराफत है।
- 7. शिष्ठाचार आपका पहिला परिचय है।
- 8. आपका सच्चा साथी आपका दृढ़ संकल्प व दृढ़ विश्वास है।
  - 9. खुश नसीबी साथ हो तो साथ-साथ आते है लोग। जब बिगड जाती है किस्मत गैर बन जाते है लोग।।
- 10. Q-What is the most wonderful thing in the world:-A-We see people dying daily and still we cling to life.

#### कुछ लम्हें अपने साथ बिताइये!

हम में से ज्यादात्तर लोगों के मन बहुत सारे सुखद या दुखद अनुभवों, ज्ञान, व्यावहारिक बातों तथा चर्चा – विचारों से भरे रहते हैं। मन कभी खाली नहीं रहता, जबिक शुद्ध, सुंस्कृत विचारों एवं ध्यान – योग का सृजन उसी मन में हो सकता है, जो पूर्ण रूपेण से खाली हो। कई बार हम किसी बात को लाख याद करने की कोशिश करते हैं, लेकिन उसे याद नहीं कर पाते जब आप कभी किसी और काम में तल्लीन होते हैं या फुर्सत से बैठे होते हैं, तब वह बात अनायास ही याद आ जाती है। जब आप किसी समस्या का सामना कर रहे हों, तो काफी सोच विचार के बावजूद भी उस समस्या का निदान नहीं मिल पाता। थक – हार कर आप उसे छोड़ देते हैं। तब उस खालीपन में अद्भुत तरीके से उस समस्या का हल निकल आता है!

यह कैसे हो पाता है? दरअसल, समाधान नहीं मिलने पर आप उस समस्या को उठाकर एक ओर रख देते हैं इससे आपका मन काफी हद तक शांत एवं खाली हो जाता है। हमारे मन में बहुत भ्रम, भय और नेगेट्वि विचार कोंधते रहते हैं। किन्तु हम बहुत सी एनर्जी, शिक्त से ओत प्रोत भी हैं। जब हमें ध्यान – प्रेम द्वारा इस अपार ऊर्जा का अहसास हो जाए, तो सारे विकृत विचार तिरोहित हो जाते हैं। हमारे जीवन का ध्येय एवं मक्सद है अपने अंदर की शिक्तयों को बाहर निकालें। आत्म विश्वास का अच्छा प्रदर्शन, कुंठाओं से निजात में उन उम्र की सीमा, न बाधा और न ही संकोच करना चाहिए, और आप सही मायनों में चाहें जो आपने बनाये थें उन्हें आप पा सकते हैं अब असंभव स्वयं कहेगा, ''मैं संभव हूँ।'' जब उस 'मौन' के लम्हों में उस समस्या का समाधान सहज में मिल जाता है। इसी प्रकार जब कोई पल – पल अपने भीतरी परिवेश के प्रति, भीतरी क्रियाओं – प्रतिक्रियाओं के प्रति, भीतरी स्मृतियों के प्रति, गहन मानसिक गतिविधियों के प्रति और व्यग्रताओं के प्रति, मृतपाय हो जाता है, तो उन्हें उठाकर एक ओर रख देता है तब उसमें एक रिक्तता या सूनापन आ जाता है। इसी सूनापन में ही कुछ नवीन सहज़ घटित हो जात है।

इसलिए कुछ लम्हें अपने साथ बिताइयें। अपने – आप से मुलाकात करिए। अपना परिचय जानियें। अपने – आप से भीतरी गहन गतिविधियों को जान पाइयेगा। – प्रीति गोगिया

#### दिल्ली सरकार

केजरीवाल दे रहे दिल्ली वालों को उपहार, पहले पानी फ्री किया, अब बिजली का ऐलान, बुजर्गों का किया फ्री तीर्थ यात्रा का इन्तज़ाम, इमामों और मौलवियों को दिया सैलरी का इनाम, महिलाओं को मिला बसों में फ्री यात्रा का उपहार, मोहल्ला क्लीनिक खोल दिए लोगों के उपचार, करतारपुर जाने वाले यात्रियों को खर्चा दे रही सरकार, वकीलों के वैलफेयर को 50 करोड़ कर दिए अलाट, इन सब बातों में दिल्ली वाले हो रहें है खुश, विपक्षी इन कामों पर कर रहे प्रहार, जनता भी अब सोच रही पहले कैसे होता था, सरकारी बजट के पैसों का उपयोग

#### दूसरा पक्षः -

दिल्ली वाले झेल रहे प्रदूषण की मार वैज्ञानिक ऐसा कह रहे जीवन रहा है घट, दिल्ली को पेरिस बनाने की हो रही थी बात, पर दिल्ली की सड़कों और गिलयों में लगे है कूड़े के अम्बार, पानी बिन सड़क बीच लगे पौधे हो रहे बेहाल, सड़को बीच लगी है रेहड़ियां और पटरी बाज़ार, ई-रिक्शा चलते बिन नम्बर और बिन लाइट के साथ झोंपड़ियों की बढ़ रही दिल्ली में कतार, सरकारी भूमि इस तरह हो रही बर्बाद, अपराध भी है बढ़ रहे, हो रहे कंट्रोल से बाहर, ऐसा-इसलिए हो रहा, एक तरफ फ्री और दूसरी तरफ पैसे का अभाव।

Er. **चतुभुर्ज अरोड़ा** कार्यकारिणी सदस्य

DERAWAL PATRIKA 78 DECEMBER, 2019

#### सफलता का सूत्रः छोटे-से-छोटे काम को लेकर सम्भान भाव

कार्यक्षेत्र चाहे घर का या ऑफिस का कोई काम छोटा नहीं होता। काम चाहे जो हो, उसमें passion जुनून होना आवश्यक है। इसमें हमारी प्रसेनेलिट़ी छलकती है। अमेरिकन युनिवर्सिट के मनोवैज्ञानिक चार्ल्स स्पीलबर्गर अपने शोध में निष्कर्ष निकालते हैं, ''हर छोटे – से – छोटे काम को बखूबी इज्जत बख्शने वाले लोग विनम्र एवं शालीन होते हैं। ऐसे लोग अवस्था कुछ भी हो सारे काम खुद करने में फर्क़ महसूस करते हैं। इनमें तुरंत इच्छापूर्ति जैसी कोई समस्या नहीं होती। अपनी मेहनत से प्राप्त सफलता से अपने – आप को गौरवान्वित समझते हैं। अपनी योग्यता merit के आधार अपनी पहचान बनाते हैं। आरक्षण reservation से प्राप्त नौकरी दूसरे योग्य व्यक्तियों के सामने हीन – भावना देती है। meritorious योग्य लोगों के होते 'आरक्षण' के बल पर तरक्की प्राप्त करना 'अयोग्यता' को बढ़ावा देता है।

अमेरिका राष्ट्रपति बने लिंडन बी जॉनसन का बचपन संघर्षों में बीता। महज़ नौ वर्ष की उम्र में स्कूल की पढ़ाई के दौरान उन्हें जूतों में पॉलिश करनी पड़ी। अमेरिकन प्रेज़ीडे्न्ट इब्राहिम लिंकन के पिता जी तो मोची थे उन्हें बचपन में उनके साथ मोची का काम करना पड़ा।

हमारे भारत के सबसे बड़े यशस्वी सदाबहार 'मोदी हैं तो सब मुमिकन है' के नाम से पूरे विश्व में प्रचलित मोदी जी का बचपन संघर्षों के रहते, जीवनयापन के लिये चाय का कारोबार करना पड़ा। कलाम ने बचपन में ऐसे – ऐसे कार्य किये जो उस उम्र के बच्चे के लिए सम्भव न थें। 'INFOSIS' के मालिक नारायण मूर्ति ने अपने बेटे को अपने दफ़्तर में सबसे छोटे पद पर बिठाया। रोनाल्ड रेगन तो सर्कस में कार्य करते थे। बाद में जब लाइफ गार्ड के कार्य में सलंग्न थे, उन्होंने अचानक देखा कि जहाज डूब रहा है तुरंत अपनी जान को जोख़िम में डालते हुए 77 लोगों को डूबने से बचाया। इन सबके होते उन्होंने cafetaria में टेबल साफ करने की ड्यूटी भी बखूबी संभाली। ऐसे छोटे – से – छोटे काम को न लेकर सम्मान भाव देने वालों की इस दुनियां में बहुत लम्बी सूची है। इन सबमें एक बात समान है, इनकी सफलता का श्रेय Reservation या कोटा नहीं था....

सुधा राव कॉरपोरेट जगत में नामी हस्ती हैं उन्हें कौन भुला सकता है IBM जैसी कंपनी के शीर्ष पद पर कई वर्षों तक बनी रहीं। सुधा कहती हैं, ''मैं अपनी और फेमिली के लिये रसोई में खाना स्वयं बनाती हूं। स्वयं कपड़े धोने में अपने आपको गौरवान्वित एवं सम्मानित महसूस करती हूं, ऑफिस में boss की सीट पर बैठकर कम्प्यूटर पर स्वयं काम निपटाती हूं।'' ऐसी ही गंभीर परिस्थितियों से गुजरते हुए मेरे माता – पिता को छोटे – से – छोटे काम करने पड़ें। 1947 में देश विभाजन के वक्त हमें अपना शहर खानेवाल छोड़ चांदनी चौक दिल्ली में एक शरणार्थी के रूप में आना पड़ा। पिताजी ने सदर बाजार में एक loading-unloading के लिए मज़दूर का कार्य दिहाड़ी पर किया और हमारी मां 5 सेर पिस्ता तोड़, उसके fruit को अलग कर सेठ के यहां चार आने की मज़दूरी लेकर आती थीं। मेरी मां के अनुसार, '' मेरे लिये काम का वजूद ही बस काम की तरह होता है।'' ऐसे शख्य ही सही मायनों में 'कामगार' होते हैं। इन्हीं में ही जीवन में कामयाबी के सूत्र छुपे हैं।

#### यही ज़िंदगी की हकीकत है।

हम सब सोचते हैं कि यदि अवसर मिलता है तो कोई बड़ा, बढ़िया और नेक काम करते लेकिन हमारी

DERAWAL PATRIKA 79 DECEMBER, 2019

बड़ा, बिह्या या नेक काम करने की इच्छा अधूरी ही रहती है, क्योंकि अक्सर जब हम ज़िंदगी के बुरे दौर में होते हैं, तब उस स्थित को बरक्रार रखने में ज़िंदगी बिता देते हैं। जीवन में लगातार संघर्ष चलता रहता है कि इच्छाओं की मांगे पूरी करने में मनुष्य को तुरंत सुख और आनंद मिलता है। इसके विपरीत आदर्श को जीने या आदर्श की अपेक्षाओं को पूरा करने में मनुष्य की शुरूआती दौर में अपने सुख और आनंद का बिलदान करना होता है। इसिलए लोग सामान्यतया ऐसे करने से बचते हैं। अगर यही स्थिति लंबे समय तक बनी रहे और आदर्श की अपेक्षाओं को दबाया जाता रहे तो धीरे – धीरे आदर्श की उड़ान समाप्त होने लगती है।

आपने भी अपने जीवन में कई बार इन अच्छाइयों का परिचय दिया होगा। उस समय आपकी मनोदशा कैसी थी और उस मनोदशा का आपके स्वास्थ्य और विचारों पर क्या प्रभाव पड़ा था? निश्चित ही आपका उत्तर सकारात्मक होगा, क्योंकि आप या तो इस बात पर सिर धुन सकते हैं कि गुलाब के कांटे है या इस पर खुश हो सकते हैं कि कांटों से भी गुलाब खिलते हैं। जब हम भी ईमानदारी से अपने कर्त्तव्य का पालन करते हैं, किसी की मदद करते हैं अथवा कोई अच्छा कार्य करते हैं तो उससे अपने भीतर हम अपार संतोष महसूस करते हैं। तब वही भाव हमारे चेहरे और विचारों में भी झलकने लगते हैं। इससे हमारे पूरे व्यक्तित्तव में एक सकारात्मक परिवर्तन होता है। संतुष्टि और आनंद की अवस्था में व्यक्ति तनावमुक्त रहता है और इसलिए स्वस्थ रहता है। यह अवस्था मनुष्य के अच्छे स्वास्थ्य के साथ – साथ एक सफल एवं सार्थक जीवन की परिचायक हैं। हमें हमारी आस्था या भगवान के प्रति निष्ठा को सस्ता न बनने दें। हमें अपना हर काम इस तरह करना चाहिए, जैसे हम सौ साल तक जीएंगे, पर ईश्वर से रोजाना प्रार्थना ऐसे करनी चाहिए, जैसे कुल हमारी ज़िन्दगी का आखिरी दिन हो। जब हम ईश्वर के प्रति इतने पवित्र एवं परोपकारी बनकर प्रस्तुत होंगे सभी जीवन सार्थक बनेगा।

इसी सार्थकता में दूसरों की भलाई में कभी यह मत सोचिए कि यह कार्य छोटे हैं। रिट्।यरमेंट के बाद भी आप सिक्रय रूप में अपेक्षित बच्चों को पढ़ा कर योगदान दे सकते हैं। झुग्गी झोंपड़ियां मे जाकर अपने ज्ञान से उनके जीवन में अभूतपूर्व परिवर्तन ला सकते हैं। इन छोटे – से – छोटे कार्यों से ही आपको सम्मान भाव मिलेगा। संतोष और आनंद से जीवन में क्रांति आयेगी।

#### छोटे - छोटे काम : मानों बहता जीवन

छोटे – छोटे काम को निपटाने के लिये आप प्राथमिकताएं अवश्य तय करें। हम सभी के पास दिन के चौबीस घंटे होते हैं। इन्हीं में ही दिन के हर कार्यों की जिम्मेदारियां पूरी करनी होती है। कार्यों को अस्त – व्यस्त तरीके से करने से उलझने पैदा होती हैं। व्यवस्थित बने रिहए। जीवन में क्या सबको खुश रखना संभव है? कहीं आप मिस्टर / मिसेज़ परफेक्ट् बनने का जुनून तो नहीं पाल रहें? याद रखिए परफेक्ट कुछ – भी – नहीं होता। सबको खुश रखने की कवायद में आप सिर्फ खुद को नुकसान पहुंचाते हैं। हां दोस्त जरूरी हैं। मित्र सिर्फ मौज – मस्ती के लिए ही नहीं होते, बल्कि कई बार तो ये सखा बन संकटमोचन भी बन जाते हैं। बड़ी उम्र / सयाने लोगों से अपनी समस्याएं साझा करते रहिए। उनके अनुभव मार्गप्रदर्शक के रूप में आपको सही मार्ग दिखाते हैं।

हां, कुछ वक्त अपने को अवश्य दीजिए, ज़िंदगी खूबसूरत एवं बेहतर बनेगी। इसी में सफलता के अभूतपूर्व गण्य सूत्र छुपे हैं। इन्हीं कुश्लता के सोपानों के सहारे आप कामयाबी के शिखर को छू सकते हैं।

-प्रो. सुदेश गोगिया

DERAWAL PATRIKA 80 DECEMBER, 2019

#### साइलेंट हार्ट अटेक

सर्दियों में दिल का दौरा पड़ने की स्थिति में हर बार सांस लेने में परेशानी, सीने में जकड़न सांस फूलने और अचानक पसीना आने जैसी शिकायत नहीं होती। एक ताज़ा अध्ययन में साइलेंट हार्ट अटैक का पता चला है। अटैक के कुल मामलों मे से करीब आधे साइलेंट हार्ट अटैक के होते हैं।

कार्डियो वैस्क्यूलर सर्जनों की मानें तो सामान्य लक्षणों के बगैर होने वाले हार्ट अटैक को साइलेंट कहा जाता है। इसमें हृदय की मांसपेशी की तरफ बहने वाला रक्त प्रवाह काफी हद तक कम हो जाता है या फिर पूरी तरह से कट जाता है। हार्ट अटैक के जोखिम से घिरे अधिक उम्र के लोग साइलेंट हार्ट अटैक के झटके को अमूमन नहीं झेल पाते। यह हृदय पर इतना जबरदस्त दबाव बनाता है, कि कई बार मरीज मदद के लिए पुकार भी नही पाता। साइलेंट हार्ट अटैक अक्सर न पहचाने जा सकते वाले लक्षणों, समुचित इलाज के अभाव या समय न मिलने की वजह से घातक हो सकता है।

आमतौर पर हार्ट अटैक का पहला लक्षण सीने में जलन या फिर दर्व होना है, लेकिन साइलेंट हार्ट अटैक में ऐसा बिल्कुल नहीं होता। जब किसी व्यक्ति को साइलेंट अटैक की समस्या होती है तो उसे सीने में किसी प्रकार का दर्व नहीं होता। इस बीमारी में मरीज को पता ही नहीं चलता है कि क्या हो रहा है। इसलिए इसे पहचानना काफी मुश्किल होता है। अगर सही समय पर इसके लक्षणों को पहचानकर इलाज न किया जाए तो यह गंभीर परेशानी बन सकता है। विशेषज्ञों के मुताबिक सर्दियों में शरीर के तापमान को बरकरार रखने के लिए हृदय को दोगुनी मेहनत करनी पड़ती है। इस वजह से रक्तचाप बढ़ता है और यह रक्त में कई किस्म के बदलाव भी लाता है, जिसमें रक्त का थक्का जमने का अधिक जोखिम भी शामिल हैं। इसके अलावा, सर्दियों के मौसम में रक्तवाहिकाएं सिकुड़ जाती हैं, जिससे रक्तप्रवाह संकुचित होने लगता है और यह भी हार्ट अटैक का कारण बनता है। हार्ट में ऑक्सीजन की अधिक मांग होने, शरीर का तापमान असामान्य ढंग से कम होने, छाती में संक्रमण पैदा करने वाले वायु प्रदूषकों आदि के चलते हार्ट अटैक के मामले बढ़ सकते हैं।

#### ठंड में साइलेंट अटैक की आशंका ज्यादा

साइलेंट हार्ट अटैक डायबिटिक पेशेंट्स की होने की संभावना ज्यादा होती है। जब भी ऐसा अटैक होता है तो हार्ट से जाने वाली नसें गल जाती हैं जिन्हें शुगर होती है। इस कारण उन्हें दर्द का अहसास होता है। कई बार गैस या घबराहट के कारण भी यह होता है। ठंड में इसकी आशंका ज्यादा होती है। ठंड में नसें सिकुड़ी रहती हैं। ब्लडप्रेशर भी बढ़ा रहता है। कई लोग ठंड में पानी कम पीते हैं। इस कारण डिहाईड्रेशन होता है और ब्लड गाढ़ा हो जाता है। धमनियों में ब्लॉकेज़ होने के कारण भी ऐसे अटैक ज्यादा होते हैं। हार्ट अटैक के मामलों में 90 फीसदी डायबिटीक लोगों में होते हैं। इसलिए उन्हें नियमित जांच कराना चाहिए।

#### किन बातों पर ध्यान देना चाहिए

- . घर से बाहर जाते समय शरीर को गर्म कपड़ों से अच्छी तरह से ढक्कर रखें। अपने व्यायाम का अनुशासन बनाए रखें और सर्दियों में आलस्य न करें। हल्के शारीरिक व्यायाम को जारी रखें, लेकिन साथ ही अपना ब्लड प्रेशर भी जांचते रहें।
- . भोजन और दवाएं समय से लेते रहें तािक मौसम की मांग के मुताबिक शरीर ढलता रहे। इसी तरह, वायु प्रदुषण और अन्य कारणों की वजह से होने वाले संक्रमण से बचने का हर संभव प्रयास करें। अगर संक्रमण हो भी जाए तो तत्काल चिकित्सा सहायता लें। जिससे मरीज को आराम मिल सके।
- . साइलेंट हार्ट अटैक से बचने के लिए हृदय रोगियों को ज्यादा तला भोजन नहीं करना चाहिए, क्योंकि इसे पचाने के लिए शरीर को अधिक काम करना पड़ता है। ऐसा भोजन करें जो हृदय के लिए सेहतमंद हो और आपकी सेहत बनाने में मददगार हो।

DERAWAL PATRIKA 81 DECEMBER, 2019

. सुबह ठंड में सैर करने से बचें क्योंकि ऐसा करने से ब्लड प्रेशर बढ़ सकता है, जो हार्ट पर दबाव बढ़ाता है। सैर का समय बदलने से आपको न सिर्फ पर्याप्त धूप मिलेगी जो कि विटामिन डी का स्त्रोत होती है बल्कि शरीर को गर्मी भी मिलेगी।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के मानकों के मुताबिक 18.5 ये 25 तक के बीएमआई को स्वस्थ्य 25 – 30 को अधिक वजन और 30 के बाद बीएमआई का होना मोटापे की श्रेणी में आता है। 22 – 23 बीएमआई के बाद लोगों में बिमारियों का जोखिम बढ़ता है, लेकिन ये उन लोगों में ज्यादा होता है जिनकी कमर के पास चर्बी अधिक जमा होती है। रिसर्चर्स ने देखा कि 22 बीएमआई के बाद लोगों में दिल से जुड़े जोखिम 13 फीसदी तक बढ़ते हैं। स्टड़ी में कहा गया है कि जिन लोगों का बॉड़ी मास इंडेक्स 18.5 से कम होता है और वे धूमपान करते है तो उनमें दिल से जुड़ी बीमारियों का खतरा अधिक होता है। अगर बीएमआई 22 – 23 के बीच में हैं तो दिल की बीमारियों की आशंका सबसे कम होती है।

बॉडी मास इंडेक्स दरअसल, व्यक्ति की लंबाई और वजन के बीच का अनुपात होता है। इसका इस्तेमाल किसी की अच्छी सेहत का पता लगाने के लिए किया जाता है। ब्रिटेन में साल 2006 - 2010 के बीच इस रिसर्च के लिए 40 - 69 उम्र वर्ग के तकरीबन 2.96 लाख लोगों को शामिल किया गया। ये सभी लोग उस वक्त स्वस्थ थे जब इन्हें रिसर्च में शामिल किया गया था। इसके बाद लोगों की दिल से जुड़ी बीमारियों पर गौर किया गया। इसमें दिल से लेकर उच्च रक्तचाप जैसी समस्याएं शामिल थीं।

सौजन्य से - अरोग्य भारती दिल्ली प्रांत, डा. रीटा वाही

#### वरदान हैं हमारे बुजुर्ग

बुजुर्ग है अगर जिंदगी में, तो शान है, पहचान है नाम मिला, संस्कार मिला, उन्होंने ही पुतलों में फूंकी जान है

कहते है कि अगर किसी इन्सान के व्यवहार, संस्कार व परिवार का पता लगाना हो तो सिर्फ यह देखना काफी है कि उसकी जिंदगी में बुजुर्गों का क्या स्थान है। अगर किसी घर में वहां के बुजुर्ग खुश हैं, मुस्कुरा रहे है, तो उस घर के मालिक से अमीर कोई हो नहीं सकता और जिसके सिर पर बुजुर्गों का साया ना हो, उससे गरीब कोई नहीं हो सकता। मां बाप की जायदाद के लिए तो सबको लड़ते देखा है पर मां बाप की सेवा के लिए लड़ते शायद ही किसी को देखा हो। जब कोई बुजुर्ग आपके सिर पर अपनी कपकंपाती उंगलियों से आशीर्वाद भरा हाथ रखता है तो आपको उस आशीर्वाद में धन दौलत वरदान, खुशी सब एक साथ मिल जाते हैं। घर में बुजुर्ग उस घने पेड़ की शाखाओं की तरह होते हैं जो स्वयं धूप में खड़े होकर सदा बिना किसी स्वार्थ के अपनी शरण में आने वालों को छाया देते हैं। स्वयं कष्ट सह कर भी सदा अपने बच्चों की खुशी के लिए संघर्ष करते रहते हैं। कहा जाता है कि हम भले ही जीवन में कितने ही सफल क्यों ना हो जाएं, कितनी उंचाइयों पर क्यों ना पहुंच जाएं परंतु हमारे बड़ों का आशीर्वाद अगर साथ ना हो, उनका प्यार ना हो तो हम सब अधूरे हैं। जो व्यक्ति यह समझता है कि उसकी उत्पत्ति, उसके आस्तित्व की नींव उसके बड़े बुजुर्गों के बिना संभव ना थी और उस नींव पर जिन्होंने संस्कारों से परिपूर्ण इमारत बनाई है उन्हें सम्मान देना आवश्यक ही नहीं, उसका कर्त्तव्य भी है, वह व्यक्ति जिंदगी में कभी मार नहीं खा सकता। हमेशा अपने बड़ों का आदर सम्मान करें। वह हमारी दुत्कार के नहीं, प्यार के हकदार हैं। उन्हें कष्ट पहुंचाना, ईश्वर को कष्ट पहुंचाने के समान है। यह पाप, कदापि ना करें। हमसे अधिक समझदार और तर्जुबेदार है, बुजुर्गों से ही जीवन मे बहार है।

-रचना चावला

DERAWAL PATRIKA 82 DECEMBER, 2019





**PRESENTS** 





@ 65,000/-



SOLITAIRE EARING STARTING

@ 7 5 , 0 0 0 / -

SINGLE LINE DIAMOND BANGLES STARTING

@ 1,50,000/-



SOLITAIRE RING STARTING

@ 5 0 , 0 0 0 / -

#### Swarnam Jewellers

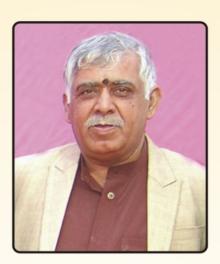
wishing you

HAPPY NEW YEAR 2020, LOHRI, MAKAR SANKRANTI & REPUBLIC DAY

L-79, Kirti Nagar, New Delhi-110015

Mob.: 88002239066, 9811041604, 011-25192048 | E-mail: Swarnamjeweller@gmail.com

#### Message From



HARISH KR. CHHABRA

# HARISH KUMAR & CO. MANISH ENTERPRISES S. M. PAKERS

Wishing you and all of your family members

A Very Happy & Prosperous New Year, 2020

HARISH KR. CHHABRA SHASHI CHHABRA MANISH CHHABRA

57-F, PLOT NO. 9, GADODIA ROAD, ANAND PARBAT, NEW DELHI-110005 Mobile: 9818401848, 8586093551

#### Glimpses of JYOT YATRA at Haridwar on 7th April, 2019



#### वार्षिक डेरावाल ज्योत यात्रा महोत्सव

























#### Glimpses of JYOT YATRA at Haridwar on 7<sup>th</sup> April, 2019



#### with best compliments from

ESTD. 1989



#### MANAGED BY EX-SPRINGDALIANS

The school was established in 1989 and was formerly known as Noddy's Play School.

The environment at Jyoti's Noddy Play School is designed to make kids feel at home and continue to help them develop into responsible young adults.

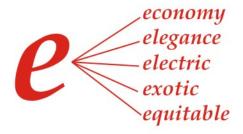
Your child deserves the best. That includes the best child care. A child's early experiences create the foundation for lifelong learning and affect how he/she thinks, feels, acts, and plays with others.



F-100, KIRTI NAGAR (Behind HDFC Bank) | PH.: 011-45566339, 9899266339 www.bestplayschool.in



....A Concept of home & Corporate Caterings



We start with ease and end with exuberance, so that the move is ever on!

#### THE MELTING POINT



#### **OUR SPECIALITIES:**

- Birthday Cakes
- Anniversary Cakes
- Theme Cakes
- Fondant Cakes
- Wedding Cakes and more...

A unit of



(A Complete Hospitality Solution)

H-31, Kirti Nagar, New Delhi-110015 (Near IDBI & Kotak Mahindra Bank) Mob.: 9999917219, 9999940587, 9899628962, 8920893435, 011-25938413, 25103550, 25158413

# Savitri Studio

C-139, West Patel Nagar, New Delhi - 110008, Contact No.: 9811193811, 9891173605



Candid Photography, Pre-Wedding Shoot, Live Return Gift on Spot, Magic Selfie Mirror



Vinod Kumar Arya

॥ आउम् ॥

(M): 9899738499 9250533073

### Healthcare Bureau

AN ISO 9001: 2008 Certified Company A Complete Home & Patient Care Services

Registerd under Delhi Shop & Establishment Act 1954 Govt. of N.C.T. of Delhi FOR PATIENTS OLD AGE PEOPLE & BABY CARE AT HOME & HOSPITALS E-mail: hhnursingbureau@gmail.com / Web.: www.healthcarenursingbureu.com

#### **Surgical & Medical Equipments**



- HOSPITAL BED
- **★ PULSE OXIMETERS**
- **★ SUCTION MACHINE**
- \* WHEEL CHAIR
- ★ OXYGEN CONCENTRATORS ★ AIR MATTRESS
- **★** MONITOR
- HOME CARE MEDICAL EQUIPMENTS ALSO AVAILABLE ON RENT

#### We Provide Qualified

- NURSES
- **\* PHYSIOTHERAPISTS**
- **ATTENDENTS**
- **\* YOGA TEACHERS**
- \* AYAS
- **ACCUPRESSURE**
- **\* WARD BOYS**
- **\* MEDICAL EQUIPMENT**

#### Specialises Exercise in Paralyis Cases & Old Ages

H. Office: F-94/1, Kirti Nagar, (Near NDPL) New Delhi-110015

B. Office: Village Sukhrali Sector 17C Near Iffco Chowk Gurgaon-122001



#### **K2R World Tour and Travels**

Explore the World with K2R

**DEALS IN:** 



**INTERNATIONAL & DOMESTIC PACKAGES** 

**WORLDWIDE HOTEL BOOKINGS** 

**HONEYMOON & CRUISE PACKAGES** 

**AIR TICKETING & VISA** 

**GROUP BOOKINGS & CONFERENCES** 

FA-310, Mansarovar Garden, New Delhi-110015 Email: ops@k2rworldtour.com, Web.: www.k2rworldtour.com

Ph.: 80102 44444, 011-46074343/4/5 98100 90870, 99999 92812, 8287622383



#### Industrial & Domestic Sewing Machines



Importers & Dealers:

#### **Dutta & Dutta (India)**

887 & 1469, 1st Floor, Nai Sarak, Delhi-110006

Ph.: 011-23276869, 23266950, 65355224 E-mail: dutta 2000in@yahoo.com



AOXUN

JACK

TKING

SIRUBA

PEGASUS

KANSAL

JUKI

#### नागरिकता संशोधित बिल

देश का बंटवारा हुआ हिन्दू-मुस्लिम के आधार हिन्दू रहेंगे हिन्दुस्तान, मुस्लिम बसेंगे पाकिस्तान

जो हिन्दू आबादी रहती थी पाकिस्तानी भाग मुस्लिम आबादी ने उन्हें वहां से भगाने को

शुरू कर दी लूटपाट और मारकाट हिन्दुओं को घर छोड़ना पड़ा भारत लौटे खाली हाथ

> इस हिस्से से मुस्लिम जाने लगे पाकिस्तान गांधी और नेहरू ने रोक लिया उन्हें हिन्दुस्तान

हर तरह की सुरक्षा भी कर दी उन्हें प्रदान लेकिन हिन्दू शरणार्थियों पर नही दिया कोई ध्यान

भारत को हिन्दू राष्ट्र ना घोषित कर इस पर थोप दिया धर्मनिरपेक्ष संविधान

नेहरू और जिन्ना ने किया था अल्पसंख्यकी की सुरक्षा का ऐलान लेकिन पाक ने घोषित कर दिया अपने को मुस्लिम राष्ट्र

पाक में जो हिन्दू रह गए थे, उन पर होने लगे अत्याचार धर्म परिवर्तन करने पर कर दिया उन्हें मजबूर

इस सबका परिणाम हुआ हिन्दू जनसंख्या का विनाश और बलात्कार जो हिन्दू आबादी थी 13 प्रतिशत बंटवारे के टाइम

वो घट कर रह गई 1.5 प्रतिशत आज इससे यह ज़ाहिर हुआ, उन्होंने झेले कितने कष्ट

इसी वजह से कुछ छोड़ आए पाक मे अपने घर और शरणार्थी बन रहने लगे इस देश

जिस मोदी सरकार ने समझा उनका दर्द नागरिकता प्रदान कर दिया उन्हें जीने का हक

फिर क्यों भड़के इस बिल पर कांग्रेसी और दूसरे दल फरवरूदीन और उनकी बेगम ने बसवा दिए थे मुस्लिम आसाम

> तब क्यों नहीं रोकी कांग्रेसी ने वो घुसपैठ अब रोहिंग्या भी बसवा दिए, देकर उन्हें सपोर्ट

क्या कांग्रेस और विपक्ष कर रहे राष्ट्र हित की बात इस सबसे तो जाहिर है वे कर रहे राष्ट्र द्रोह के काम

15-16, दिसम्बर की घटनाओं ने कर दिया शर्मसार आगज़नी और पुलिस की पिटाई ने दर्शा दिया

आने वाले समय में भारत का इतिहास संकर प्रजाती क्या जाने असली प्रजाति का राज

> ऐसे में सरकार को चाहिए वो करे संविधान में सुधार तभी भारत में होगा अमन चैन का राज

> > Er **सी.बी. अरोड़ा** कार्यकारिणी सदस्य

DERAWAL PATRIKA 91 DECEMBER, 2019

#### श्रद्धा और समर्पण

एक गाय घास चरने के लिए एक जंगल में चली गई। शाम ढलने के करीब थी। उसने देखा कि एक बाघ उसकी तरफ दबे पांव बढ़ रहा है। वह डर के मारे इधर – उधर भागने लगी। वह बाघ भी उसके पीछे दौड़ने लगा। दौड़ते हुए गाय को सामने एक तालाब दिखाई दिया। घबराई हुए गाय उस तालाब के अदर घुस गई। वह बाघ भी उसका पीछा करते हुए तालाब के अंदर घुस गया। तब उन्होंने देखा कि वह तालाब बहुत गहरा नहीं था। उसमें पानी कम था और वह कीचड़ से भरा हुआ था। उन दोनों के बीच की दूरी काफी कम हुई थी। लेकिन अब वह कुछ नहीं कर पा रहे थे। वह गाय उस कीचड़ के अंदर धीरे – धीरे धंसने लगी। वह बाघ भी उसके पास होते हुए भी उसे पकड़ नहीं सका। वह भी धीरे – धीरे कीचड़ के अंदर धंसने लगा। दानों भी करीब करीब गले तक उस कीचड़ के अंदर फंस गए। दोनों हिल भी नहीं पा रहे थे। गाय के करीब होने के बावजूद वह बाघ उसे पकड़ नहीं पा रहा था। थोड़ी देर बाद गाय ने उस बाघ से पूछा क्या तुम्हारा कोई गुरू या मालिक है बाघ ने गुर्राते हुए कहा मैं तो जंगल का राजा हूं। मेरा कोई मालिक नहीं। मैं खुद ही जंगल का मालिक हूं। गाय ने कहा लेकिन तुम्हारे उस शक्ति का यहां पर क्या उपयोग है।

उस बाघ ने कहा तुम भी तो फंस गई हो और मरने के करीब हो। तुम्हारी भी तो हालत मेरे जैसी है। गाय ने मुस्कुराते हुए कहा बिलकुल नहीं। मेरा मालिक जब आएगा और मुझे इस कीचड़ से निकाल कर अपने घर ले जाएगा। तुम्हें कौन ले जाएगा। थोड़ी ही देर में सच में ही एक आदमी वहां पर आया और गाय को कीचड़ से निकालकर अपने घर ले गया।

संकलन – विमल बुद्धिराजा

#### चिंता और चिंतन

चिंता आयु को कम व चिंतन उसमें वृद्धि करता है। फिर निर्णय लेने में देरी क्यों? आप क्या चाहेंगे? 'चिंता या चिंतन'। चिंताग्रस्त होने का सबसे प्रमुख कारण मनुष्य के अन्दर छिपा शत्रु भय है। भय से ही बुराइया उत्पन्न होती हैं, इसी से दुःख आते हैं। यही व्यक्ति को प्रत्येक समय निरूत्साहित करता है, जिसके कारण, वह उसे उस कार्य में असफल बना देता है, जिसे करने की सामर्थ्य उसमें होती है। चिंतन का तात्पर्य किसी भी बात के हर पहलू पर विचार करना व आत्मविश्वास के साथ अपना संबंध उस सर्वशक्तिमान से जोड़े रखना है, जबिक चिंता का तात्पर्य अनहोनी की आशंका से अपने मन में भय को आश्रय देना है। अतः चिंता निरर्थक व चिंतन ही जीवन की सार्थकता है। चिंतारहित होकर काम करते जाओ, बीती बातों का पछतावा न करो तथा परिणामों की परवाह न करो। वह सब उसी पर छोड़ दो और कर्मबंधन से मुक्त हो जाओं। आप असीम आनंद की अनुभूति करेंगे। अनादिकाल से ही मनुष्यों को किसी भी समय संकट आने की आशंका का भय सताता रहा है। दुर्घटना का भय, असफलता का भय, आदि वास्तविक दुःख आने से पहले ही उसे दुःखी करते रहते है। ये विभिन्न प्रकार के काल्पनिक भय केवल दुर्बल हृदय वाले उन मनुष्यों को ही अधिक भयभीत व चिंताग्रस्त रखते हैं, जो अज्ञानजित मिथ्या देह अहंकार के कारण अपने ही अंदर निहित परमशक्ति से अपने आपको अलग मानकर उससे अपना संबंध विच्छेद कर लेते हैं। यदि मनुष्य बुद्धि से चिंतन करे और चिंता छोड़कर मन को स्वस्थ और प्रसन्न बनाए रखकर अपने लक्ष्य की ओर दृढ़ आत्मविश्वास और धैर्य के साथ आगे बढता रहे तो वह निश्चित ही ध्येय प्राप्ति में सफल होता है।

हम सभी उस परमिता की ही संतानें हैं। वही ईश्वरीय शक्ति हमारे अंदर निहित है, जिसे कोई भी बुराई परास्त नहीं कर सकती। ईश्वर उन्हीं की सहायता करता है जो स्वयं अपनी अर्न्तरात्मा की आवाज सुन सकता है। ईश्वर उसी को प्यार करता है, जिसकी उस पर श्रद्धा, भिक्त व दृढ़ विश्वास है तथा जिसकी मन, बुद्धि व इंद्रियां जीती हुई हैं। घृणा व क्रोध से भूख मिट जाती है तथा उसकी पाचन – प्रणाली भी निष्क्रिय होने लगती है। ईष्यालु व्यक्ति का स्वास्थ्य बहुधा बिगड़ा ही रहता है। मनुष्य की आदतों का प्रभाव उसके चेहरे से भी झलकने लगता है। स्वस्थ व प्रसन्न मन:स्थिति वाले मनुष्यों के चेहरे प्रसन्नचित्त व चमक लिए हुए होते हैं तथा उसकी मांसपेशियां एवं मस्तिष्क सिक्रय रहते हैं। चिंताग्रस्त मनुष्य के व्यक्तित्व का आकर्षण समाप्त हो जाता है।

DERAWAL PATRIKA 92 DECEMBER, 2019

#### वास्तुशास्त्र के अनुसार तिजोरी रखने की जगह

हर किसी के घर में पैसा रखने के लिए कोई न कोई स्थान होता ही हैं। ज्यादातर लोग अपने धन को सुरक्षित रखने के लिए अलमारी या तिजोरी को सबसे ज्यादा उपयुक्त मानते हैं।

ऐसा कई बार सुना जा सकता है कुछ लोग कमाते तो बहुत है, लेकिन पैसा रूकता ही नहीं है, या फिर बेमतलब के खर्चे कभी पैसा रूकने ही नहीं देते।

वास्तु शास्त्रियों की मानें तो इसका एक बड़ा कारण हो सकता है हमारे पैसा रखने का स्थान या अलमारी – तिजोरी आदि की दिशा। अलमारी व तिजोरी को गलत दिशा में रखने से कई बार पैसे की हानि हो सकती है।

अलमारी या तिजोरी को ज़मीन से थोड़ी ऊँचाई पर रखें। अलमारी या तिजोरी का मुंह दरवाजे की ओर नहीं होना चाहिए। इससे तिजोरी में धन नहीं रूक पाता। अलमारी या तिजोरी का मुंह दक्षिण दिशा की ओर नहीं खुलना चाहिए। अलमारी या तिजोरी का रंग गहरा लाल या हरा नहीं होना चाहिये। सबसे अहम बात कि अलमारी या तिजोरी को कभी खाली न रखें। अलमारी पर कभी भी कांच न लगवाएं और यदि लगा भी हो तो उसे हरे रंग के कपड़े से ढ़क दें।

- प्रभु दयाल सतीजा

#### अपनों की परख

एक जौहरी के निधन के बाद उसका परिवार संकट में पड़ गया। खाने के भी लाले पड़ गए। एक दिन उसकी पत्नी ने अपने बेटे को नीलम का एक हार देकर कहा इसे अपने चाचा की दुकान पर ले जाओ तािक उसे बेचकर वह कुछ रूपये दे दें। बेटा वह हार चाचा के पास ले गया। चाचा ने हार को अच्छी तरह देख परखकर कहा बेटा मां से कहना कि अभी बाजार मंदा है। थोड़ा रूककर बेचेंगे अच्छे दाम मिलेंगे।

उसे थोड़े रूपये देकर कहा कि तुम कल से दुकान पर आकर बैठना। अगले दिन से वह लड़का रोज़ दुकान पर जाने लगा और वहां हीरों, रत्नों की परख का काम सीखने लगा। एक दिन वह बड़ा पारखी बन गया। लोग दूर - दूर से अपने हीरे की परख कराने आने लगे।

एक दिन उसके चाचा ने कहा बेटा अपनी मां से वह हार ले आना और कहना कि अब बाज़ार बहुत तेज़ है। उसके अच्छे दमा मिल जाएंगे। मां से हार लेकर वह उसे घर पर ही छोड़कर दुकान लौट आया। चाचा ने पूछा 'हार नहीं लाए?' उसने कहा 'वह तो नकली था।' तब चाचा ने कहा 'जब तुम पहली बार हार लेकर आए थे, तब मैं उसे नकली बता देता तो तुम सोचते कि आज हम पर बुरा वक्त आया है, तो चाचा जी हमारी चीज़ को नकली बताने लगे। आज तुम्हें खुद ज्ञान हो गया, तो पता चल गया कि हार सचमुच नकली है।'

सच यह है कि ज्ञान के बिना संसार में हम जो भी सोचते, देखते और जानते है सब गलत है। और ऐसे ही गलतफहमी का शिकार होकर रिश्ते बिगड़ते हैं।

- प्रभुदयाल सतीजा

DERAWAL PATRIKA 93 DECEMBER, 2019

With best compliments from:

#### JANGPURA 'B' NEW DELHI <u>YOUTH WING</u>

#### Shri Harish Kumar Chhabra

Shri Ajay Khera

Shri Deepak Taneja

Shri Om Prakash Mehta

Shri Kishan Lal (Kala)

Shri Ramesh Ahuja

Shri Ajay Bhutani

Shri Mahinder Khera

Shri Chander Grover

Shri Hemant Khurana

Shri Raju Sachdeva

Shri Sanjay Rajpal

Shri Naveen Khera

For Success of Annual Derawal Day HAPPY NEW YEAR TO ALL

# डेरावाल शिव समिति

(c-6 ईस्ट ऑफ कैलाश, नई दिल्ली - 110065)

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

प्रधान सुरेश नांगिया उपप्रधान हरीश छाबड़ा, दौलत राम गांधी राज कुमार सचदेवा

सेक्ट्ररी हेमन्त खुराना/महेन्द्र खेडा उपसचिव/कोषाध्यक्ष राम प्रकाश चोपड़ा सहायक कोषाध्यक्ष राजेन्द्र / अजय खेडा आशुतोष शर्मा भारत भूषण लाल

#### कार्यकारणी सदस्य

नरेन्द्र बजाज, सुभाष आहूजा (पार्षद), उत्तम आहूजा, राज पाल अरोड़ा, वासदेव टुटेजा, चन्द्र बजाज, दिलीप कुमार, कृष्णलाल (काला), चन्द्र ग्रोवर, इन्द्र छाबड़ा, सतीश आहूजा, विकास छाबड़ा, दीपक तनेजा (दीपू), सोनू आहूजा, पूरन चन्द ग्रोवर, ओम प्रकाश ग्रोवर, विक्की ग्रोवर

#### शाकाहार और स्वास्थ्य

शाकाहार एक विशुद्ध जीवन प्रणाली है जिसका भारतीय संस्कृति से बहुत गहरा सम्बन्ध है। इसीलिये आध्यात्मिक, नैतिक, आर्थिक, अहिंसा, प्रकृति, योग एवं पर्यावरण की दृष्टि से शाकाहार ही उत्तम आहार है। परन्तु जो सबसे बड़ी बात है, जो पाश्चात्त्य देशों को भी शाकाहार के द्वारा स्वास्थ्य सुरक्षा वैज्ञानिक आंकड़ो और स्वास्थ्य विशेषज्ञों शोध से यह प्रमाणित हो गया है कि शाकाहार में प्रोटीन, कीबोहाइड्रेट एवं कैलोरी मांसाहार की तुलना में अधिक मात्रा में पाया जाता है। प्रोटीन, कीबोहाइड्रेट और कैलोरी की दृष्टि से शाकाहार उत्तम आहार है। केला, अंगूर, सेब, विभिन्न प्रकार की दालें, गेंहू, चावल, आलू एवं विभिन्न प्रकार की सब्जियां स्वास्थ्य के लिए सर्वोत्तम आहार है।

वैज्ञानिकों ने यह भी प्रमाणित कर दिया है कि जो व्यक्ति मांस, मछली और अण्डे खाते है, उनके शरीर में रिस्पटरों की संख्या में कमी हो जाती है, जिससे रक्त के अन्दर कॉलेस्ट्रॉल की मात्रा अधिक हो जाती है। इससे हृदय, गुर्दे आदि महत्वपूर्ण अंग रोगग्रसित हो जाते है। यही कराण है कि इन्टरनेशनल वेजिटेरियन यूनियन एवं शाकाहारी संस्थाओं के द्वारा शाकाहार को विदेशों में बहुत सम्मान की दृष्टि से देखा जाता है। सन 1985 ई0 से लगभग 60 लाख अमेरिकन के दो तिहाई घरों में शाकाहार खाया जाता है। मांसाहार से जीवों की हत्या जैसा जघन्य पाप ही होता है। जिससे मनुष्य में तामसिक स्वभाव की वृद्धि होती है। इसके साथ ही मांसाहार से शरीर में विषाक्त पदार्थों एवं उत्तेजना की वृद्धि होती है, जिससे अनेक प्राणघातक बीमारियां पैदा होती है।

अतः धर्म और स्वास्थ्य दोनों दृष्टियों सें मांस, मछली, अण्डे आदि पदार्थों का सर्वदा त्याग कर देना चाहिए और शाकाहारी जीवन बिताना चाहिये।

कुछ लोगों के दिमाग खराब हो चुके हैं क्योंकि उनका मानना है कि अन्य सब चीजों की तरह मासाहार भी भगवान की देन है। आप सब लोग गम्भीरता के साथ विचार करें, भगवान् द्वारा दी गई चीजों का भगवान् को भोग लगाते हैं, परन्तु क्या अण्डा, मीट, मांस – मदिरा आदि इन सब चीजों का मन्दिरों, गुरुद्वारों व अन्य धार्मिक स्थानों पर भोग नहीं लगा सकते। इसलिए अण्डा, मीट, मांस – मदिरा मनुष्य के खाने – पीने के लिये नहीं बना है। अण्डा, मीट, मांस – मदिरा आदि खाने – पीने वाले अपने घर व पेट को शमशान व कब्रिस्तान बना देते हैं क्योंकि मनुष्य की मृत्यु होने पर उस मरे हुये शरीर को 'शव' कहा जाता है इसी तरह से मरे हुए जानवर को 'शव' कहा जाता है। जो लोग घर में मरे हुए जानवर का मास लेकर आते हैं वह एक मरे हुये जानवर का शव लेकर आते हैं इसलिए जिस जगह पर अग्नि पर मास को पकाया जाता है वह जगह शमशान घाट बन जाती है जो उसे खाता है उसका पेट कब्रिस्तान बन जाता है।

हवा का कोई रूप रंग व चेहरा नहीं होता बल्कि हवा जब शरीर को छूती है तब महसूस होता है कि हवा ठंडी है या गर्म। सभी धार्मिक ग्रन्थों में इस बात का उल्लेख है कि चौरासी लाख योनियों में से मनुष्य योनी सबसे उत्तम एवं श्रेष्ठ मानी गयी परन्तु गाय, घोड़ा, हाथी व बैल इन सबका जन्म जानवर योनि में होने के बाद भी यह जानवर मांस नहीं खाते क्योंकि उनके दाँत चपटे हैं। मनुष्य के दाँत भी चपटे हैं, मनुष्य श्रेष्ठ योनि में जन्म लेकर भी मांस खाते हैं। मांस खाना मनुष्य के लिए नहीं है।

शाकाहारी बने, स्वस्थ्य रहें, लम्बी आयु मिलेगीं।

– करूणा पाहवा

DERAWAL PATRIKA 95 DECEMBER, 2019

#### "जय सिरायकी जीवे सिरायकी" हर जीव दी अपणी—अपणी ख्वासियत

हिक वारी हिक जंगल विच मौसम ख़राब थी गिया। काले – काले बद्दल आगये, असमान तूं ज़ोर नाल बिजली कड़कण लग पई, मोटा – मोटा निनांवा वी पै सकदा हाई। ख़राब मौसम तूं बचण वास्ते हिक हाथी जल्दी – जल्दी हिक पहाड़ दी वडी गुफ़ा दे अन्दर बड़ गिया। उत्थां हिक कवीली वी बेठी हाई। कवीली कूं देख के हाथी हून्दा मख़ोल उडावण लग पिया। हाथी ने हूकूं आख्या तू बंऊ छोटी ते हल्की हें। मैं हिक फूका मारां ते तूं बऊ दूर तक उड़ वेसें, तेडी हड्डी – पसली वी टुट वेसी। मेकूं डेख मैं कितना मोटा, लम्बा, उच्चा हां, तेडा जीवण बेकार हे। कवीली विचारी हाथी तूं डरदी, चुंढ इच चुप चाप बय गई। हाथी बऊ ग़रूर ते घमण्ड इच हाई, ओ ज़ोर – ज़ोर दी चिंघाड़ मार के खिलण लग पिया। अपनी ताकत डिखावण वास्ते गुफा इच ज़मीन ते ज़ोर – ज़ोर दी पेर मारन लग पिया। हून्दी ताकत नाल गुफा हिल गई, पहाड़ तूं पत्थर ढावण लग पए। हिक बऊ बडा पत्थर गुफा दे मूंह दे अगूं ढै पिया ते गुफा दा रस्ता बन्द थी गिया। बरसात रूक गई, मौसम वी साफ़ थी गिया। हाथी ने अपणी सुंड दे नाल, ज़ोर ला के गुफा दा मूंह खोलण दी कोशिश कीती, पर पत्थर कूं ना हिला सग्या। हाथी घबरा गिया ते रोवण लग पिया। कबीली छोटी ते पतली हाई ओ छोटे झें सुराख़ विच्चूं गुफ़ा दे बाहर आ गई, हूकूं लम्बे – चौड़े ताकत ला बडे पत्थर कूं गुफा दे मूंह तूं हटा डित्ता ते गुफ़ा दे अन्दर फस्या हाथी बाहर निकल आया। हाथी कूं आपणे लम्बे चौड़े शरीर दा नुकसान ते कवीली दे निक्के शरीर दा फ़ैदा समझ आ गिया। हूं कवीली कोलों माफ़ी मंगी।

कवीली ने हूकूं आख्या हीं संसार इच हर जीव दी अपणी – अपणी ख़ासियत है। कोई जीव शरीर तूं छोटा है, ते कोई वडा है। कोई मोटा है ते कोई पतला हे। कोई काला हे ते कोई गोरा हे। परमात्मा दी बणाई होई दुनिया ते साकूं मख़ौल नई करना चाहिदा। — प्रो. जोगिन्दर मदान, भ. मुल्तानी परि. महसभा करनाल

With best compliments from:

Cell: 9811053404

HARISH DEWAN

# S.D. OFFSET PRINTERS

For Excellence in Offset Printing Solutions

G-143-144, SECTOR-2, INDUSTRIAL AREA, BAWANA, DELHI-110039

email: sdoffset560@gmail.com

# 5 FOOD TO CLEANSE THE BODY OF TOXINS

o many people, detox means killin the calorie code or to instantly weight lesser after a binge. But the truth is our body is self sufficient and capable of detox, but only if we can let it rest and support it with the right foods. Here are five of them.

- (1) Aloe vera: This succulent plant is highly alkaline and just what you need if you're a frequent traveler or cannot do without eating out. One teaspoon of aloe vera gel mixed in coconut water, had on an empty stomach beats the benefits of a fancy imported alkaline water ioniser.
- (2) **Ghee:** One of the most healing foods is often misunderstood to be fattening. Ghee flushes out the old bile from liver and scrubs toxins off our intestines and can extract stubborn fatsoluble toxins out of our body when used in oil pulling.
- (3) **Jamun:** As an ultimate sugar detox, jamun can stabilise the sugar rush in our sytem. It is a natural blood purifier and cleanser too.
- (4) **Khichri:** This is the only wholesome meal that is allowed during the Ayurvedic therapy: *panchakarma*, a detox meant for the body, mind and consciousness. It is easy to digest and provides full nutrition too.
- (5) **Curd:** Our homemade probiotic, curd, curd helps in growing gut-freindly bacteria. Our gut is the first line of defence against harmful toxins or bacteria, so maintaining a healthy gut is essential in helping the body naturally detox, the way it should!

# WORKOUTS TO GO WITH A DETOX DIET

since detox diets are generally a shock to the body, the body, the desire output of exercise routines has to match the input of detox diets. As excess calories and protein can be on the lower side, it is wise to keep the exercise intensity safe during detox period to avoid excessive fatique.

- (1) **Brisk Walking:** This will give you a simple but superior aerobic workout taxing your body with impact and jarring of the knees, like in running.
- (2) **High-repetition muscle endurance training:** This is best suited at the time of detox because the energy requirements are lesser compared to heavy strength or explosive training. High repetition muscle endurance training is also a great way to relearn your exercise training techniques.
- (3) Swimming: As the whole purpose of detox diets is to feel light and fresh, there is no other land-based execercise that'll give you the antigravity feeling like swimming. It will cushion your body and keep it cool.
- (4) Yog: As it is aimed at building balance, it works well during detox. As the movements are controlled and involve using your own body for resistance it is great to reconnect with your body's awareness.
- (5) Dancing: This is the best way to lift your spirit. The inter-muscular coordination will improve the toning of your body and works well for those who don't conventional exercise.

#### My Resolution: New Year - Ms Prity Gogia

The concept of underdeveloped nations is generally understood and accepted - though the term preferred today is "Developing nations" - but perhaps the concept of an underdeveloped personality is not so well appreciated. The reason for this is that there are many people worldwide who have underdeveloped personalities and few are able to explore their true potential before their life concludes!

Every person is born with great potential. But this potential does not unfold in the manner of the growth of a plant. You have to recognize your potential and through wise planning convert it into actuality. But this kind of self planning is well-nigh impossible! This is because the individual's personality begins to form in childhood and, by the time he reaches the age of maturity, his personality has becomes conditioned - a factor which renders him incapable of independent thinking. The solution is inherent in one's very own nature. Just give your nature, a chance and it will, of its own, develop your potential in the right direction!

To give one's nature a chance means to refrain from negative thinking. If you are receptive to criticism, this initiates a process of correction within you. This process continues under the guidance of nature until, unhindered, it reaches its culmination. On the contrary, if you become offended at criticism, you are refusing to give your nature a chance. Consequently, the process of self development will not take place and your nature will remain untapped!

The greatest quality needed to avail of your potential is scientific temper. This activates your inner dynamic which helps you differentiate between right and wrong, developing your personality along the right lines.

Developing scientific temper is by no means easy. The easiest formula for success in this mater is for a person to become modest in the complete sense of the term. He should see things in an impersonal way thus giving his nature the opportunity to come into play. The working of nature combined with positive thinking will certainly initiate the desired transformation. Thus it can be said with certainly that a person will be eminently able to turn his potential into actuality and develop such a personality as will take him towards the goal of super achievement.

Nature being master teacher for all human beings, can guide a person in the perfect sense. This is a gift to making by the Creator just as eyes and ears are. When a person sees with his eyes, there is no barriers between his eyes and what he sees. But when nature guides a person, he is often unable to accept what is before him due to some bias, complex or prejudice. The result is that nature is unable to perform its task. If, however, you are able to listen to the voice of your nature without any prejudice, just as you hear uninterruptedly with your ears, you will be able to avail every opportunity to turn your personality into a developed one.

A developed personality is another name for a complex free personality. One who is complex free personality. One who is complex free is completely untrammeled by negative thinking. Such a person, being the product of self development, and not of any automatic process, is able to maintain his positive thinking in all situations, regardless of how adverse they way be!

This is my new year Resolution —

DERAWAL PATRIKA 98 DECEMBER, 2019

#### Store water in copper vessel, drink it up for good health



ecades back when traditional technology triumphed, water was heated, purified and stored the old way. With the advent of modern technology, we have given these basics the miss and moved to 'newer' options. But most nutritionists still root for many traditional remedies, especially drinking water from a copper vessel.

Copper is an essential trace mineral and helps complete the nutrition and

mineral requirement of the body. Eating or drinking out of copper vessels is healthy as it is great for the immune system, digestion and is also known to reduce the risk of cancer.

"Water stored in a cooper vessel is alkaline and drinking it cools the body down. Our body has toxins due to the food we eat and daily stress, which makes the pH balance of the body acidic, so we need to have food alkaline in nature," suggests nutritionist Kavita Devgan. She says one should store water in a copper vessel at night and drink it up in the morning. Manjari Chandra, consultant nutritionist, Max Multi-Speciality Centre, says the best use of copper vessels is to store water and not other eatables. "While you can store about anything in a copper vessel, foods that contain ingredients such as salts, tomato, lemons etc have high chances of making the overall food acidic and, therefore, unhealthy. However, foods with neutral pH balance can be easily stored in copper vessels, such as cooked rice or dal, boiled vegetables etc. Since copper is a good conductor of heat, it is advised for cooking, however, it is recommended to be used with a lining made of different material so it doesn't transfer heat too fast," she shares.

#### **BENEFITS OF COPPER**

**Improves Immunity:** It helps people who are falling ill frequently with flu and have low immunity.

**Anti-Cancer Agent:** It reduces risk of cancer as it works risk of cancer as it works as an anti-oxidant and lowers toxins in the body.

**Fights Bacteria:** It completely destroys common bacteria such as E.coli, salmonella etc. It prevents food-borne infections.

Cuts Doshas: According to Ayurveda, copper vessels should be used to cut down doshas (physical and mental ailments) like acidity, heart burn, congestion, phlegm, cought, mucus, etc.

#### Sciatica

Introduction—Sciatica pain is nerve root compression in the leg from buttock, thigh calves and the ankle. It is a very painful disease. It is vaata diease, sciatica is related to slip disc. Symptoms—The pain increases while touching the sciatic nerve. The patient is unable to lift his leg in lying position, due to pain in the back side of the leg in sciatica nerve. Rigidly of back knee and thigh, loss of appetite, flow or saliva from the mouth etc. paundice, flesh-swelling and curves in limbs occur due to sciatica.

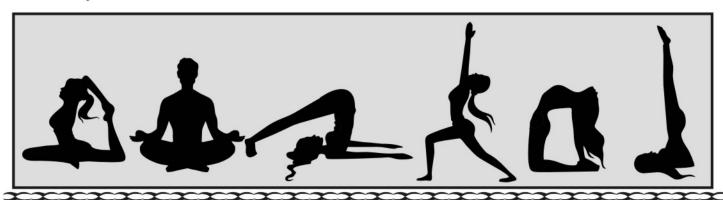
Causes—Jerks while working, doing heavy work beyond the capacity, sleeping on uneasy bed, getting hurt on the centre of the body, excessive use of cycle, scooter or morotcycle, ignoring the natural calls, tension, excessive anger, lack of sleep, loss of bleeding from anus, walking too much, working in bending position for long period, cold exposure. Continuous pressure on sciatica nerve 'due to standing and sitting on the chair for long period.

#### Yogic Treatment

- 1. Shatkaram Kunjal and enema of cold water daily.
- 2. Yogasanas Konasan, garudasan, fifth position of Suryanamaskar, padmasan, ustrasan, Bhujangasan, shalbhasan, sarvangasan, ardhyamatsyendrasan and shavasan.
- 3. Nadishodhan, Suryabhedi or Bhastrika Pranayam.

- 4. Meditation and yognidra.
- 5. Bath in hot water.
- 6. Avoid peas, potato, moong, masoor pulses, rice and cold things. Eat orange, mango, pomegranate, sattvic, simple, food and salad which is easy to digest, green vegetable juice, sprouted cereals.
- 7. Avoid swimming, excessive sex.
- 8. Surya swara should be maintained for five days.
- Mudras—Perform gyan mudra, vayumudra, pankaj mudra, apaan mudra, pran mudra 30 minutes each at any time with one or both hands.
- 10. Massage of spine and legs with mustard oil from down to upwards.
- 11. Have hot and cold fomentation of spine.
- 12. Have hot fomentation of legs daily. After bathing take a mug of hot water and let it run from hip to toes in a thin stream.
- 13. Put legs in hot water twice a week.
- 14. Avoid forward bending, refined foods, smoking, sleeping on loose cot (charpai).
- 15. Take 1/2 tsp. sonth with warm water.
- 16. Take in the morning 1 spoon luke warm desighee and ginger juice.
- 17.Boil 10 leaves of Harsingar in one glass water. Drink 1/2 cup twice a day.
- 18. Take 2 Tryodashang googal pills morning and evening with hot water / milk

—"Yog Therapy"



#### SPECIAL THANKS TO ALL ADVERTISERS

S.No.	Name of Advertisers	Page No.
1	Advance Dynamics & Advance Traders	04
2	Art-De-Dental	72
3	Bawa Jewellers Pvt. Ltd.	Back Cover
4	Chandra Lakshmi Chit Fund Pvt. Ltd.	50
5	Chawla Tent & Light House	49
6	Chopra Properties	108
7	Datta Industries	44
8	Davar Realtors & Infrastructure Pvt. Ltd.	103
9	Derawal Health Care Center	08
10	Derawal Shiv Samiti	94
11	Diamond Shope & Chemicals	110
12	Dream Land	115
13	Dutta & Dutta (India)	90
14	Euphoria Banquets	110
15	Goodwill Books International	43
16	Gopal Manav Seva Sansthan	52
17	Handa Medical Store	109
18	Harish Kumar & Co.	84
19	Home & Healthcare Bureau (Regd.)	89
20	Indian Book Depot	02
21	Jangpura 'B' New Delhi Youth Wing	94
22	Jyoti Book Shop & White House Drycleaners	34
23	Jyoti's Noddy Play School	87
24	K2R World Tour and Travels	90
25	Kamal Buildtech (P. ) Ltd.	114
26	Krishan Caterers	76
27	Mahinder Budhiraja (Emkay Printers)	49
28	Mela Detergent Powder	111
29	Nangia Construction Pvt. Ltd.	68
30	Philco Industries	06
31	Primasonic Spectrum Pvt. Ltd.	71
32	Riste Hi Riste Kirti Nagar	55
33	S.D. Offset Printers	96
34	Sanjay Khadi Gramodyog Sansthan	111
35	Saria Welfare Trust	26
36	Savitri Studio	89
37	Supa's	88
38	Swarnam Jewellers	83
39	The Friends Industrial Corpn.	53
40	Vikram Sharma (AVS Holidays Pvt. Ltd.)	67

DERAWAL PATRIKA 101 DECEMBER, 2019



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

F/27-28, KIRTI NAGAR, New Delhi-15, Ph.: 011-25936132, 9250810522 E-mail: delhi@derawalsahayaksabha.com | Web: www.derawalsahayaksabha.com

#### **APPLICATION FORM**

#### FOR LIFE MEMBERSHIP

PHOTO

Dear Sir,

	Please enrol me as a member of the Sabha. My particulars are appended below:-				
(i)	Name in Full (Capital le	etters)			
(ii)	Father's Name				
(iii)	Date of Birth / Age				
(iv)	Occupation				
(v)	Residential Address :				
	Tel/Mob. No	Email			
(v)	Office Address :				
	Tel/Mob. No				
	Certified that I will abide by the rules and regulations of the Sabha.				
			Yours faithfully,		
	1	2			
Recommendation		Recommendation			
Member General Body Signatures and Name in Capital Words		Member General Body Signatures and Name in Capital Words	Signature of Applicant		

Kindly Send the Payment of Rs.2100/- by Cheque in favour of "ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)" F/27-28, Kirti Nagar, New Delhi -110015 or Directly deposit in

Corporation Bank A/C No. 520401000076469, IFSC Code: CORP0000573

DERAWAL PATRIKA 102 DECEMBER, 2019

With best Compliments from:



# Davar Realtors & Infrastructure Pvt. Ltd.

PROPERTY: SALE, PURCHASE, RENTING, COLLABORATION, RENOVATION









**RESIDENTIAL** 

**COMMERCIAL** 

**INDUSTRIAL** 

**CORPORATE** 

**NEW DELHI - GURGAON** 

**Manish Diwan** (Director) M.: 9868156997

B-69, Ramesh Nagar, Opp. Pillar No. 348, New Delhi-110015 manish.davar@gmail.com

Varun Diwan (Gurgaon) M.: 9891346999 Branch: 37, G/F Edmontan Mall, Hotel BRISTOL, MG. Road, Gurgaon varundavar@davarrealtors.com

www.davarrealtors.com



#### 10 THINGS EVERYONE SHOULD KNOW ABOUT ORGAN DONATION

More than half a million Indians are estimated to be in dire need of an organ transplant each year. Yet, less than less than 2-3 percent of these people receive an organ transplant. Some of these people will find a living donor who will donate an organ to them. The rest will probably die waiting for an organ. And the same cycle will be repeated the next year.

You can help. All you have to do is pledge your organs after your death and you are a hero for millions who are waiting for an organ transplant. Before you do, there are 10 things everyone should know about organ donation.

- 1) First off there is a common misconception that organs can be donated by anyone after their death. That is not true. Donations following a cardiac death are donations of tissues, that are eyes, skin, bones, heart-valves. You can even donate your body for research. But once a person dies a cardiac death, organs like the heart, lungs, liver, kidneys, pancreas, intestines also die from lack of blood supply. So donation of vital organs is not possible once the heart stops beating.
  - It is *only* in the case of **brain death**, when it's determined that the brain has ceased working (no electrical activity, blood flow or function in the brain) and the condition is irreversible, that a person can donate his/her organs. Even though the person is Brain Dead, it's still possible to sustain organ function through use of a ventilator. Therefore organ donations (transplantation of organs from a donor to a waiting recipient) can only happen when a person is already in a hospital on a ventilator and then brain death occurs. This is called deceased organ donation.
- 2) Many families refuse to accept brain death as a form of death. In this situation, when the heart is still beating artificially, it makes the declaration of brain death extremely hard, especially since the concept is unknown to many. Lack of clarity makes the already emotional family unwilling to accept death.
  - You should know that the medical fraternity follows very strict standards laid down by the Transplantation of Human Organs Act 1994, to determine if a person is brain dead or not. In India, a panel of 4 doctors declares a person brain dead before organs can be retrieved. One of these is the registered medical practitioner in charge of the hospital. This panel will declare the brain death only after a series of exhaustive tests which are repeated twice with a gap of six hours.
- 3) Brain death is NOT coma. Coma is a state of deep unconsciousness, where the brain continues to function and the person can breathe on his/her own, without the help of a ventilator. Brain activities can be seen through various tests. Thus the brain still has the capacity to heal, and the person can come out of coma. If there is even a slight amount of activity in the brain or any reflexes, the person will not be declared brain dead, and the same will be communicated to their families.
  - Brain death results from such severe injury (like a roadside accident or a stroke) that the damage is permanent and all functions of the brain stop totally. It is not possible to recover from Brain Death. A brain death person is not suffering from Brain Death. He/She is dead.
- 4) No organ donation can be carried out without the consent of the next of kin. Unlike in many western countries where people can make the choice in their lifetime and it's legally binding, in India no donation can happen unless the next of kin agree. The final choice is left to the family. So it's crucial that you speak to your family about your intention to be an organ donor, should anything happen. Even if you decide to pledge your organs, if your family says no at the time, then it's a no.
- 5) You should know that one organ donor can save up to 9 lives and positively affect up to 50 others if all organs and tissues are used effectively! 2 kidneys, 2 lungs, heart, liver can be split into two and help save two people,

- intestine, pancreas and sometimes even the small bowel can save a life. In addition to vital organs, corneas, skin, bones, heart valves etc can significantly improve peoples' lives.
- 6) Your organs will not be sold. They will be given to donors at the hospital who are facing organ failure and waiting for organ transplants. These recipients may even be in another city where the organ can be flown.
- 7) There is time limit within which families need to decide if they want to donate their loved ones' organs. Despite the ventilator, once brain death occurs, the organs will start to fail. It's very difficult for doctors to maintain the organs at a level where they are still suitable for transplantation. This is why awareness is crucial so that families are already aware of organ donation and can decide whether they want to go through with it or not.
- 8) The body will not be mutilated during the retrieval of organs. There is a single incision made through which organs will be retrieved, and the body will be cleaned, stitched and handed back to the family in the most respectful manner. No one will be able to notice that anything is amiss.
- 9) Despite India being the world's second most populous country, it has a very low deceased donation rate of just 0.65 per million population compared to 34 in the US, 46.9 in Spain which has the highest organ donation rate in the world! In the West, most transplants are dependent on deceased donors. In India most transplants are dependent on living donors. (Livers and kidneys can be transplanted from living donors to other living donors.)
- 10) Every year, there are less than 1000 deceased organ donors in all of India. You can be the difference. Pledge your organs during your lifetime. Talk to your family. Save lives.

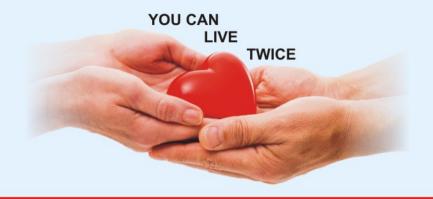
I Ravi Khera on behalf of "Organ Receiving & Giving Awareness Network" encourage everyone to know that Organ Donor can save 8 lives by donating their organs after their deaths. Do you want to be one of them?

For more information on organ donation, log on to www.organindia.org, where you can also fill out a form and claim your donor card. We will mail it to you within two weeks. Or call us at 1800-120-3648 011-41838382 or 9650952810 if you have any questions. Visit our facebook page www.facebook.com/ORGANINDIA



"The things you do for yourself are gone when you are gone, but the things you do for others remain as your legacy."

—Kalu Ndukwe Kalu





Sunayana Singh, Chief Executive Officer,

ORGAN India, Parashar Foundation



अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान अंसारी नगर, नई दिल्ली-110029

**All India Institute of Medical Sciences** अंग पुनः स्थापन बैकिंग संस्था (ऑर्बो) Organ Retrieval Banking Organization (ORBO) Ansari Nagar, New Delhi - 110029

डॉ. आरती विज

आचार्य, अस्पताल प्रशासन प्रभारी आचार्य - ऑर्बो अध्यक्ष - मीडिया प्रकोष्ठ एवं प्रोटोकॉल प्रभाग DR. AARTI VIJ

Professor, Hospital Administration Professor Incharge - ORBO & Chairperson - Media Cell & Protocol Division

Dear Mr. Khera,

Organ Retrieval Banking Organization (ORBO) is the nodal facility at AIIMS facilitating the entire process of cadaver organ and tissue transplantation, from procurement from the donor till transplantation in the recipient. ORBO has also been proactive in creating awareness and undertaking training and research in the field of organ and tissue donation and transplantation. In addition to organ donation from brain dead donors, ORBO also coordinates tissue donation from cardiac arrest donors.

Organ & tissue transplantation, in order to be successful, depends greatly on the active participation of society at large. There can be no transplantation, if people do not come forward to donate organs and tissues of their loved ones after their demise.

The tissue donation of Late Smt. Sangeeta Khera has helped patients to achieve an enhanced the quality of life. It has aided them in recovering from their disability and become productive member of the society. It has made them self-reliant and has restored their life to normal. There are no words that can express our feelings for your family. It indeed, takes a special kind of person to come out with such a brave and mature decision at the time of acute pain and grief of losing their loved

In order to pay tribute to our organ donors for their benevolent contribution to serve the humanity and also honour the legacy which their family has created, ORBO is organizing "Donor Felicitation Programme" on 13th November 2019 at Jawahar Lal Auditorium at AIIMS, New Delhi from 3 PM to 5.30 PM. Hon'ble Minister of Health & Family Welfare Dr. Harsh Vardhan has kindly consented to preside over the function and honour the donor families who selflessly donated organs and saved the lives of those patients absolutely unknown to them.

We wish to invite you to receive felicitation in the Donor Felicitation Programme. Your kind presence would also inspire others to come forward for this noble cause of organ and tissue donation.

For any query and clarification, kindly contact us on the 011-26593444, 011-26588360, 9868398191 (ORBO Helpline), 9999496494 (Ms. Preeti Unhale) and 9718492132 (Mr. Balram).

Kindly confirm your participation.

With warm regards,

Yours sincerely,

New Delhi 21/10/19

(Dr. Aarti Vij)

दूरभाष/Tel. : (Off.) 91-11-26593444, 26588360, 26593500, ई-भेल/E-mail : orboindia@yahoo.com, aartivij@aiims.ac.in वेब साईट/Web : www.orbo.org.in

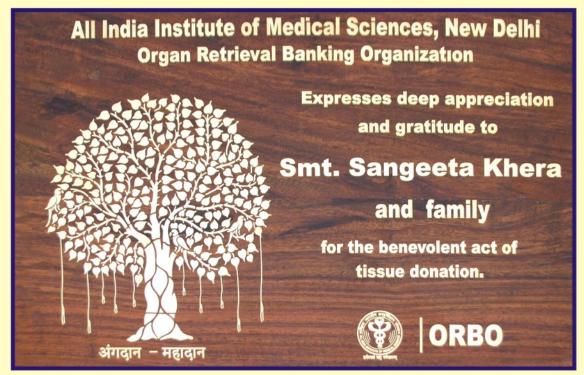
# Mr. Ravi Khera & Mr. Vivek Khera receiving the felicitation in the "Donor Felicitation Programme"

by Honorable Health Minister Dr. Harsh Vardan on Wed., 13th Nov. 2019

by ORBO at Jawahar Lal Auditorium at AIIMS, New Delhi.

(The Tisssue donation from Cardiac arrest of Late Smt. Sangeeta Khera on 20th Dec. 2011)





With best Compliments from:

S.K. Chopra



# CHOPRA PROPERTIES

Have Faith in us

We will not let you Down

N-102, Kirti Nagar, New Delhi - 110015 Cell : 9811031223

E-mail: skchopra4@gmail.com

#### DA MEDICA

3/21, SINGLE STOREY, RAMESH NAGAR, NEW DELHI-110015

HOUSE OF INDIAN & IMPORTED MEDICINES (ALLOPATHIC & AYURVEDIC) COSMETICS & SURGICALS (INSTRUMENTS, EQUIPMENTS & REHABILITATION)

A SHOP YOU CAN TRUST

TEL NO-25111110, 45727795, 25117384, 9811207384

#### NDA SURGICAI

3/23, SINGLE STOREY, RAMESH NAGAR, NEW DELHI-110015

#### HOUSE OF INDIAN & IMPORTED SURGICALS

#### PATIENT CARE MEDICAL EQUIPMENT ON RENT/SALE

PORTABLE OXYGEN CONCENTRATORS, NEBULIZERS, SUCTION MACHINES, PULSE OXIMETERS, HOSPITAL BEDS, BED SORE PREVENTION MATTRESS, BED SIDE TABLE, HOME BED RECLEVERS, MANUAL WHEEL CHAIRS, POWERED WHEEL CHAIRS, WALKERS & ROLLATORS, WALKING AIDS, TOILET CUSHION/RAISERS COMMODE & SHOWER CHAIR, ANTI SLIP TAPES, MANUAL RECLINERS, BREAST PUMPS, STAIR CLIMBING CHAIR

#### A SHOP YOU CAN TRUST



MANUAL / MOTORIZED RECLINERS



WALKERS





BATHROOM & TOILET ACCESSORIES





AIR MATTRESSES



ROLLATORS



WALKING STICKS



PATIENT TRANSFER RANGE



PATIENT CARE BEDS



DVT PREVENTION RANGE



ACCESSORIES



PREGNANCY CARE RANGE



RESPIRATORY RANGE

ALL MEDICAL EQUIPMENTS & SURGICAL ITEMS AVAILABLE ON RENT PHONE: +91-9811207384, 011-45727795

With best compliments from:

**GOPAL KUMAR** M.D.



#### GRAND EUPHORIA

Plot No. 16, Shivaji Marg, Najafgarh Road Industrial Area New Delhi -110015

Email: euphoriabanquets@gmail.com | Web.: euphoriabanquets.com

#### **EUPHORIA BANQUETS**

F-3, Udyog Nagar Industrial Area, Near Peera Garhi Metro Station (Opp. Pillar No.310)





9899812742

Semi Transparent Washing Soap

From:

Om Prakash Gulati Yasha Rajat Gulati Reema Gulati Pooja - Sanjeev Chawla Mob.No.: 8004281656, 9450447210

DECEMBER, 2019 110 **DERAWAL PATRIKA** 



ळबींबाधिक रद्भवसमारोह दिवस

की

# शुभ कामनाएँ



वेद प्रकाश मेहता

वेद प्रकाश मेहता संजय खादी ग्रामोद्योग संस्थान

> ग्राम – सिकन्दरपुर बन्थरा, लखनऊ, मो. 09415023893

मेला डिटर्जेन्ट पाउडर है जहां सारे जहां की खुशियां है वहां



डिटर्जेन्ट पाउडर , केक व डिशवॉश बार



आधुनिक तकनीक से बना कपड़े धोने का सुपरहिट फार्मूला



एजेन्सी हेतु सम्पर्क करेः संजय सोप वर्क्स लखनऊ Mobile no. 7388931313, 9415106810

#### Sweet Rememberance

#### LIFE AND ACHIEVEMENTS OF LATE Smt. BIMLA VERMA

"The woods are lovely, dark and deep
But I have promises to keep,
And miles to go before I sleep
And miles to go before I sleep"



It will not be presumptuous to say that her life can be a role model for anybody, who wants to be a legacy builder. Late Mrs. Bimla Verma W/o Dr. R.S. Verma and one of the Director of Medicheck Hospitals and one of the founder of Dynasty International School, Mother of two lovely sons Dr. Sumit Verma (Director of Medichek Hospital) and Mr. Nitin Verma, Principal of Dynasty international School now.

Born on 6th December, 1952 she belonged to a flourishing business man Late Sh. Tulsi Dass Ahuja in Faridabad. In her growing years, she was an all-rounder, good in studies, participating in various extracurricular activities and won many laurels for her school and college. She completed her studies M.Sc in Chemistry with B.E.D. in 1975.

She was a very hard working responsible and caring lady who being the eldest of her siblings, three brothers and three sisters, acted as a mother figure to all of them from a very young age.

On 2th February, 1975 she married to Dr. R.S. Verma, the only son of a prestigious family of Faridabad, his father being Sh. Bhai Ghirdhari Lal Ji, Besides fulfilling her duties towards her family she cherished a dream of working in the field of education.

She had a dream in her eyes and she set herself in realizing her dream- the dream to provide quality education to as many children as she can. Supported wholeheartedly by her husband Dr. R.S. Verma she set out to accomplish her mission. She started her dream "The Tiny Tots Public school" in Faridabad Old in the year 1979. Support and co-operation from her husband and family encouraged her to go ahead and in 1985 she upgraded to a bigger school in Sector-19 which was affiliated to Haryana Board with more than 1.000 students.

Later in 1992 the school achieved its affiliation to the Central Board of Secondary Education.

Her passion and true love for education and children did not stop here. Haryana Govt. was applied for land and the school plot was allotted in Sector-28 in the year 1994. In the last 25 years that piece of land has grown into school of eminence at the district level.

Dynasty International school is her dream come true. She worked tirelessly with the staff and students of the school and always had a word of encouragement for each one. Her passion and entrepreneurship skills were always on the path of progress doing more and better each time.

A visionary, an inspiration, a motivator, a mentor, a loving mother to all her students. She was a very good singer too and devoted an hour daily to her riyaz.

She was the lady who believed that apart from studies extra curricular activities should also be given due importance in keeping with today's cut throat competition and modern concept of total personality. And it was her constant support, blessings and efforts that brought laurels to the school in inter school and interstate competitions be it dance, drama, quiz, etc.

Her constant monitoring and corrective methods had brought great academic results for the XII class in the past years. In fact, she had received an appreciation letter from HRD Minister Mrs. Smriti Irani felicitating her for the great result.

#### Winner of many awards but never been the one to boast of her achievements:-

- 1. International Women Award by Mr. Sahib Singh Verma former Chief Minister of Delhi.
- 2. Green Faridabad Award in Green Faridabad campaign organized by District Faridabad Administration.
- 3. Former President Mrs. Pratibha Patil recognized the empowered woman in her and applauded her achievements in service to the society through education.
- 4. She was one of the few Principals who had the invitation from Amitabh Bacthan to be on the sets of KBC along with her student Mohit Bhatt.
- 5. She was the recipient of prestigious Teachers Day Award by our former President Dr. Pranab Mukherjee.
- 6. It was her hard work that got the attention of our Prime Minister Sh. Narender Modi Ji, who invited the students and teachers on Raksha Bandhan.
- 7. She had been felicitated with the Best Principal Trophy by Olympiads Committee.
- 8. A winner of numerous Smriti Shields by Bharat Vikas Parishad she was always encouraging Indian Culture and believed in our roots along with keeping pace with the modern trends.
- 9. She had received the Awantika Saraswati Samman for promoting Indian culture, art, music & literature.
- 10. Amity University Gurgaon recognized Dynasty International School for the grand success of Inspire Internship Program.
- 11. On 17th October 2015 she won the award for excellence in the field of education, as a best educationist, and the Best Principal by none other than the Union Minister, Ministry of Science & Technology and Earth Sciences, Dr. Harsh Vardhan at Sai Dham Temple.

She has been honoured with Life Time Achievement Award by Rotary Club of Faridabad East, for her contribution towards working for humanity by doing service projects in the field of Blood donation, education to needy, old age home activities and other works for human welfare.

She was also a hardcore social worker and Philanthropist, associated with many organizations like Rotary Club of Faridabad East, Bharat Vikas Parishad, Vaish Samaj, All India Derawal Sahayak Sabha, NGOs, various religious societies, Dusshera Committee and RWAs. She contributed to the betterment of society nor only financially but also with her time, effort and resources by participating in their activities on a regular basis.

Alas, She Left for her heavenly abode suddenly on 1st Dec. 2018.

"When someone you love becomes a memory, the memory becomes a Treasure."

#### DR. R.S. VERMA

Founder & Chairman of Medicheck Hospital and Dynasty International School, Sector-28, Faridabad

DERAWAL PATRIKA 113 DECEMBER, 2019



# KAMAL BUILDTECH (P) LTD.

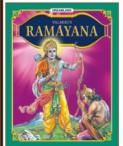
BUILDERS & PROMOTERS



F-29, CENTRAL MARKET, KIRTI NAGAR NEW DELHI-110 015 Ph.: 011-45026633

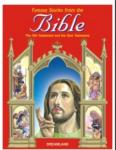
Mobile: 9990054006, 9910535455, 9811417317

E-mail: kamalbuildtech@hotmail.co.in

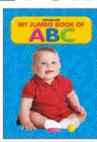


### DREAMLAND QUALITY BOOKS & CHARTS

# QUALITY BOOKS & CHARTS FOR QUALITY EDUCATION

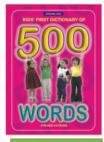




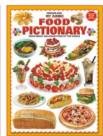


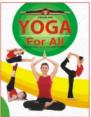




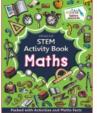




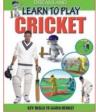








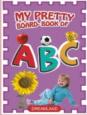














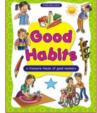






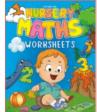






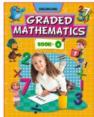
BHAGAVAD GITA







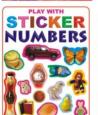






















Published by **DREAMLAND PUBLICATIONS**J-128, Kirti Nagar, New Delhi-110 015, India

PHONE: +91-11-25106030, 25106050, 25435657 E-mail: dreamland@dreamlandpublications.com Shop online at 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: 27th December - 2019 Date of Posting: 31st December - 2019

# BEST PRICE CHALLENGE

IF YOU FIND A LOWER PRICE, WE PAY DOUBLE THE DIFFERENCE

**MARKET RATE** 

**OUR RATE** 

₹35550



30 Days Moneyback with GST (No Questions Asked)

Hallmarked Or Free

Buy/ Sell @ Same Rate 1 Year Warranty



NURTURING RELATIONSHIPS SINCE 1928

**KIRTI NAGAR** 

78 4700 4700

WWW.BAWAJEWELS.COM

Printer, Publisher & Place: Sh. M. M. Mehta, D-57, Kirti Nagar for All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) F/27-28, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Edited by: Sh. L. N. Mehta, C-29, Vikaspuri, New Delhi-18 Printed at: Emkay Printers, F-75, Kirti Nagar, New Delhi- 110015