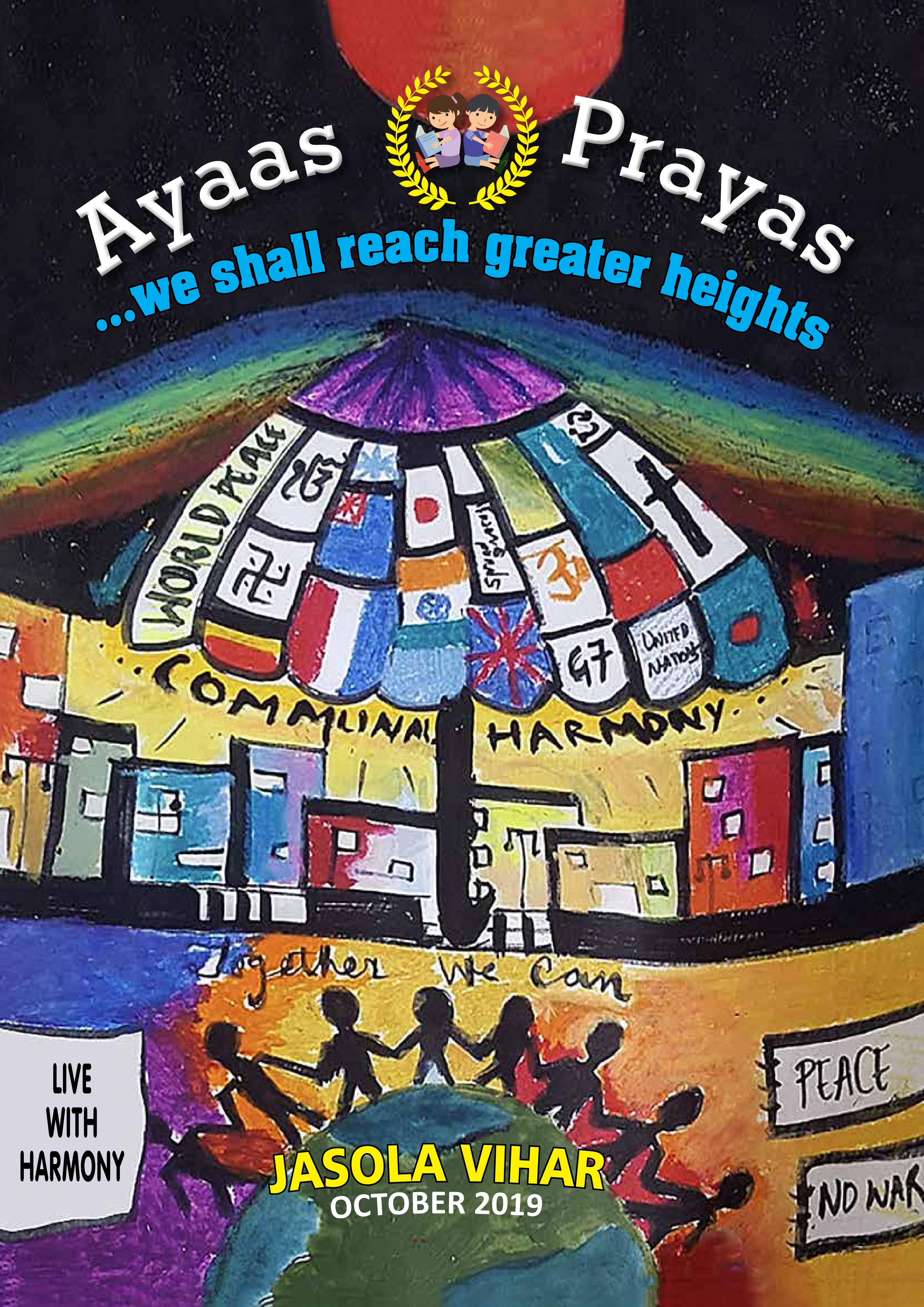
Ayaas Prayas

...we shall reach greater heights



JASOLA VIHAR

OCTOBER 2019

Better Knowledge | Better Insight | Better Facilities

Housekeeping | Operation & Maintenance Services | Catering Services

Vertigo Facility Management (I) Private Limited

Plot No. : 122, Pocket - 1, Lower Ground, Jasola Vihar, New Delhi-110025

Telefax : +91 11 40543614, 46084561, 40543661, 29945281, CIN : U80903DL2008PTC181744

www.vertigofacilities.com

From the
Desk of the Editor

Besides being entrepreneurs, teachers, home makers, we are also active member of Ayaas-Prayas Trust, which is mainly working for the children. Our commitment towards the future generation becomes more than any one else, because we feel we have a special role to play in building a new society, where we will have everyone educated.

To empower the less privileged, it is our duty towards the society so as not to let anyone of them stay neglected.

As a teacher when I look at a child who wants to speak out his heart but has no words or a child whose skills are amazing but is unable to showcase them because of lack of resources, my heart goes out to help them. We are deeply concerned with such kids and want to empower them with the most important tool i.e education.

Education creates confidence, knowledge and awareness about their strenght. We therefore took the responsibility of teaching a group of children and help them develop their all round personality. We noticed that the underprivileged students are no less than any privileged student.

In our group, each and every member is terrific and is trying to empower these kids in their respective areas that they feel comfortable in. We are a firm believer of the idea that every child has numerous capabilities, hence can do wonders. She/he only needs encouragement, confidence and opportunities.

These things cost nothing, it needs just beautiful heart. The years pass, days are forgotten... every moment is filled with many emotions and incidents. When we sit idle and introspect, we realize many a time that we have acted heartlessly and have lost those precious moments when we could offer something very useful to the society. Here Ayaas Prayas comes as a powerful force which stops us from being just a passerby. It makes us think twice before walking away from such situations. Facing such challenges makes us empowered with kindness and having sensitivity for others. It should therefore be our endeavour to include and evolve more working members.

May this journey of empowerment through education continue.

Kaumudi Sharma
President

हर वर्ष की तरह इस साल भी हमने अपने समाज, जनसाधारण, पर्यावरण, शिक्षा और अन्य आवश्यक और ज्वलंत समस्याओं के विषय में लोगों के विचारों को इस पत्रिका में प्रकट किया है। यह पत्रिका हमारा अपने जीवन की निजी समस्याओं से ध्यान हटाकर सामूहिक विकास हेतु सोचने को विवश करती है। हमें अहसास दिलाती है कि हमारी खुशी तभी संभव है जब हमारा पड़ोसी भी खुश है। इसीलिये हमारे प्राचीन शासकों ने रूप बदल–बदल कर आधी रात को अपनी प्रजा के कष्टों की जानकारी प्राप्त करके उनके दुखों को दूर करने में अपना जीवन व्यतीत कर दिया।

हम अपने इस छोटे से क्षेत्र में इस अहसास को देखकर उन्हें बधाई देते हैं। पत्रिका में उनके विचार पढ़कर हमें आश्चर्ययुक्त प्रसन्नता गुदगुदा जाती है। आइये इसके पृष्ठ पलटकर हर आयु के विचार जानें और व्यावहारिकता की ओर अपने कदम अग्रसर करें।

कौमुदी शर्मा

Pride of Ayaas Prayas

Charu Lamba
Vice President
9811332269

Hybrid Award – 2019

बहती नदी सी कामिनी, गंभीर सागर सी तपस्विनी
नवीन विचारों की मनस्विनी, हर प्रोजेक्ट में अग्रणी।।
आयास प्रयास की knightingale, हमारी पयारी just babes ऊर्जा से परिपूर्ण हैं और महत्वपूर्ण प्रोजेक्ट करके आयास प्रयास को ऊँचाइयों पर ले जा रहीं हैं ।

Supriya Aggarwal
Secretary
9811807908

Kohinoor Award -2019

खिलते सूरज सी सुखद, बहुत प्यारी हैं आप, कोहीनूर की तरह हम सबकी बहुत खास हैं आप।
काम के वक्त चुपचाप आकर सारे जरूरी काम निपटाकर सबकी आँख का तारा बन जाती हैं आप।

Sonia Jain
Treasurer
9810082042

Kuber Award -2019

पैनी नजर वाली सोनी–सोनी सोनिया, बच्चों की counceller और हमारी treasurer सुघड़ कार्यकारिणी, दक्ष कवयि.ाी और सकारात्मक सुझावों की मलिका निज प्रतिभा से कम साधनों में सब संपन्न कर बनी हमारी मनीकर्निका

Jaya Kumar
Publication
9811556708

Everready Award 2019

बन्जोयी प्लांट सी बहुत से गुणों की खान, amazing व्यक्तित्व से संपन्न हैं।
समय पर काम निपटाना और disciplined life आपके जीवन का संचित धन है।
जया हमारे ट्रस्ट के लिए asset हैं। इन्हें काम देकर हम भूल सकते हैं, पर ये नहीं भूलतीं ।

Gitika Munjal
Environment
9810967076

Blue Planet Award 2019

फूल सी नाजुक, गुलाब की पंखुड़ियों सी कोमल, काम में दक्ष, प्रकृति की सेवा में संलग्न आज के दौर की मुश्किलों से जूझने में मग्न गीतों की सुन्दर लड़ी हैं आप ।

Rajshree Seen
Cultural Promotion
9868844118

Star Diva 2019

जी टीवी की मल्लिका बच्चों के दिलों पर राज करती हैं, मधुर स्वभाव वाली आपकी आकर्षक हंसी दिल को बहुत भाती है।
राजश्री जी आपकी खुशनुमा उपस्थिति, हसमुख चेहरा और काम के प्रति लगन हम सबको एक नई प्रेरणा देती है ।

Anita Saini
Promoting Literacy
9873501885

Emergency Light 2019

खामोश रहकर काम करना, जब सबकी बत्ती गुल हो तो emergency light बन प्रकाश का संचार करना। स्वयं तो फोकस्ड रहना लक्ष्य के प्रति सबको सजग रखना ।

Pride of Ayaas Prayas

Bhavna Khemani
Skill Development
9811482099

Smiley 2019

इन्हें देखो हमारे ट्रस्ट की जान हैं, दयालु हैं, निश्छल हैं,
अपनी निर्मल हँसी और प्यारी बातों से
सबकी भावनाओं में प्रेम का संचार करती हैं।
इनके छोटे–छोटे जुमले तनाव कम कर
हंसी का माहौल बनाते हैं ।

Ishpreet Sahni
Education
9811950079

Dynemic – Dil se & 2019

हमें ये एक फरिश्ते के रूप में मिली, multi talented और झरने सी सहज, चाहे घर हो या बसें, आयास–प्रयास के काम को हमेशा प्राथमिकता देती हैं ।
हर काम को पूरी लगन, जी जान से करना इनकी विशेषता है ।

Ashu Gupta
Family Welfare
9810519681

Rising Star 2019

सूरज की किरण सी आशु, अपने प्रकाश को पूरे ग्रुप में फैलाती है परेशानी में भी खुश रहती है और बहुत कुछ करने को लालायित रहती है ।
इनका जज्बा इन्हें बहुत दूर तक ले जाएगा ।

Shalini Agarwal
Child Welfare
9711157205

Upcoming Star 2019

तन्वी, कुशल नर्तकी, मनमोहक मुस्कान की धनी अत्यंत शालीन हैं।
जो करती हैं शोक से करने की आदी है, बहुत मेहनती और जहीन है ।

Padma Srinivasan
Executive Member
9810677021

Golden Ark Award 2019

Einstien सी इंटेलीजेंट, बहुत प्रतिभाशाली, गुणों में पद्मा का अवतार हैं। सागर सी गहन गंभीर, चुप रहकर भी सलाह दे देने की काबलियत का सार हैं। बहुत व्यस्त रहकर भी, उचित समय देतीं बहुत लाभकारी सुझाव हैं।

Veenu Arora
Executive Member
9350231866

Any Time Ayaas Prayas 2019

बहुत ही सहज, सतत निर्विघ्न बहने वाली सरिता, गर्मियों में शीतल जल सी सुखद वीनू प्यारी सी मुस्कान और पंचम स्वर में आपका बात करना अच्छा लगता है बहुत। जसोला छोड़कर भी दिल से हमारे साथ जुडी हैं, कोई दिन भी ऐसा नहीं जब हमने याद नहीं किया । आपके दिल में भी आयास प्रयास धड़कन की तरह निवास करता है।

Garima Gupta
Executive Member
9582715971

Pratibha Award 2019

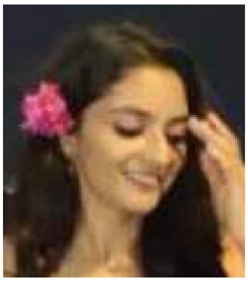
गरिमा हमारे ग्रुप की सबसे युवा सदस्या हैं।
श्रेष्ठ कलाकार, नर्तकी और बच्चों की चहेती भी हैं। बच्चों की dance choreographer भी है। आपका व्यक्तित्व बहु–प्रतिभाशाली है।

Annual Day and

Ayaas Prayas celebrated its 5th Annual Day on 25th of August, 2019. The glittering ceremony was held to honour philansthropists, who have been supporting various welfare projects undertaken by Ayaas Prayas Team. The programme was full of fun and frolic as the organizers put up the grand entertainment show by beginning with lamp lighting , Ganesh Vandana and dancing to the tune of Bollywood Music. The guests were honoured with memontos, green plants and members were also given appreciation awards. At the end the stage was set free for all to dance followed by sumptuous Dinner.

Award Ceremony 2019

My Experiencce at AYAAS PRAYAS



GARIMA SHEKHAWAT

In a world where power is often associated with money, authority and other materialistic things, seldom do people realise that true power resides where knowledge is. For everything can be taken away from you, but not your knowledge.

With this thought in my mind, I had been looking for an opportunity to teach children for a long time, not knowing that it exists in such close proximity. Fortunately, I came across this NGO, which now is my happy place. The day I stepped into the class for the first time, I was expecting extreme silence, the usual monotony of classrooms. However, the room was filled with giggles, beaming faces, eager to learn new things.

This is exactly what makes Ayaas Prayas special. Anyone can teach you what is written in textbooks, but the most important part is to teach you the chapter of life. Ayaas Prayas not only focuses on teaching children what is provided in their curriculum, but also emphasizes the value of morals, ethics, and manners in our daily lives.

The kids usually come by 3 pm, while the reporting time is 3:30. And where would one reach early? A place where they're thrilled and excited to be, a place that makes them happy. They play various board games before the class begins, which is then followed by a few exercises or Yoga, and finally the prayer. From taking part in sports activities like netball, cycling, etc. to participating in singing, dancing and poem recitation events, the kids are given a platform to showcase their talent every now and then.

I have taught different subjects to different classes over the course of time, but the one thing that I have learnt from these children is how to seek happiness around you. Every day with them has taught me something new.

In conclusion, I would like to thank Kaumudi Ma'am for her love and support and for making me a part of this wonderful initiative. You inspire me in innumerable ways and Ayaas Prayas shall always hold a special place in my heart.

And for the children of Ayaas Prayas, no words will suffice to convey my love for you. I still remember the first day I came, one of the children said ''मैम, आप कल भी आएँगी ना'' and since that day, I've not taken a single leave, and the reason is that seeing all of you happy makes me happy.

May you always rise and shine, and make us all proud!

ANITA SAINI

TOGETHER WE ARE POWERFUL

An individual has his sets of strengths and weaknesses but when a group of individuals come together they are able to eliminate their weaknesses and enhance their strengths. This is a power of teamwork. It is true that no one can break a bundle of sticks but breaking a single stick is very easy. Similarly a team which is knitted with team spirit cannot be defeated by any team having individual views.

Alone we can do a little and together we can do so much. This powerful quote will stand forever to test the reality of unity .When we work together on a common goal, we can achieve things beyond our greatest imagination . This is especially true if our intentions are good. And is for the greater good. As it is rightly said there is no "I" in WE . Together We Can speaks volumes when it comes to doing something that makes a difference.

ISHPREET

What a privilege it is to be a part of such an amazing foundation, and incredibly great group!!

No words can totally capture the happy sentiments of contentment and satisfaction when I consider how Ayaas Prayaas has benefited various youngsters and individuals in the recent years.

I need everybody to realize the amount I appreciate chipping away at different activities and how proud I am to have been a small part of such a wonderful organisation. For me it's truly cool to step out of my comfort zone and be with the children of Ayaas Prayaas.

It is extremely incredible the way everyone at Ayaas Prayaas are constantlly thriving and untiring quest to help out hundreds of us at levery level.I am so humbled by Mrs Kaumudi Sharma's wisdom , patience, intelligence and tolerance alongwith the efforts put in by the team at Ayaas Prayaas...all working with unwavering goal of teaching, sharing, inspiring, reaching out, giving a shoulder and benefitting others.

It is so blissful to be a part of all this.

Ayaas Prayaas will always be the highlights of my beautiful days. Much obliged for enabling me to be a pettince part...

ISHITA DHYANI

After spending an entire month at Ayaas Prayas, I think I can safely say that I have never experienced anything like this before. The atmosphere here is the perfect blend of creativity, curiosity and learning. Teaching the children here, with their new and innovative ideas is always something to look forward to. There has not been one such time where I have not felt revitalized after an interactive session with the children.

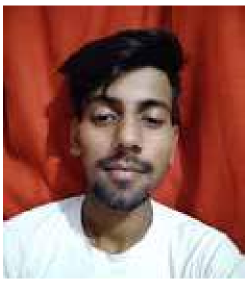
In a world where materialism and technology has gotten the better of us, I think this is a wonderful way to reconnect with our roots and help other fellow beings. The experience I had was filled with joy and laughter specially during the workshops held here. It has been an absolute privilege to be part of this initiative and this is something that I will surely cherish for a long time.

ABHISHEK

Wheel Prayas

I joined Ayaas Prayas in 2017 when my friend recommended it to me. At that time I was in class 10th. Here I learned very good skills and discipline. At Ayaas Prayas all the teachers help me in getting more knowledge and participate in various other activities like theatre, nukkadnaatak, dance, etc. I also got the opportunity to participate in the National Netball Cup. After this game I was really surprised that I can play other games so well and can do better for myself.

Ayaas Prayas has also helped in getting jobs. This year we went to the Youth Hostel, Chanakya Puri for lodging and Thyagraj Stadium for playing Netball and we even won the rising star trophy and medal.



ANKIT

Wheel Prayas

I joined Ayaas Prayas when I was 15 years old and was in class 7th. I have learned so many things here like acting, dance, drama, sports, spoken English and many more. Before coming to Ayaas Prayas I did not have much knowledge but after joining I got to know so much and learnt a lot from the teachers here.

This year we went to the Yought Hostel for playing Netball and even won the 1st position in rising star with a trophy and medal.

शुभम

व्हील प्रयास

परिवर्तन

तीन साल पहले मैं जब गाँव से दिल्ली आया और जसोला गाँव में रहने लगा तो वैसे तो जीवन ठीक चल रहा था, परन्तु शिक्षा का जहाँ तक सवाल है, मैं अभी तक पिछड़ा हुआ था। वैसे तो सरकारी माध्यमिक विद्यालय में प्रवेश मिल गया था, परन्तु शिक्षा में कोई तरक्की या अंतर नहीं दिखाई दे रहा था क्या किया जाए – अभी यह सोच ही रहे थे कि किसी ने हमें आयास–प्रयास के विषय में बताया और यह भी बताया कि वहाँ की अध्यापिकाएं बहुत अच्छी हैं। यहाँ पढ़ाई भी खास होती है। मैंने वहाँ जाने का निश्चय किया और पहले ही दिन मैम ने मुझे लोगों से अपना परिचय देने को कहा तो मैं कुछ नहीं बोल पाया था। यद्यपि मैम ने मुझे कुछ नहीं कहा, पर मुझमें ऐसा करने की प्रेरणा पैदा हुई ।

अब मैंने नियमित रूप से वहाँ जाना शुरू कर दिया। छटी कक्षा की परीक्षा हुई और मेरे अच्छे अंक आये। अपने में सुधार देखकर मैं खुश था। अब मैं सातवीं में था और अपने में बहुत परिवर्तन देख रहा था। पर समझ नहीं पा रहा था की कितना परिवर्तन है। धीरे–धीरे वार्षिक परीक्षाएं आईं और परीक्षाओं में मैं पूरी सातवीं में प्रथम आया। यह तो अंधों में काना राजा हुआ। अंक तो खास नहीं। अब एक और वर्ष बीत गया। इस वर्ष मैंने अपने सुधार पर ध्यान दिया। यह ध्यान बाकियों की तुलना में नहीं था। यह मेरा मेरे से ही संघर्ष था। मैंने आयास–प्रयास की सहायता से इस वर्ष 88 प्रतिशत अंक प्राप्त किये। मेरी आयास–प्रयास की अधपिकाएं और मेरे विद्यालय के अध्यापक और माता–पिता सब बहुत खुश हुए। आयास–प्रयास ने तो मुझे पुरस्कार में एक साइकिल दी। मेरी हिम्मत और खुशी अब आसमान छू रहे हैं। मेरे अन्दर इन तीन सालों में इतना बदलाव आया है कि मेरे घर वाले भी हैरान हैं। आयास–प्रयास ने शिक्षा के अलावा मुझे नेट–बोल का खिलाड़ी बना दिया, अच्छा योग करना सिखा दिया और सिखा दिया नृत्य और संगीत। जहाँ मैं अपनी एक कक्षा में नहीं बोल पता था, अब २०० लोगों के बीच भी बोल सकता हूँ। मेरे साथ मेरे माता–पिता और आयास–प्रयास के अध्यापकों का निर्देश और आशीर्वाद है।

vk;¦"k

व्हील प्रयास

ejk I;kjk vk;kl ç;kl

यह मेरा आयास प्रयास, नहीं सकता मैं इसको भूल
माँ ने मुझको जन्म दिया और दिया ढेर सा प्यार।
आयास प्रयास ने ज्ञान बढ़ाकर मेरा जीवन दिया संवार।
खूब खेलें और पढ़ें हम टीचर की बस यही है आस,
देश की सेवा करना है, बनो डॉक्टर, वकील या प्रधान
भारत तभी आगे बढ़ेगा, हर कोई जब पाए ज्ञान
खेल खेल में पढ़ते हम–सब, लड़ाई बनी है पाँव की धूल
यह मेरा आयास – प्रयास, नहीं सकता मैं इसको भूल।।

सचिन कुमार

व्हील प्रयास स्कूल।

भूली बिसरी यादें

जब कभी मैं खाली बैठा अपने जीवन को बारीकी से छानता हूँ, तो मेरे सामने वे सारी घटनाएं साकार हो जाती हैं, जो मेरे व्यक्तिगत जीवन के लिए अत्यंत लाभकारी हैं। कुछ आर्थिक परेशानियों और तगी के कारण जब मैं किसी ऐसे शिक्षक की तलाश में था, जो मुझे निशुल्क अथवा बिलकुल कम पैसों में अतिरिक्त शिक्षा प्रदान कर सके। मुझे भगवान पर पूरा भरोसा था कि ऐसा अध्यापक मुझे अवश्य मिलेगा। इसका कारण था, मेरा ईश्वर पर पूर्ण भरोसा।

छुट्टियों के दिन थे, मुझे मालूम पडा कि जसोला विहार में पब्लिक पुस्तकालय की स्थापना हुई है, मैं कुछ पुस्तकें लेने चल पडा, वहाँ देखा कि एक अध्यापिका पढ़ा रही हैं, पूछताछ करने पर मालूम हुआ कि वे निशुल्क शिक्षा दे रहीं थी उन छात्रों को जो पढ़ना चाहते थे पर धन के अभाव के कारण उनके जीवन में पथ–प्रदर्शक का अभाव था। वे मेरे जीवन का मानो ईश्वरीय वरदान थीं। उनका हृदय करुणा से परिपूर्ण था। वे अपने दिनचर्या के कार्यों के पश्चात अपना बचा हुआ समय ऐसे ही बच्चों को देने लगीं। मेरा मन आज भी इस बात पर विश्वास करता है कि उनके पास हम बच्चों का सन्देश ईश्वर ने ही पहुंचाया था। उन्होंने दो–चार बच्चों को ही लेकर पढ़ाना शुरू किया था, परन्तु आज उनके पास दो सौ के करीब बच्चे हैं,जो निशुल्क शिक्षा का लाभ उठा रहे हैं। इनमें से एक मैं भी हूँ। मैं बहुत सी गतिविधियों में सक्षम तो था, परन्तु अपनी प्रतिभा को निखार नहीं पा रहा था। मैं विचारों से तो संपन्न था, परन्तु कई लोगों के सामने अपने विचार उन्मुक्त रूप से प्रकट करना असंभव प्रतीत होता था। मन के अन्दर इतनी घबराहट होती कि उसे बयां करना कठिन है। लोगों के सामने ऐसी चुप्पी छा जाती। यहाँ आने के बाद आत्म–विश्वास इतना बढ़ गया कि आज मेरी हिचकिचाहट पूरी तरह काफूर हो चुकी है। मेरी अधिक और नया सीखने की चाहत को उन्होंने बनाए रखा और मुझे प्रत्येक विषय की जानकारी देनी प्रारम्भ कर दी। चाहे गणित के सवाल हों या भाषा में रचनात्मक अभिव्यक्ति, सुन्दर कलात्मक कार्य हो या फिर चरित्र निर्माण, कविता–वाचन हो या नाटक–अभिनय या फिर क्रीडा–कुशलता मुझे हर क्षेत्र में कार्य करने की प्रेरणा दी। उनकी इसी प्रेरणा की वजह से नेट बॉल टूर्नामेंट में मैंने बेस्ट प्लेयर का खिताब जीता उसके बाद मैं दिल्ली की टीम की ओर से SGFI नैशनल 2018 में तेलंगाना नेट बॉल खेलने गया, जिसमें हमारी टीम को द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ। अभी हाल ही में दिल्ली ओलंपिक्स में हिस्सा लेकर राइजिंग स्टार की ट्राफी प्राप्त की।

यहाँ आकर मेरी कविता–लेखन में रूचि जागृत हुई, जिसके कारण मैं दुनिया को सूक्ष्मदृष्टि से देखकर अपने भावों को कविता–रूप में प्रकट करने में सक्षम हुआ।

इस अध्यापन–संस्था का नाम आयास–प्रयास है। आयास–प्रयास में सिखाई गई छोटी–छोटी गतिविधियों से मेरे जीवन में बहुत बदलाव आया है। ये छोटी–छोटी गतिविधियाँ तब काम आती हैं, जब मैं घर से बाहर निकलकर दूसरों के सामने स्वयं को प्रकट करता हूँ। यहाँ पर लघु गतिविधियों से चरित्र–निर्माण कार्य किया जाता है।

हाल ही में आयास–प्रयास खेल–दिवस का आयोजन किया गया। यहाँ मुझे मशाल प्रज्वलित करने का अवसर मिला और सभी उपस्थित खिलाड़ियों को शपथ दिलवाने का भी मौका मुझे दिया गया। वह दिन मेरे लिए अत्यंत महत्वपूर्ण दिन था और वह क्षण तो मानो मेरे जीवन का ऐसा खूबसूरत अवसर जो मेरे दिलो–दिमाग में सदा कैद रहेगा और ऐसा आदर्श अवसर बनेगा जिसके जैसे अन्य मौकों की तलाश में मेरा जीवन सदैव प्रेरित रहेगा।

आयास–प्रयास की टीम से मुझे केवल खेलने का ही अवसर नहीं मिला बल्कि इस टीम का नेतृत्व और नए खिलाडियों को प्रशिक्षित करने का भी मौका मिला। मैंने अपनी टीम के नए खिलाड़ियों को प्रशिक्षित करके एक अद्भुत अनुभव ग्रहण किया। मैंने सीखा परिश्रम से मनुष्य कुछ भी सिद्ध कर सकता है। उपलब्धि की भावना मनुष्य को जीवन की ऊंचाइयां छूने का जोश प्रदान करती है। आज जब मैं अपने आने वाले कल के बारे में सोचता हूँ तो मुझे गिरिजा कुमार माथुर की कविता याद आती है–छाया मत छूना मन, होगा दुःख दूना।

JAHNAVI

On the 11th of June, I held an interactive workshop with the children of Aayas Prayaas foundation on organ donation for my research project on the same. My intentions were to introduce the concept of organ donation to these little children and let them be a vessel to carry the word out. It was also an intention to bridge the gap between organ donation and those falling below the poverty line. The session had an interesting start, I thought that most children would be clueless to the idea of organ donation, but many were misinformed due to poor representation in the media. After explaining them the meaning of some important medical terminologies, the workshop kicked off. I explained what organ donation means, the process behind it and the various procedures in India. The children were all very inquisitive and asked alot questions. Using simple explanations like how if a part of a car stops working, the entire car stops working and only if there's a replacement for it, can the part be replaced and the car start to work again and comparing the parts of the car to the organs in our bodies was I able to really make the children understand, The workshop was filled with similar fun and exciting comparisons that made such a hefty topic easy for the children to understand. Apart from making them understand what it was, I also made them realise the humanizing aspect of it, and how organ donation can save lives. By giving them various figures like how one body donated can save up to 8 lives, the children were able to grasp how beneficial organ donation can be for the society. After understanding the importance and the numerous advantages of organ donation, the children were all ready and excited to start the poster making competition. All the children were given A3 size sheets, were provided with all the other necessary equipment and were given an hour to prepare their masterpieces. They were told that they mainly going to be judged on creativity and how well they were able to pictorially represent their ideas. I moved from one child to another and while they drew, asked questions about their posters and oversaw if they could truly depict what they were thinking. All the children were wonderful in their own capacity but since it was already announced that winners would be awarded, we narrowed it down to 6 winners who were awarded with cash prizes and some drawing equipment.

All the participating children were given crayons as a memento. After the prize distribution I asked the children, they are now open to donating their organs and I got an overwhelming yes. I ended the workshop, by asking them to talk to their families about this issue and encourage conversation on topics like this, because by doing so, it's the only way we move forward.

AYAAS PRAYAS PROJECT

A VISIT TO A BLIND SCHOOL

During a discussion within the friends circle on how the differently abled persons cope with their day to day life, a friend of mine told me that he has an invitation of the annual function from a blind school run by a charitable organisation of few dedicated persons largely on donations and charity. This would give a glimpse of how blind persons carry their day to day activities. We decided to attend the function. I was told that there are 50 boys of different age groups living over there. We were at a loss to understand what we should take as gift for them. We did not want to take used clothes or even uniforms as we were not aware of the sizes. We finally decided to take sweets for them.

When we reached at the school, we found that the small open ground in front of the school was cleaned and tastefully decorated and it was amazing to see how the blind kids were putting the chairs with ease. The touch and the sound were their eyes. By touching the back of the chairs, they arranged the chairs in more or less straight lines.

When the function started the students sang the National Anthem and other patriotic songs. Their renedition was so perfect as if coached by some music teacher. Later when I asked I was told that they have learnt these songs from radio and TV and practised them. Their grasp was amazing. After that there was a small skit which showed that how much they can do with ears and touch without sight. Their movements, spacing and dialogue diction were perfect. Ears were literally their eyes . I was told that they use 'blind stick' only when they go out. The sweets which we took when distributed was taken by them and stacked on the table and told that 'guru ji', their teacher will distribute them. This wa s the discipline and respect for the teacher.

The school has some braille machines where they study , write notes in Braille language which read by touch of fingers. School also has books in Braille.

At the end of the function, when we enquired as to how can we contribute to the school. We were told that their basic needs of food and clothing are met by the organisation. The children do not sympathy or pity but only a little help in their efforts to rise and become useful members of the society. You can adopt one or two children and pay for their education in terms of Braille material, school uniform and fees. This way you will remain connected with the school as well as the ward and see his growth. To start with we decided to adopt one-one child each and bear the expenses.

It was a very satisfying experience.

MEDICAL CAMP

We also arrange Medical camps for our children and their parents to keep India fit. We arranged eye check up, dental check up and general health. About 160 people participated in the camp and 16 patients were given free cataract operation.

ORPHANAGE

ममता–एक आगाज

क्यों मेरा हृदय यकायक दहल उठा, किसकी करुण पुकार से मैं ठिठक गई
मेरा आँचल किन बंद मुट्ठियों के आगोश में जकड कर लहराना भूल गया
क्या यह वही चिर–परिचित आवाज़ नहीं जो बार–बार हृदय की गति बाधित करती है
क्या यह वही जानी–पहचानी प्यास नहीं जो दो बूँद दूध को तरसती है
और कितनी ऐसी आवाज़ें मेरे दिल को छलनी कर मुझे धिक्कारेंगी
और कितने बेजुबानों को माँ के आँचल के बिना पहचान बनानी होगी
आँखों में तर गया वह खाली पालना, जिसमें रोज़ एक नई ज़िन्दगी जीती है
जहाँ मैं आए दिन एक नए जीवन को संज्ञा देने की खातिर एक घंटी बजाती हूँ
घंटी की आवाज़ से उस अनजान परित्यक्त को मिल जाते हैं अनेक साथी
घंटी की आवाज़ में छिपी है ममता, जिसके आँचल में सजता है एक नया साथी
झूम उठता है सारा माहौल, थिरक उठते हैं थमे पाँव, नए अतिथि का स्वागत है
एक पालना उसके नाम हो जाता है, बन जाता वह एक विशेष अभ्यागत है,
भीग उठती हैं उस अनजान नारी की आँखें और खुल जाती हैं प्रेमपूर्ण पांखें
कुछ अजब सा रिश्ता बन जाता है, मानो उसी की कोख की नई पौध है
आँचल से ममता के रूप में दूध बहने लगता है, स्नेहमयी आँखों का कैसा औघ है
छोटी छोटी बातों का ध्यान रखा जाता है, इंजेक्शन, दवाएँ सबका प्रबंध है
खिलौने, स्कूल, किताबें सब कुछ समय पर उपलब्ध है, मित्र हैं साथी हैं और माँ है
अच्छा सवास्थ्य, सद्व्यवहार, दैनिक कौशल नए–नए आयाम और खेल मुहैया है
वो कौन है जो अपने जिगर के टुकड़े को अपनी कोख से अलग करता है !
वह कौन है जो नौ महीने पालकर अपने अनमोल हिस्से को कतरन समझ फैंकता है!
क्या आदमी का भय इतना अधिक है कि आदमी ही उससे डरकर मजबूर होगा
उसका अपना ही फूल किसी पशु, किसी इन्फेक्शन या बीमारी से ग्रस्त होगा
एक सामान्य जीवन के साथ एक दिन विशेष योग्यता का विशेषण विभूषित होगा
हे मानव थम जा ! सोच, क्या बड़ा है? तेरी अनजाने में की गई गलती या एक ज़िंदगी !
वह भी तो है जिसका पालना हर किसी को अपना बनाने को बेताब है
जिसकी घंटी जय–जय वंती के मधुर स्वरों से हर आगंतुक का स्वागत करती है
यदि अपनी गलती छुपानी ही है तो कम से कम उस पालने तक तो पहुंचा दो
जहाँ बीमारी नहीं प्यार मिलेगा, तिरस्कार नहीं आदर होगा, घृणा नहीं ममत्व मिलेगा
(अचला खन्ना को समर्पित)

कौमुदी शर्मा

MARRIAGE

Organising and helping marriage ceremonies for girls of economically weaker sections. Ayaas Prayas supports financially those parents who find difficult to afford the expenditure of their daughter's marriage.

CHILDREN TEACHING

DRAWING AND PAINTING

Drawing and painting is a very strong medium for the kids . We arrange special drawing classes and also arrange drawing competition for them followed by cash prizes.

ORGAN DONATION

It is amazing to see today young children are also becoming sensitive towards disabled people and speak about the organ donation.

BOOK DISTRIBUTION

We also distribute text books to the students in new session.

PAY TO KIDS

पढ़ो और पढ़ाओ

Our aim is to teach children and after they become able enough employ them teach younger kids.

SHOES DISTRIBUTION

Courtesey Lions Clubs our children got new school shoes for the new session.

CHRISTMAS AT ORPHANAGE WITH OUR CHILDREN

GOVT SCHOOL VISIT

Workshop on Sanitation and cleanliness and distribution of sanitary Napkins to workers of the school

LIBRARY MAKING

In the beginning of new session, we buy some new books for the library and also discard the old torn books.

MAKING MANURE WITH WET DOMESTIC GARBAGE

Our children took this job in hand after the workshop.

MATHS CLASS AT AYAAS PRAYAS

SENIOR CITIZEN YOGA

We arrange Yoga workshops for different categories. Here senior citizens are attending yoga.

MEDITATION

DRAWING CLASS & COMPETITION

DISTRIBUTION OF SANITARY PADS

150 TRACK SUITS DISTRIBUTION

RECEIVING AWARD FROM ROTARY

INDEPENDENCE DAY CELEBRATIONS

We celebrate Independence Day in a big way. This year 4 NGOs got together to compete in poetry recitation competition (desh – Bhakti) We also distributed prizes to all the children, who participated and gave away special prize to position holders.

CYCLE RALLY

CYCLE DISTRIBUTION

This year we gave cycles to 7 children for excelling in different fields. Here Ayaas Prayas is being honoured by Rotary Club .

WORKSHOPS

We want to train our children in vocational skills too. Here are we can have a glance at a few work shops.

Hair Band & Paper Bag Making

Music

Diya Making

MEHANDI (HENNA)

We call other NGOs girl to promote their skills and providing them one day's job.

YOGA FOR HEALTHY LIFE

Yoga is a spiritual, mental and physical practice. It is a creative, ideal and live art and a reality. It is an essential part of a healthy lifestyle. The art of Yogasadhna is the source to achieve physical and mental health while cleansing and purifying all the internal vital parts.

Causes of sickness or ill health are generally noted as impurities of mind body and spirit which are like a tripod- even if one aspect is not functioning properly, our life will not be balanced and that will lead to ill health. Yoga creates harmony by aligning all three components (body, mind, and spirit) into one. This harmony in turn support life.

It also promotes long healthy life which is more important than simple long life thus improving all systems like respiratory, digestive, circulatory and glandular covering broadly autonomic and central nervous system. The Art of yoga can show us the path of peace, prosperity and happiness besides developing our personality. Yoga also inculcates in us a sense of discipline. Yoga controls senses and purifies mind, a regular practice of Yoga helps in increasing the feel- good chemicals level in practitioner's brain and hence improves the health at mental level. Brain chemical GABA is responsible for such improved results. Mood improvement and reduction in stress level are the results of meditation and proper breathing practice.

Fitness should be given top priority to carry out responsibilities successfully without any tension with all tranquility. Then only we can lead a peaceful & healthy long life thus increasing the life span. Yoga hence regulates personal and social life and transforms us to derive more pleasure in giving than taking from others. One great advantage of yoga is that it enhances work efficiency of any individual as a result of soundness of health and one can work with devotion and dedication without any tiredness and stress.. This is the secret of evergreen youthfulness and longevity. For any exercise there is substitution but not for yoga. So yogic posture should be done on empty stomach.

Regular yogasadhna keeps us away from all ailments like diabetes, BP, Cervical, Spondylosis, Heart problem, Arthritis, etc The concept "prevention is better than cure" is to be well-remembered as a since yoga is a preventive measure too.

The contribution of yoga asans in the enhancement of resistance, tolerance and will power is regarded as unique. Yoga act as an antioxidant counteracting the ill effects of FREE RADICALS that degenerate at cellular level. By regular practice one does not get bacterial infections (fever, cold, cough) while keeping Vatt(wind) Pitt(bile) Kaff (phlegm) under control. So do must practice yoga for a healthy life style.

KARO YOG RAHO NIROG

Hema Sehgal

INTERNATIONAL YOGA DAY

NETBALL TOURNAMENT MAY, 2019

Yet another tournament of Netball organized by Naaz Foundation. Our 10 children participated in the event. The teams camped in the reputed Youth Hostel, Chanakya Puri for three days till the end of the match. Everyday they were taken to Thyagraj Stadium to play and were brought back in the evening. During this period apart from this they had arranged many entertainment games and activities. They also had cultural programme. Our team had done a dance drama on Ganga Cleanliness. This item was appreciated by all and our children were asked to perform it again on the closing ceremony. So far as the game is concerned our team defeated 10 teams in a row and won the RISING STAR TROPHY. It was a Historic Win for our kids. They were really encouraged with this win.

With Best Compliments from Jaya & Rohit Kumar:

GTI Infotel

ABOUT: GTI INFOTEL

GTI Infotel Pvt. Ltd. is a leading global professional services company, providing a broad range of services and solutions in GIS/GPS and Healthcare IT industry. Combining unmatched experience and specialized skills across both sectors and all business functions, GTI works at the intersection of business and technology to help clients improve their performance and create sustainable value for their stakeholders. With 200 team members serving clients and over 10,000,000 end users in India and the US, GTI drives innovation and delivers. GTI Infotel is an ISO 9001:2008 organization.

GTI HIMS: ENGINEERED FOR HOSPITALS, BY DOCTORS

GTI HIMS

The GTI Hospital Information & Management System (HIMS) is a flexible, affordable and intuitive ERP software solution developed collaboratively with healthcare professionsls including physicians, nurses and pharmacists and designed to empower them to make better decision and enhance patient care and safety, while minimizing costs, resource expenditure and loss of revenue. It's EHR is powered by one of the world's best VistA EHR, fully supported by GTI. It also enables healthcare providers to achieve requirements for revenue cycle management system and more.

GTI HIMS is an integrated and scalable web-native platform that optimizes clinical, financial and operational outcomes. Its modular capability supports simple integration with additional clinical and ancillary solutions to support the continuum of care. Developed using healthcare industry standards. GTI HIMS also allow seamless integration with third-party IT solutions.

GTI Infotel Pvt. Ltd.
- http://www.gtiinfotel.com -info@gtiinfotel.com
Phone: 0120-4919001

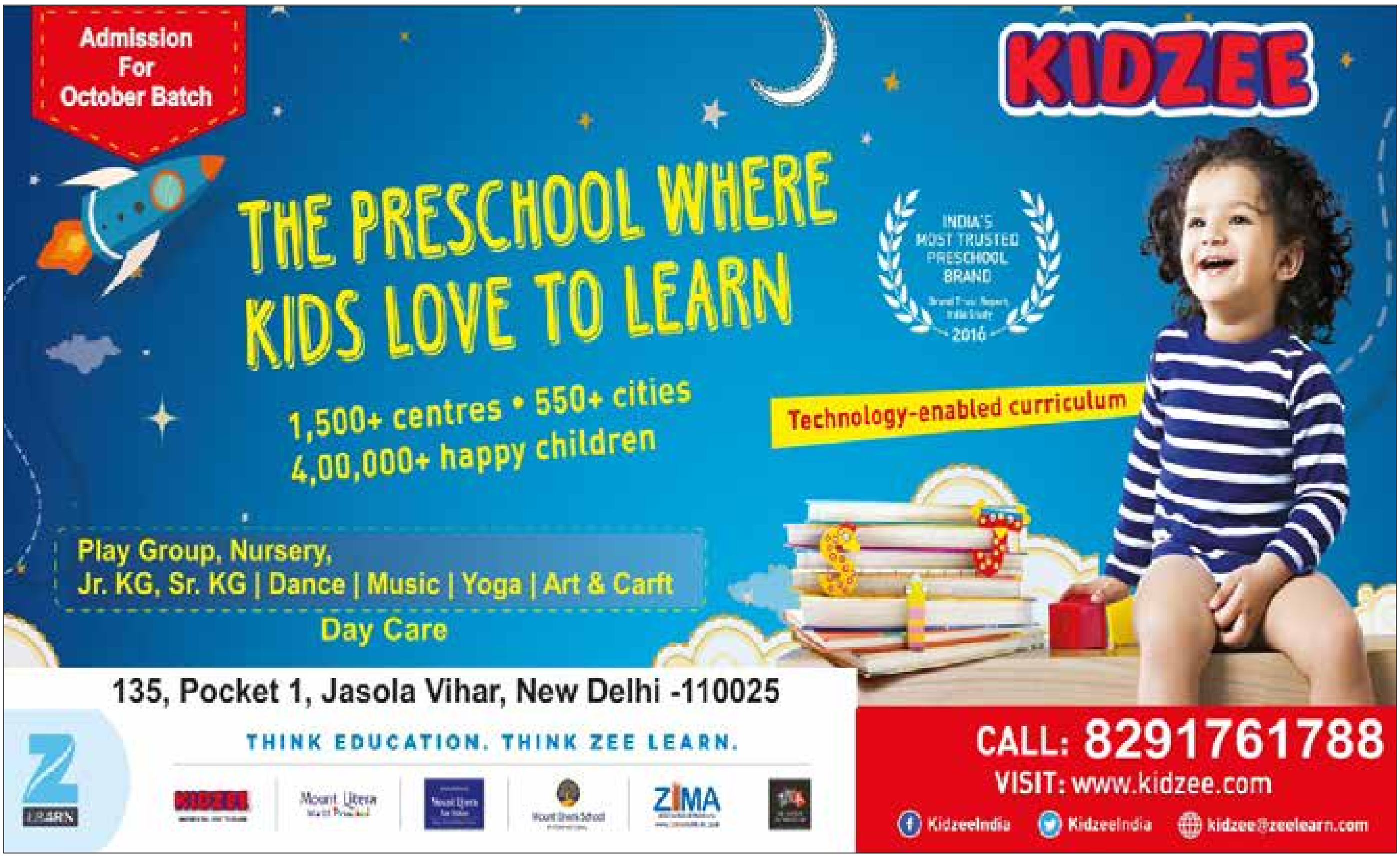
GEOGRAPHIC INFORMATION SYSTEM (GIS)

GIS/GPS SOLUTION

A geographic information system (GIS) is a computer system for capturing, storing, checking, and displaying data related to positions on Earth's surface. GIS can show many different kinds of data on one map. This enables people to more easily see, analyze, and understand patterns and relationships. GIS can use any information that includes location. The location can be expressed in many different ways, such as latitude and longitude, address, or PIN code. Many different types of information can be compared and contrasted using GIS. The system can include data about people, such as population, income, or education level. It can include information about the land, such as the location of streams, pipelines, routes, etc. Click here to GTI's solutions to the GIS Industry.

GLOBAL POSITIONING SYSTEM (GPS)

The Global Positioning System (GPS) is a navigation and precise-positioning tool. Developed by the Department of Defense in 1973, GPS was originally designed to assist soldiers and military vehicles, planes, and ships in accurately determining their locations world-wide. Today, the uses of GPS have extended to include both the commercial and scientific worlds. Commercially, GPS is used as a navigation and positioning tool in airplanes, boats, cars, and for almost all outdoor recreational activities such as hiking, fishing, and kayaking. In the scientific community, GPS plays an important role in the earth sciences. Meteorologists use it for weather forecasting and global climate studies; and geologists can use it as a highly accurate method of surveying and in earthquake studies to measure tectonic motions during and in between earthquakes.



HOLI

Holi is the festival of colours , love and brotherhood. To enhance this feeling we invited four more NGOs to interact and extend the hand of friendship with each other. This is the initiative towards greater cause of unity and globalization.

The even of Holi was full of enjoyment, masti and happiness. All played holi with flowers, played games, danced to the tunes of Bollywood songs. The programme ended with complete happiness and joy and special , delicious Holi lunch.

एक पेड़ की कीमत

एक सामान्य पेड़ साल भर में करीब 20 किलो धूल सोखता है।
हर साल करीब 700 किलोग्राम ऑक्सीजन का उत्सर्जन करता है।
प्रतिवर्ष 20 टन कार्बन डाइ ऑक्साइड सोखता है।
गर्मियों में एक बड़े पेड़ के नीचे औसतन चार डिग्री तक तापमान कम रहता है। 80 किलोग्राम पारा, लीथियम, लेड आदि जैसी जहरीली धातुओं के मिश्रण को सोखने की क्षमता रखता है।
हर साल करीब 1 लाख वर्ग मीटर दूषित हवा फिल्टर करता है।
घर के करीब एक पेड़ अकॉस्टिक वाल की तरह काम करता है, यानी शोर ध्वनि को सोख लेता है।
घर के पास यदि 10 पेड़ हैं तो जीवन सात साल बढ़ सकता है।

सीमा गुप्ता महाजन

स्त्रियाँ

स्त्रियाँ कुछ भी बर्बाद नहीं जाने देतीं।
वो सहेजती हैं
संभालती हैं।
उम्मीद के आखिरी छोर तक।
कभी तुरपाई करके।
कभी टांका लगा के।
कभी धूप दिखा के।
कभी हवा झला के।
कभी छांटकर।
कभी बीनकर।
कभी तोड़कर
कभी जोड़कर
देखा होगा न !
अपने ही घर में उन्हें
खाली डब्बे जोड़ते हुए।
बची थैलियां मोडते हुए।
सवेरे की रोटी शाम को खाते हुए।
बासी सब्जी में तड़का लगाते हुए।
दीवारों की सीलन तस्वीरों में छिपाते हुए।
फटे हुए कपडे हों।
टूटा हुआ बटन हो।
फफूंदी लगा अचार हो।
सीले हुए पापड़ हों
घुन लगी दाल हो।
गला हुआ फल हो
मुरझाई हुयी सब्जी हो
या फिर
तकलीफ देता "रिश्ता"
वो सहेजती है।
ढकती है।
बांधती है।
उम्मीद के आखिरी छोर तक
इसलिए
याद रखना।
व जिस दिन मुंह मोढ़ेंगी
तुम बर्बादी देखोगे।
नारी शक्ति को कोटि–कोटि नमन
सीमा गुप्ता महाजन।

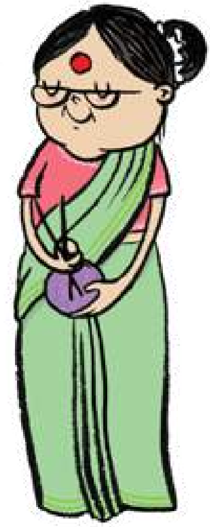
वो कौन थे

भगवान् की अनंत मूर्तियाँ हैं और अनंत नाम हैं – कोई केशव, माधव श्री कृष्ण, वासुदेव मदन–मोहन, मुरारी आदि अनेक नामों से उन्हें पुकारते हैं–ये नाम उनके लिए बिलकुल सटीक हैं। किसी भी नाम का विश्लेषण किया जाए, वह उसके अर्थानुसार उचित हैं। उनका मनमोहक चरित्र हर किसी को लुभा लेने वाला है।

मथुरा के जेल में जन्मे, फिर यशोदा मैया और नंदबाबा की गोद में जीवन की किलकारियां भरते हुए उन्होंने जो वहाँ का गोरस, मक्खन, मिश्री खा कर जो प्रेम–रस दिया, वह एक निर्वचनीय अनमोल रत्न था। प्रिय सखी राधा और गोप गोपिकाओं का साथ जो रास–लीला करते थ, किसी को भान भी नहीं था। वहां था तो केवल प्रेम–रस, जिसे उन्होंने आगे सबसे उच्चतम माना–राधा से उनके प्रेम था वह उत्तम प्रेम रस था, रास–लीला के भाव में वह इतने मग्न हो जाता। कहते हैं – न मैं नर था और न वह नारी। उन्होंने जिस निश्छल प्रेम की परिभाषा बताई। उसका उदाहरण यह था कि उनको वापिस गोकुल जाने की आवश्यकता ही नहीं रही। उसका उदाहरण उन्हें जहाँ उन्होंने उद्धव को गोकुल भेजा गोकुल वासियों को सांत्वना देने और स्वयं ही उनके प्रेम–रस में अर्जुन का मोह दूर करने के लिए उन्हें जीवनके सभी रहस्यों का ज्ञान दिया – उन्होंने कहा – मैं ही कर्ता – अकर्ता हूँ, मैं गान हूँ, मैं ही विज्ञान हूँ – ये सूर्य–चन्द्र, चमकती विद्युत, लहलहाती कृषि, फलों से लादे वृक्ष सब उन्हीं की कृपा से हैं दूर–आज मानव जिसे अहंकार पालता है क्या वह माँ का दूध और गोमाता जो अन्न और चारे से निर्मित होता है जान सका कि वह कैसा होता है। सच्चाई के प्रति प्रेम और भ्रष्टता के प्रति घृणा – ये कल भी सत्य थे, आज भी सत्य हैं और हमेशा रहेंगे। इस चिरंतन यात्रा में अपना भाग्य बहुत ही अल्प है – यह जिसने जान लिया उसने बहुत पा लिया। कृष्ण ने अर्जुन को युद्ध क्षेत्र में स्थित प्रज्ञ होने का विशेष उपदेश अर्जुन को दिया। श्री कृष्ण का पूरा जीवन एक कर्मठ योगी का जीवन था। तत्पश्चात वे द्वारकाध ीश बने। उनहोंने समुद्र में एक स्वर्ण – नगरी का निर्माण किया – लेकिन राज्य सौंपा प्रिय भैया बलराम को। अपनी मधुर वेणु–वाण ी अद्वितीय सौन्दर्य और हंसमुखी स्वभाव के कारण सदैव स्मरण ीय है – ये उनके मुकुट पर रंगों से भरा मोर मुकुट और वैजन्ती माला जो उन्होंने गोकुल से निकलते हुए राधा ने उन्हें भेंट दी थी – जिसे उन्होंने अंत तक अपने से अलग नहीं किया। इसीलिये तो राधाजी उन्हें श्री श्री कहकर पुकारती थी। वह राधा के श्री, उद्धव के युगांधर और मेरे पुरुषोत्तम हैं– क्योंकि उनका पूरा जीवन जीवन का अर्थ समझाने में गया। पर वे वास्तव में वे कौन थे? क्या देवकी माता यशोधा मैया रोहिणी माता, बलराम भैया, नंदबाबा या जिसे आपने ज्ञान गीता सुनाई। उसे धुरंधर अर्जुन, द्रौपदी नहीं जान पाए कि वे कौन थे। यदि उन्हें थोड़ा बहुत जान पाए थे तो वे केवल उद्धव थे। उद्धव को ही यह सौभाग्य प्राप्त हुआ और वही अंत तक उनके साथ भी रहे। उन्होंने ही आपको युगांधर कहकर संबोधित किया। वे वास्तव में ही अपने युग के युगांधर थे। उह समय उनहोंने उनके मन में जो भी संशय थे, उन सबका निवारण किया और उद्धव गीता के नाम से उपदेश दिया और युगांधर नाम दिया। वे एक हैं, परन्तु सोलह कला संपन्न होने के कारण विभिन्न नामों से पुकारे गए।

हरीश मुंजाल

मेरी दादी



एक समय की बात है कि मैं अपने पापा और दादी के साथ रहता था। मेरी दादी की तबीयत कुछ ठीक नहीं रहती थी। मुझे अपनी दादी से बहुत लगाव था। मैं हर रोज उनके साथ कमरे में सोता था और जब मुझे नींद नहीं आती थी तब मेरी दादी बीमारी में भी मुझे लोरी सुनाकर सुला देतीं थीं। पापा अपने ऑफिस के काम से बाहर ही रहते थे। घर पर मैं और मेरी दादी अकेले रह जाते थे। एक दिन कुछ ऐसा हुआ कि रात को सोते समय मुझे प्यास लगी मेरी दादी रसोई से मेरे लिए पानी लेने गईं कि उन्हें वहां कोइ छाया दिखाई दी। उन्हें लगा कि वहां कोई है। उन्होंने आवाज लगाई– "कौन है वहां?" आवाज सुनकर वह भाग गया, दादी भी पीछे–पीछे भागीं। एक महिला थी। वह बोली," मैं तेरे बेटे को मार दूंगी। "यह कहकर गायब हो गई। मेरी दादी ने मुझे अपने पास बुलाया और यह सारी बात बताई। मैंने दादी की सारी बात अपने पिता को बताई। मेरे पापा को हमारी बात पर भरोसा नहीं हुआ, क्योंकि वे भूत–प्रेत पर भरोसा नहीं करते थे। फिर दो दिन शान्ति से बीते। भगवान् को यह मंजूर नहीं था। वह मेरी दादी को फिर से दिखाई दी। इस बार कुछ अधिक भानक रूप में। मेरी दादी उसे देखकर अपने पुत्र को खोने के भय से बेहोश हो गईं। दादी को असपताल ले गए। डाक्टरों ने चेक किया। कुछ भी नहीं निकला, बस मानसिक हालत ठीक नहीं। हालत दिन ब दिन बिगडती चली जा रही थी। उन्हें पागल–खाने भारती करवाया गया।

दादी के जाने के बाद मेरी आदतों में भी बदलाव आना शुरू हो गया। मैंने किसी की भी बात सुन्नी बंद कर दी। अपने कमरे में बैठा रहने लगा और तेज संगीत लगाकर समय नष्ट करने लगा। पापा ने एक उपाय खोज निकाला और मुझे अपने कमरे में बुलाकर कहा कि रोज वही भूत आती है और देखती है कि कौन सो रहा है और कौन जग रहा है ? जगे हुओं को वे बहत डराते हैं और कभी–कभी तो भूतों में बदल भी देते हैं। मैंने भूतों के बारे में सुन रखा था और कुछ फिल्में भी देखीं थीं। डर कर मैंने रात को समय पर सोना शुरू कर दिया और अपना व्यवहार पूरी तरह बदल दिया। भूतों पर मेरा विश्वास बढ़ने लगा। मुझे रात के समय कमरे में पैरों की आहट सुनाई देती थी और कभी–कभी दरवाजा अपने आप खुल जाता था। मैं डर के मारे बिस्तर पर पड़ा रहता। एक दिन अभी मैं जग ही रहा था कि मैंने अपने कमरे के बाहर चलने की आहट सुनी। मैंने बाहर निकल कर देखा तो मुझे सफेद कपड़ों में कोई महिला दिखाई दी। मुझे पिता की बात सच्च लगने लगी। अगले ही दिन दादी की मौत की खबर आ गयी। मैं उदास रहने लगा, लेकिन एक बात मेरे जहन में आई कि जबसे दादी गईं तबसे न तो मेरे कमरे में किसी की पदचाप सुनाई देती है, न कमरे का दरवाजा खुला रहता है।

मतलब यह हुआ कि भूत केवल वहम है। दादी को मेरे खो जाने का भय था इसलिए वह मानसिक बीमारी का शिकार हो गयी थीं और इसी भय के कारण रोज मुझे चुपके से देखने आतीं और मैं पापा की बातों में आकर दादी को ही भूत समझने लगा था।

अंकित
व्हील प्रयास

खुशी की समझ

एक किसान का बहुत बड़ा अंगूर का बाग था। अंगूर पक गए, तो किसान ने उन्हें तोड़ने के लिए कुछ मजदूर रखे। मजदूर दोपहर तक अंगूर तोड़ते रहे, परन्तु काम पूरा नहीं हुआ। किसान ने सोचा कि आज काम पूरा नहीं होगा। वह निराश हो गया, परन्तु उसके पिता ने समझाया कि वह कुछ और मजदूर रख ले, उसका काम अवश्य पूरा हो जाएगा। किसान ने पिता से कहा कि काम अगले दिन पूरा कर लिया जायगा, परन्तु पिता ने समझाया कि काम करने की खुशी कुछ और ही होती है, और पूरा न होने पर जो मानसिक अशांति होगी वह तुम्हारे लिए और तुम्हारी सेहत के लिए हानिकारक होगी। किसान समझ गया कि खुशी जिसे हम कहते हैं, केवल शब्दों का ही खेल नहीं है, उसके पीछे जो स्वस्थ और अस्वस्थ रहकर लाभ–हानि की श्रृंखला है वह धन प्राप्ति और अन्य अनेक बहुत सी वस्तुओं से परे की बात है।

पंकज और राज कुमार
व्हील प्रयास स्कूल

घमण्ड किसी का नहीं रहता

एक व्यक्ति था, बहुत धनी। पैसे की अधिकता से बोरा गया था। किसी को कुछ नहीं समझता था। हर किसी का अपमान करना, जरूरतमंद का मजाक उडाना उसका काम रोजाना का काम था। लोग उसके व्यवहार से तंग थे। समय बीता, उसकी संतान भी उसके अवांछित व्यवहार को सहन करने की स्थिति में नहीं थी।उम्र हुई बीमारिओं का वह शिकार हो गया। संतान ने उसके दुर्व्यवहार को कुछ समय तक सहन किया परन्तु आखिर कब तक.....? एक दिन ऐसा आया कि घर वालों की आर्थिक स्थिति भी अच्छी नहीं रही और उन्होंने बीमार पिता को घर से निकाल दिया। दर–दर की ठोकरें खाता वह कोढ़ का शिकार हो गया, आँखों की रोशनी भी चली गई। उसके मित्रों ने भी उसका साथ नहीं दिया। भीख मांगने के अलावा उसके पास कोई चारा न था। एक युवक उसे रोज देखता। वह आदमी उसे अच्छे घर का प्रतीत होता था। वह सोचता की इसे ऐसी स्थिति में जीने की इच्छा क्यों है ? एक दिन उसने उससे पूछ ही लिया कि वह ऐसी बुरी हालत में भीख मांग–मांग कर क्यों जिंदा है, इससे अच्छा तो उसे मर जाना चाहिए। ऐसे जीवन से मोह का क्या कारण है ? ईश्वर से अपनी मौत की कामना क्यों नहीं करते ? वह व्यक्ति बोला – मेरी प्रार्थना में रोज यही मांग रहती है परन्तु ईश्वर मेरी सुनता ही नहीं, क्या करूंन ? शायद ईश्वर की इच्छा है कि मैं इस धरती पर रहूँ और लोग मेरी कहानी सुनकर और एक जीता जागता उदाहरण देखकर सीखें कि जीवन में सत्कर्मों का क्या महत्त्व होता है ....। लड़का उसे देखता रह गया और समझ गया कि कितने साधारण शब्दों में उसने जीवन की कितनी बड़ी सच्चाई बयान कर दी थी। यह एक ऐसा कडवा सच्च था जिसे मानने वाले प्रभु की इस दुनिया से बहुत कुछ सीखने की सामर्थ्य पाते हैं।

शिवा
व्हील प्रयास स्कूल

बड़ा आदमी

चार व्यक्ति थे, तीन धनी और एक निर्धन। तीनों के पास बहुत अच्छे –अच्छे कपडे, सुप्रसिद्ध ब्रांड के जींस और महंगे मोबाइल थे। चौथा मित्र उन्हें देखकर ललचाता रहता। एक दिन लालच में आया वह अपने पिता के पीछे ही पड़ गया कि उसे मोबाइल दिलाएं। पिता ने समझाने का प्रयत्न किया परन्तु उसकी समझ में कुछ नहीं आया और उसने अपने पिता को धमकी दी कि अगर ऐसा नहीं हुआ तो वह घर छोड़ कर चला जाएगा। पापा ने बहुत समझाया कि पैसे नहीं हैं कुछ दिन बाद जब वे इस स्थिति में होंगे तो उसे अवश्य मोबाइल दिला देंगे। लड़का नहीं माना। पिता को मोबाइल दिलवाना पडा और मोबाइल की जगह अपनी शादी की अंगूठी गिरवी रखनी पडी। अब बेटे की हिम्मत बढ़ गई, इस बार वह एक स्कूटी की मांग करने लगा। पिता की असमर्थता ने उसे बेचैन कर दिया। उसने पिता से उनका पर्स लिया और उनका जूता पहन कर चल दिया। रस्ते में उसका पाँव एक गड्ढे में फंस गया, जो पानी से भरा था। यह शायद ईश्वर की मर्जी ही थी की वह कुछ समझ ले। उसने देखा कि जूते के तले से पानी उसके पाँव में जा रहा था, कुछ ही देर में तले को ही अलग होते पाया, अब उसने पर्स खोलकर देखा तो उसमें दस हजार के मोबाइल का कर्जे का कागज था और राशन वाले के 500 रूपये बकाया दिखाई दे रहे थे। बेटे की आँखों में आंसू आ गए और शर्म से अपने पिता के चरणों में गिर गया। पिता ने उसे उठाया और गले से लगा लिया। उसे समझाने लगे कि पैसे और बड़ी–बड़ी चीजें खरीदकर कोई बड़ा नहीं होता, उसके लिए मेहनत करना और अच्छे काम करना आवश्यक है। दूसरों की बात सुनने वाला और बड़ों का आदर करने वाला इंसान ही बड़ा इंसान होता है।

पंकज और शिवम्
व्हील प्रयास स्कूल

हम फिट तो देश फिट – एक सन्देश

इस नारे को यदि हम बारीकी से समझने का प्रयास करें तो यह कहना गलत न होगा कि 'स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत'। शायद माननीय प्रधानमंत्री ने देश के फिट होने के सत्य को प्रस्थापित करने के लिए ही पहले स्वच्छता आन्दोलन यानि सफाई अभियान की बात की और फिर उसी श्रृंखला में फिट रहने का खूबसूरत नारा देकर सबको अपना चहेता बना लिया। सफाई ही वह सद्गुण है जो मानव के फिट रहने की एक शर्त है। गंदगी बीमारियों की जड़ है। एक तो इससे मच्छर पैदा होकर बीमारियों को जन्म देते हैं और दूसरा गंदगी की बदबू फैलाकर सम्पूर्ण वातावरण को ही बीमारी का घर बना देती है।

कहने का तात्पर्य हुआ कि यदि उत्तम जीवन जीना चाहते हैं तो स्वच्छता पर ध्यान देना आवश्यक है। इससे हमारा आज का जीवन ही नहीं आने वाले जीवन भी सुखद बनेगा, हमारी भावी संतान एक स्वस्थ और सुखमय जीवन की हकदार बनेगी। यही हम सबके लिए सबसे अधिक महत्वपूर्ण है। सफाई केवल बाहरी ही नहीं, मन की सफाई भी उतनी ही आवश्यक है। मन स्वच्छ होने पर ही आत्मा की स्वच्छता और पवित्रता संभव है, जो आपसी प्रेम और भाईचारे की भावना जगाएगी। आज की आधुनिकतम प्रक्रिया ग्लोबलिजेशन के लिए इसकी नितांत आवश्यकता है।

अभिषेक
व्हील प्रयास स्कूल

निर्णय

आज सुबह से ही नकुल का दिल घबरा रहा था। आज पेपर जो मिलने वाला था। और तो सब ठीक है, पर गणित......??? गणित में क्या होगा, यही सोच–सोचकर उसका दिल बैठा जा रहा था। अंग्रेजी की अध्यापिका आई पेपर मिला नकुल का चेहरा खिल उठा, इतने नंबर तो आ ही गए की माँ–बाबा वके सामने नाक नहीं कटेगी। सामाजिक ज्ञान, हिन्दी विज्ञान सबमें इतने तो नंबर आ गए थे कि घर वाले नाराज न हों। नकुल को याद आया कि पापा कैसे वर्मा अंकल के सामने नकुल की तारीफ कर रहे थे। पापा ने खा कि मेरा बेटा बहुत ही होशियार है, हर चीज बहुत जल्दी सीख जाता है। देखना बड़ा होकर ये डाक्टर या आई.ए .एस आफिसर बनेगा। मम्मी ने वर्मा अंकल को बताया कि दरअसल पापा आई. ई. एस अफसर बनना चाहते थे, पर आर्थिक तंगी के कारण उन्हें कालेज पूरा होते ही नौकरी करनी पडी। इसलिए उनका सपना वे नकुल के माध्यम से पूरा करना चाहते हैं।

ये सब याद आते ही नकुल और भी घबरा गया। उसे तो खून देखकर ही उल्टी होने लगती है। वह डोक्टर कैसे बन पाएगा ? IAS Officer बनने के लिए तो बहुत पढ़ाई करनी पड़ती है नकुल है कि ज्यादा देर तक एक जगह पर नहीं बैठ सकता।

तभी Maths Teacher ने आकर पेपर दिए। पेपर देखकर अनायास ही उसकी आँखों से आंसू टपकने लगे। इधर–उधर देखकर उसने सबसे छिपकर आंसू पोंछ लिए और सोचने लगा कि वो पापा को कैसे बतायेगा कि मैथ्स में नंबर इतने कम क्यों आये ? घर अभ्यास करते समय तो सब ठीक किया था, तो पेपर के समय क्या हो गया? बड़ी मुश्किल से पास होने लायक अंक आये थे। अब क्या करूँ? पापा का सामना कैसे करेगा? ये गणित मेरा दुश्मन कैसे बन गया।मुझे ये सब ठीक से समझ क्यों नहीं आता? मेरे अध्यापक और मम्मी पापा भी नहीं समझ पा रहे हैं। कौन मेरी इस समस्या को सुलझा पायेगा? मैं भी चाहता हूँ कि मेरी छोटी बहन की तरह मेरी भी तारीफ हो। घर भर में मैं ही नालायक हूँ तो कोई मेरी तारीफ क्यों करे ? मैं कभी भी कुछ भी नहीं कर पाऊंगा। नकुल के मन में उदासी का सागर गहराता जा रहा था और आँखों से गंगा–जमुना बह रही थी।

तभी टीचर की नजर बेचैन रोते हुए नकुल पर पडी और प्यार से उसके पास आई। टीचर ने कहा कि तुम्हारी समस्या तुम्हारा आत्मविश्वास का कमजोर होना है। तुम मान बैठे हो कि गणित तुम्हारा दुश्मन है, तुम उसे अपना दोस्त बना लो फिर देखो कि तुम्हें सबसे प्यारा लगने लगेगा। और ये आत्मविश्वास तुम्हें खुद बढ़ाना है। तुम्हें खुद से कहना है YES I CAN DO EVERYTHING और हाँ कल तुम्हारे पिताजी का फोन आया था। उन्होंने ही कहा कि तुम गणित को लेकर चिंतित हो और मैं तुम्हारा हौंसला बढ़ाऊ। बेटा ! हर माँ–बाप यही चाहते हैं कि जीवन में उन्हें जो न मिल सका उनके बच्चों को अवश्य मिले। बच्चे और माँ–बाप एक दूसरे के दुश्मन नहीं पूरक हैं। आंसू पौंछते–पौंछते नकुल मुस्कुरा रहा था क्योंकि उसने खुद से आज एक वायदा किया था।

कुसुम शर्मा

मैं और मेरी साइकिल

मानव का स्वभाव कि उसे निजी वस्तुओं की ललक होती है और उन्हें प्राप्त करके मन के किसी कोने में खुशियों के फूल खिल उठते हैं। बचपन से मैं घर में सबसे छोटी होने के कारण हर किसी से यही सुनती आई हूँ –मेरा घर, मेरी किताब, मेरी साइकिल, मेरा बस्ता। यहाँ तक कि कपडे और जूते भी बड़े भाई – बहनों के जब छोटे हो जाते हैं तो मुझे पहनने पड़ते हैं। फिर मुझे उनकी बातें भी सुननी पड़ती हैं। कोई कहता है उतार मेरे जूते तो कोई कहता है वापिस कर। थोड़ी बड़ी हुई तो पढ़ाई के साथ–साथ और भी अनेक चीजें करनी पडीं। जैसे खेलने जाना, नृत्य सीखने जाना, ट्यूशन पढ़ना, अलग–अलग जगहों पर जाना पड़ता है। पैदल जाना बहुत कठिन है। भाई या बहन से साइकिल मांगो तो वे सीधा कहते हैं,"मेरी है नहीं दूंगा।" हमेशा से एक सपना था कि मेरी अपनी साइकिल हो, जिसपर मेरा अधिकार हो, अपनी आवश्यकतानुसार प्रयोग कर सकूं। और दूसरों के सामने उस पर अधिकार जमाकर अपनी मल्कियत जमा सकूं।

फिर शायद भगवान् को मुझपर दया आ गई और वह खुशी का दिन भी, जब मेरी मैम ने मुझे कहा कि मुझे इनर व्हील ने साइकिल देने का निश्चय किया है। मेरी खुशी का ठिकाना न रहा। मैं बिना साइकिल हवा में उड़ने लगी। अपने भाई–बहन को भी बता दिया कि मुझे साइकिल मिलने वाली है, हाथ मत लगाना। इंतजार के दिन बहुत मुश्किल से बीतते हैं। मुझे भी इंतजार करने में बहुत कठिनाई हुई। होते–होते वह दिन भी आ गया, जब साइकिल मिलनी थी। वैसे मैं यह तो जानती थी कि मुझे साइकिल मिलेगा, परन्तु इस शान से मिलेगा यह नहीं मालूम था। हम लोग मैम के साथ कार में गए। स्टेडियम में हजारों लड़कियां थीं। और सबके लिए गुलाबी रंग की साइकिल और गुलाबी टी–शर्ट और गुलाबी ही कैप भी मिली – वो भी हर किसी लडकी को। इस सब के साथ सभी लड़कियों को मिलीं गुलाबी रंग की पानी की बोतलें। साइकिल की टोकरी भी गुलाबी रंग की। ऐसा लग रहा था मानो राजकुमारियों को तोहफा मिल रहा है। इतनी शान कि बस वह क्षण तो मेरे जीवन की स्मृतिओं में कैद हो गया है। जीवन भर की यह एक ऐसी स्मृति है जो मेरी अमूल्य निधि है।

जब से साइकिल मिली है मेरा जीवन सरल हो गया है। झट से साइकिल उठाती हूँ और स्कूल चल देती हूँ, माँ ने कुछ मंगवाया तो बस कोई समय ही नहीं लगता। ईश्वर को धन्यवाद देती हूँ और कहती हूँ कि हे ईश्वर ऐसे लोग बनाइए, जो हम जैसों की आवाज सुनें।

हमारे दिल से इनर व्हील की मधु मैम और ममता मैं के लिए बहुत दुआएं निकलती हैं।

ज्योति
व्हील प्रयास स्कूल

मैं और मेरी साइकिल

मैं वह दिन कभी नहीं भूल सकती, जिस दिन मुझे जीवन का पहला पुरस्कार मिला था। सुबह से ही घर में चहल–पहल थी, मन में उत्साह था, मेरे तो पाँव मानो जमीन पर ही नहीं पड़ रहे थे। माँ–बाबा बहुत खुश थे। उनकी आँखों में चमक थी। आज मुझे मेरे दिल से चाही हुई चीज मिलने वाली थी, वो भी पुरस्कार के रूप में। आज समझ में आ गया था कि जीवन में हर चीज मनोयोग से करनी चाहिए। ऐसे काम का लाभ अवश्य मिलता है।

धूप में पैदल स्कूल जाना मुझे बहुत अखरता था।उसके बाद खेलने जाना और फिर नृत्य कक्षा के लिए जाना – ओ। हो! कितना मुश्किल होता था।

जब से साइकिल मिली तब से सब आसान हो गया। बड़ी खुशी थी हर जगह जाने को तैयार रहती हूँ। मेरी गुलाबी साइकिल को लोग ऐसे देखते हैं कि मुझे ऐसा लगता है मानो मुझे ही देख रहे हों। मैं खुद को बहुत विशेष महसूस करती हूँ। लोगों को इस तरह देखते हुए निकल जाती हूँ, मानो कह रही हूँ मेरे जैसी गुलाबी साइकिल तुम्हारे पास कहाँ? मुझे अपनी साइकिल पर गर्व है। साइकिल का रंग ऐसा कि बस देखते ही रह जाओ। सभी मुझसे ईर्ष्या करने लगे हैं। इस साइकिल से एक ओर तो मेरे काम आसान हो गए हैं और दूसरी ओर शान बढ़ गई है। घर वालों का भी मुझ पर स्नेह पहले से अधिक हो गया है। और वे भी कई चीजों के लिए मेरी साइकिल पर निर्भर करने लगे हैं।

जब मैं घर नहीं होती तो सभी सोचते हैं काश कविता घर होती तो काम बन जाता। जल्दी से साइकिल पर जाती और काम संपन्न हो जाता।

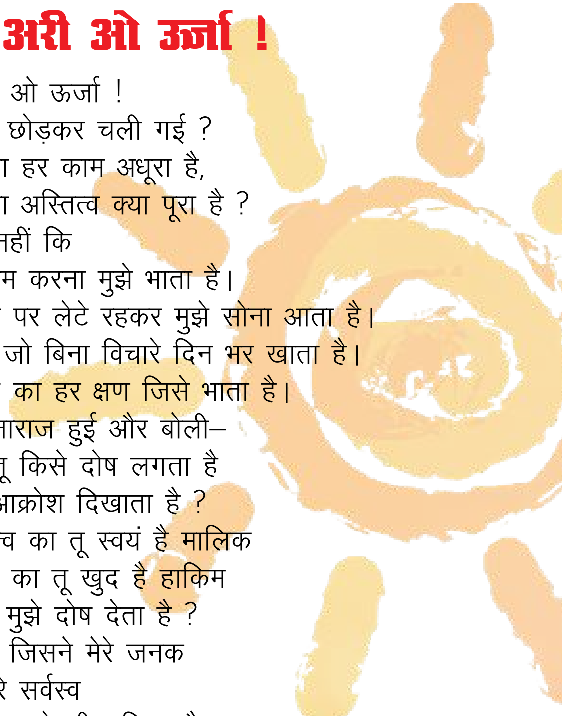
मैं आज ईश्वर से उन लोगों के जीवन में खुशियाँ लाने के लिये तहे दिल से प्रार्थना करती हूँ जिन्होंने मुझे यह दिन दिखाया। सलाम है उन्हें, सलाम है उनके जज्बे को जो अपने साथ साथ दूसरे की खुशियों को भी देखते हैं। जब तक सूरज–चाँद रहे, इनरव्हील तब तक तुम्हारा नाम रहे।

कविता
व्हील प्रयास स्कूल।

ऊर्जा ! अरी ओ ऊर्जा !

ऊर्जा ! अरी ओ ऊर्जा !
तू मुझे कहाँ छोड़कर चली गई ?
तेरे बिना मेरा हर काम अधूरा है,
तेरे बिना मेरा अस्तित्व क्या पूरा है ?
मैं ऐसा तो नहीं कि
दिनभर आराम करना मुझे भाता है।
न ही बिस्तर पर लेटे रहकर मुझे सोना आता है।
वह भी नहीं जो बिना विचारे दिन भर खाता है।
और आलस्य का हर क्षण जिसे भाता है।
ऊर्जा कुछ नाराज हुई और बोली–
हे मानव ! तू किसे दोष लगता है
तू किसपर आक्रोश दिखाता है ?
अपने अस्तित्व का तू स्वयं है मालिक
अपने कर्तव्य का तू खुद है हाकिम
किस दम पे मुझे दोष देता है ?
तू तो वह है जिसने मेरे जनक
मेरे पिता, मेरे सर्वस्व
सूर्य को ही मुझसे छीन लिया है।
करना है तो अपने किये का हिसाब कर,
अपनी ही करनी का जवाबदार बन

कौमुदी शर्मा



बदलाव

समय बदले, हालात बदले
बदले कई साल।
नहीं बदला शिक्षा का मंदिर
नाम आयास–प्रयास।

मैं था सबसे कमजोर बालक
कक्षा में सबसे पीछे बैठता था।
मैं जाता रोज स्कूल
फिर भी कुछ नहीं आता था।।

कमजोरों को मिली शिक्षा यहाँ,
गरीबों को मिली मदद।
पाकर निशुल्क शिक्षा
बच्चों में हुआ परिवर्तन।

मैं था एक नादाँ बालक
मुझको कुछ नहीं आता था।
मैं जुड़ा आयास–प्रयास से
मुझमें हुआ परिवर्तन

शुभम
व्हील प्रयास

बोझ

(सच्ची घटना से प्रेरित कहानी)

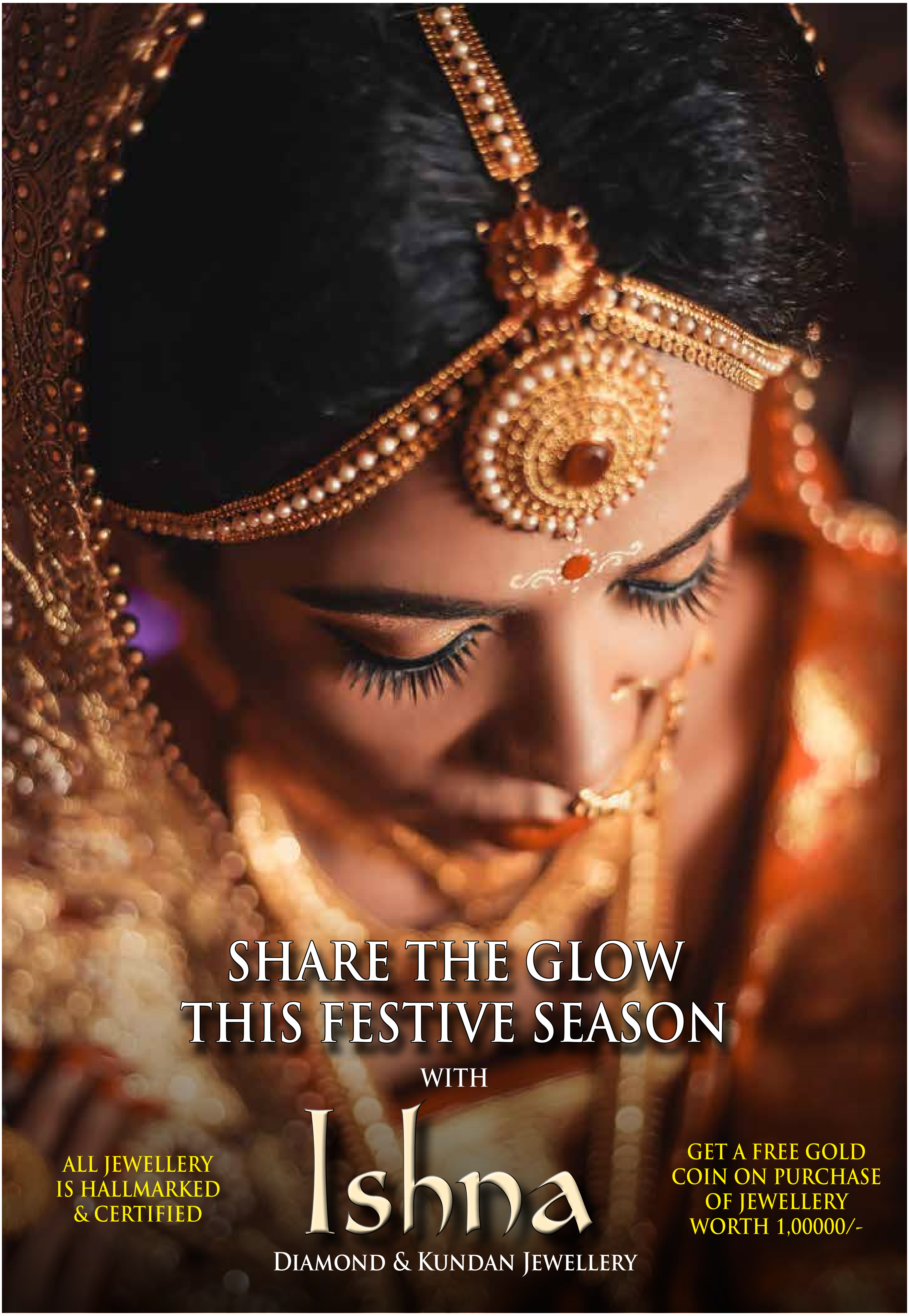
यशी आज तुम बहुत खुश लग रही थीं। बचपन में दी गई दादी की दुहाई 'इसका बोझ कौन उठाएगा' वो हंसी में पी जाती या टाल देती। उसके चेहरे पर जो खुशी थी उसे बयाँ करना कठिन था।

मैं उसे बचपन से जानती हूँ। बहन–भाइयों में या यूं कहिये कि बहनों में या यूं कहिये कि बहनों में वो सबसे छोटी थी। जब यशी पैदा हुई थी तो घर में मातम छा गया था। हर कोई घर का कोना पकड़कर रो रहा था। दाई तो दहाड़े मारकर रो रहीं थीं। उन्हें अपने बेटे रामप्रसाद की किस्मत पर रोना आ रहा था, जिसके घर चौथी बेटी ने जन्म ले लिया था। आने–जाने वाले भी बधाई देने की जगह अफसोस जता रहे थे। माँ भी एकदम शांत थी।

जैसे–जैसे यशी बड़ी हुई तैसे–तैसे दादी ने उसे मारने की कई कोशिशें कीं। कभी दिसंबर की कडकती ठण्ड में ठन्डे पानी से नहला दिया तो कभी रजाइयों के ढेर में उसे दबा दिया, मगर यशी जैसे जिंदा रहना जानती थी। थोड़ी बड़ी हुई तो पढ़ाई के साथ–साथ उसे नृत्य का शौक भी चढ़ा। माँ की सिफारिश पर पिताजी ने डांस क्लासिस में डाल दिया, दादी भी चुप रही क्योंकि तब तक माँ ने उनकी गोद में एक पोता दे दिया था। मगर भाग्य को कुछ और ही मंजूर था, एक दिन डांस स्कूल की सीढ़ियाँ उतारते समय जो उसका पैर फिसला तो सीधा अस्पताल पहुंचा दिया। डाक्टर्स ने कहा कि यशी अब डांस तो क्या कभी चल भी नहीं पाऐगी। यशी की रीढ़ की हड्डी में चोट लगी थी, जिसके कारण उसके शरीर का निचला भाग पेरालाइज हो चुका था। दादी ने फिर कोसना शुरू कर दिया। "एक तो लडकी ऊपर से लंगडी " कौन इसे ब्याहेगा, अरे ये तो पैदा होते ही मर जाती तो अच्छा होता। अब जिंदगी भर मेरे बेटे और पोते पर बोझ, बन कर रहेगी। पर यशी ने तो जीने के लिए जन्म लिया था। उसने अब सारा ध्यान पढ़ाई में ही लगा दिया, तो कल NLU Delhi की टोपर बन गयी, पता ही नहीं चला। कॉलेज का सफर भी उसके लिए ज्यादा आसान न था। कुछ लोग उसको साथी मानते थे तो वही कुछ उसे 'बोझ' भी समझते थे।

आज यशी एक जानी मानी ला फर्म में कार्यरत है सीनियर एडवोकेट है। पिताजी रिटायर्ड है, माँ घर संभालती हैं, दादी काफी बूढ़ी हो चली हैं और उनका लाडला पोता यानी यशी का भाई पिछले 5 साल से BA पूरी करने की कोशिश कर रहा है, और पद सब का खर्च यशी ही उठाती है। इस वक्त घर के लिए एक स्तम्भ है न कि बोझ।

राजश्री सीम


SHARE THE GLOW
THIS FESTIVE SEASON
WITH
Ishna
DIAMOND & KUNDAN JEWELLERY
ALL JEWELLERY
IS HALLMARKED
& CERTIFIED
GET A FREE GOLD
COIN ON PURCHASE
OF JEWELLERY
WORTH 1,00000/-

MANSA KAUR

Music

The voice of nature
That delights every creature
Love of one and many
That is music and harmony

It gives an expression to our feelings
It's the source healings
From the morning to night
It keeps us glad and bright
Music is an art
Which soothes every heart.

Music keeps us altogether and close
Like the petal of a rose
When words fail music speaks
It's more than just a feast!

M.D. & SONS

R.K. Gupta

330/3D, Chauhan Mohallah, Madanpur Khadar,
Opp. Pocket-E, Sarita Vihar, New Delhi-110076

Phone: +91-11-26974971, 49789897

E-mail: mdsons124@yahoo.in

LATICRETE
GLEN The Pulse of Modern Kitchen
Kajaria
NIRALI
CERA
Supreme People who know plastics best

With best wishes

Imran

167/1 Jasola Vihar

WITH BEST WISHES

Seema Kumar
and
Anil Kumar

With best wishes

Brij Bhushan Gupta
Director

B.B.B. IMPEX (P) LIMITED

Corporate Office
#54, Regal Building, IInd Floor,
Parliament Street, Connaught Place,
New Delhi-110001 (India)
Phone: 23362513, 23362561,
23744058, 43339999
Fax: 011-23367436, 43516550
Mobile: +91-9811086575
E-mail: bbmimpex@gmail.com

Semantics Trans Pvt. Ltd.
GO GLOBAL WITH US
1997

313, Elegance Tower No 8
Jasola District Centre
New Delhi-110025, INDIA
+91-11-41626401/ 409
+91-11-41622315
001-310-9431430

कहना जरूर...

कभी जो आये मन में कोई बात, उसे कहना जरूर ,
न करना वक्त का इंतजार,
न होना मगरूर

जब पिता का किया कुछ दिल को छू जाये,
तो जाकर गले उनके लगना जरूर
कभी जो आये मन में कोई बात, उसे कहना जरूर

बनाये जब माँ कुछ तुम्हारे मन का,
कांपते हाथों को चूम लेना जरूर
कभी जो आये मन में कोई बात, उसे कहना जरूर

जब अस्त व्यस्त होके कभी, भूल कर खुद को,
घर संवारती नजर आये,
तो धीरे से उसके कानों में 'बहुत खूबसूरत हो', कहना जरूर,
कभी जो आये मन में कोई बात, उसे कहना जरूर

आये जूझ कर दुनिया से हमसफर जब भी,
सुकून भरे कुछ पल साथ गुजारना जरूर
कभी जो आये मन में कोई बात, उसे कहना जरूर

बच्चों को लगा कर गले जब तब,
'व्यस्त हूँ पर दूर नहीं इक पल भी,' ये बतलाना जरूर
कभी जो आये मन में कोई बात, उसे कहना जरूर

जड़ें कितनी भी गहरी हों रिश्तों की सीने में ,
पनपते रहने की खातिर वक्त बे वक्त,
इजहार की बौछार करना जरूर, कभी जो आये....

नहीं भरोसा वक्त का,
साथ किसी का कब छूट जाये,
कोई अपना न जाने कब रूठ जाये,
तबादला हो जाये दिल या दुनिया से किसी का,
उससे पहले दिल की बात पहुंचाना जरूर

न करना वक्त का इंतजार, न होना मगरूर,
कभी जो आये मन में कोई बात, उसे कहना जरूर

कमल

दृष्टिकोण

कोरे कागज पे हर्फ गिरने लगे ,
और बर्फ के समान उन पर जमनें लगे।
फिर इक रिश्ता उगा,
और कई कहानियाँ जन्मी।
कुछ खट्टी –कुछ मीठी, कुछ सच्ची – कुछ झूठी,
कुछ कच्ची – कुछ पक्की, कुछ कही – कुछ अनकही।
इक बेल की तरह बढ़ती हुई ,
जिन्दगी के पन्नों पर, खुद–ब–खुद अंकित होती रही।
कुछ कहानियाँ हिम के पर्वत की तरह अडोलता से
जिन्दगी के पन्नों से जुड़ी रही।
क्योंकि इन कहानियों में जज्बातों की खाद पड़ चुकी थी।
और कुछ कहानियाँ अहंकार की लू से पिघलकर ,
शब्दों और जज्बातों से बिछड़कर,
अपना अस्तित्व खो बैठी।
चीना सिक्का

IMPORTANCE OF ART FOR CHILDREN TODAY

TODAY , ART in the form of painting, sculpturing, colouring using water colours etc attracts children from all age groups, especially the young ones between the age of 4yrs to 10yrs.

Parents sometimes wonder whether their well-earned money is being put to good use. They see painting and art classes as a tool to keep their children occupied for a while. In this article, I would like to clarify and emphasis the importance of Art introduced at an early age amoung children. That's why I'm guiding children from last 15years in Sarita Vihar, of all age groups,in the field of art to increase their creativity.

Artistic activities foster intellectual development and some of their benefits are : Stimulates both sides of the brain. Increases the capacity of memory, attention and concentration. Helps develop reading skills and children do better in math and science.Introduces children to new vocabulary any concepts.

This unrestricted exploration helps children form connections in their brain, it helps them learn-and it's also fun. ... Art allows youth to practice a wide range of skills that are useful not only for life, but also for learning. Skills youth practice when participating in art activities include: Fine motor skills.

Here is what we've learned through experience about why arts integration is so important : Working in the arts helps learners to develop creative problem-solving skills. ... Art instruction helps children with the development of motor skills, language skills, social skills, decision-making, risk-taking, and inventiveness.

Creating art expands a child's ability to interact with the world around them, and provides a new set of skills for self-expression and communication. Not only does art help to develop the right side of the brain, it also cultivates important skills that benefit a child's development.

Keeping all the above points in mind, I encourage my students to learn art for border perspective. Regular competitions exams are conducted by me of various level up till art Diploma Certification, which enable a child to pursue art in a professional manner in life.

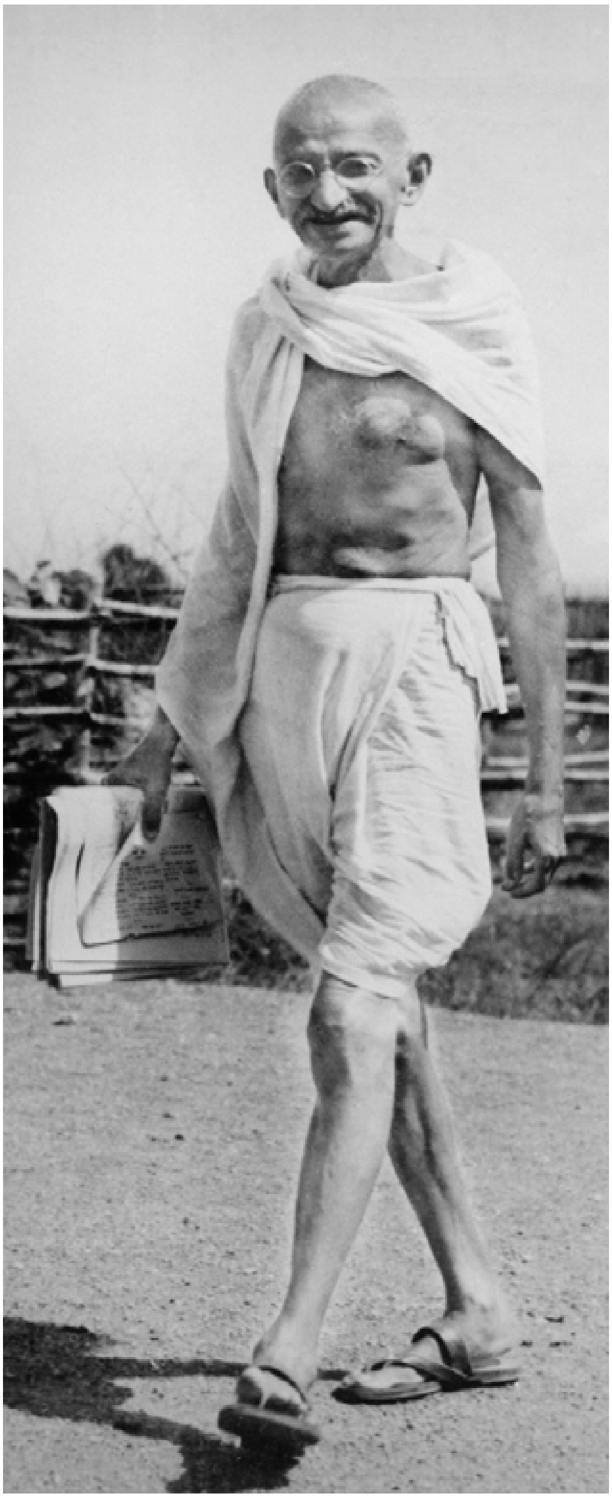
Dr. Amrit Kapoor
P.H.D. in Fine Arts
Regular classes...
(Be Creative in Creative Workshop)
More than 15years experience in teaching

Also done more than 75 Solo and group shows of painting in India and abroad.

TIPS ON NUTRITIONS, FROM MAHATMA GANDHI

From a very young age Mahatma Gandhi was particular about the diet. He was a believer in power of food and its impact on an individual's mind and body. His several experiments with diet on its own body continued through his lifetime till he arrived at his own philosophy on food – wisdom packaged in a book called key to health.

He believed in importance of vegetarianism with milk , curd, butter and ghee. He was a lover of khichri, dalia, brown rice, lauki, beetroot juice, honey with water, onion and garlic. He believed one must eat to live.



He believed in fasting and the fact that restraint in diet – both in quantity and quality is an essential as restraint in thought and speech of all his experiments with diet., fasting was perhaps the most well-known and he observed a total of 17 fasts during India;s freedom struggle, the longest fasting 21 days.

The wisdom of the dietary recommendations is consistent with those expressed by modern evidence based medicine . A balanced diet, rich in proteins, roughage, vitamins and minerals and with healthy fats, limited sugars and salt has always been a part of the dietary recommendations for prevention of modern lifestyle-related diseases.

Gandhi, it, appears, was ahead of his time and may be appropriately called modern India's first nutritionist.

The legacy of the Father of the Nation must continue through his simple earthy wisdom on diet and good health.

Some of the key tips from Gandhiji's nutrition philosophy are :

EAT TO LIVE ; He believed that food should be taken as a matter of duty to sustain the body and not for satisfaction of the palate. He advocated portion control and abstinence from indulgent foods.

RAW IS GOOD : He believed that all foods are richer if taken close to their natural state . He often said excessive cooking on fire leads on nutritional losses and recommended eating unfired foods.

EAT MORE GREENS : Gandhi ji believed in a vegetarian , whole plant-based diet. He recommended everyday consumption of seasonal fruits and green vegetables.

WHOLE GRAIN GOODNESS : He was a strong believer in the nutrition power of whole grain and said "the richest part of wheat is contained in its bran."

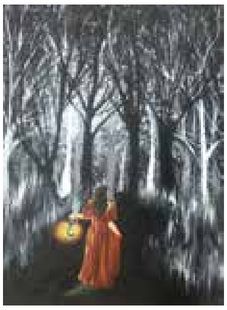
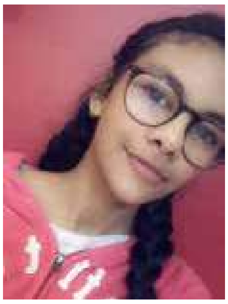
CHEWING IS ESSENTIAL : He strongly recommended chewing food till it is finely pulverized and dissolves in the month . According to him , well – masticated food moistened by saliva results in better digestion and, therefore, less food can provide the energy needed by the body.

Courtesy: IE

"My life is my Message"

– Mahatma Gandhi

Our Pride

TANISHA KUMAR **An Artist in the Making**

Tanisha Kumar, a class X student of DPS Mathura Road, has had a keen eye for art since the age of 3. She picked up crayons even before she knew what it can do.

Over the years her interest in art grew and she learned various form of arts including water colors, oil colors finger paintings and much more. She has participated in numerous competition across Delhi and has stood first in almost all of them. She has an avid art appreciator and sees the beauty and art that surrounds everthing this natural and man-made world has to offer. Tanisha is a multi talented girl who excels in art as well as academics. She has keen interest in music and world affairs.

ZOYA JAMAL

Age **- 15**

Hobbies

drawing tennis and crossminton

My achievement

success in drawing competition in school and social groups

A National player for crossmintion playing for Andhra pradesh. And a school tennis player for team tennis india

VIVAAN SINGH

Vivaan is in class V, and is enthusiastic about sports, books and music. In June 2018, he was awarded first division in Tabla 3rd Year exam, by Prayag Sangeet Samiti (Allahabad).He has given solo tabla performances, and has been part of orchestras at various cultural programs. He was awarded a merit certificate for excellence in all subjects in class IV. His academic achievements and multi-talented personality earned him the position of Vice Head Boy (Junior School) of DPS Mathura Road. He has participated in English and Hindi debates at school. He won a bronze medal in the International GK Olympiad.

He is passionate about sports, and his favourite sport is tennis. He won a silver medal in the Under-10 category at the Inter-school DDA Tennis tournament-2019. Vivaan is also a karate black belt holder. He is very fond of reading, and has participated in various creative writing competitions, and has won prizes. He is concerned about the environment, and propagates the benefits of recycling, planting trees, and saving water.

VANIA AGGARWAL

"Tennis is like ballet. It requires a lot of control, strength, mind-play and measured movements."

A national participant, Vania is currently studying in ninth class in Modern School, Barakhamba Road. Awarded with a PTA award for excellence in sports and academics-she has also been awarded in various art and tennis competition. Represented school in interschool science and calligraphy competitions, she has been part of the prestigious mathematics competitions like Aryabhatta and Ramanujan.

GITIKA MUNJAL

She is an environmentalist and looks after the environment project in Ayaas Prayas. She is also a member of Kitchen Garden Club. Here is a garden made by her and award fetched by her. We are proud of her and wish her best of luck for the next year too.

KARATE WIZARDS OF JASOLA

We are the 10 karate wizards of Jasola. We are of different age groups, and have different belts, but we share a common passion for karate. Every weekend, we attend karate classes in the pocket 2 park. Our teacher Shihan Abinash Rai teaches us self-defence techniques, fitness exercises and other activities which keep us fit and flexible. We have made Jasola proud by winning medals, and good grades in our belt tests. Karate is good for the mind and body. It helps in building self-discipline, self-confidence, and improves concentration levels. We also maintain a chart of the food we eat during the week. Our aim is to eat very less junk food, and to play outdoor sports. We enjoy our karate classes and have become good friends. Recently, we have started a cleanliness drive to clean our park.

Mujtaba, Rishaan, Afiza, Omar, Laiba, Adam, Shihan Abinash Rai, Vivaan, Gobind, Reyansh, Aashman.

READ IT! SHARE IT! SWAP IT!

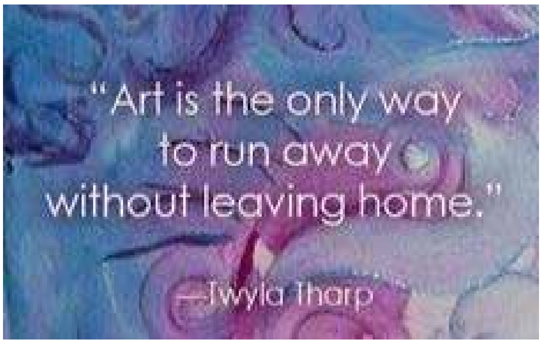
I confess, I am an addict – a book addict. Books have always been my constant companions. They have been my friend, philosopher, guide. When I am sad, a PG Wodehouse brings on a smile; when I am depressed, a motivational book lifts my spirits; when I am bored, a bestseller fills in the lonely hours. I am eternally grateful to my parents who inculcated this love of books in me, which has turned out to be a life-long affair!

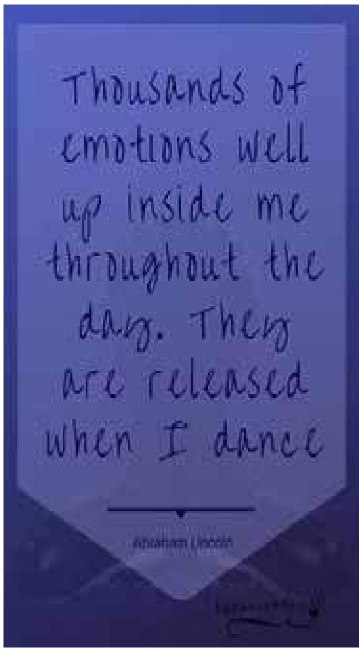
Sadly, the love of reading is on the decline. Today's kids are missing out on the pleasures of snuggling in a cosy bed with an interesting book, the flight of imagination. There are so many distractions now - smart phone, internet, social media, WhatsApp, TV, games apps etc. etc. Where is the time to read?? I, for one, am really saddened at this trend. I recall the words of Mark Twain who once said - 'A man who does not read has no advantage over a man who cannot read'. So let's get back to books. Inculcate a love of reading in kids. Read to them. Read ourselves!

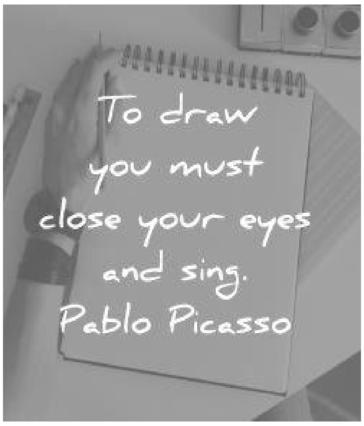
To facilitate this, we have formed a voluntary group, 'Book Affair', which aims to promote reading habit through re-circulation of donated books. These books are made available free-of-cost through the 'Book Mela' events which are organised in different pockets of Sarita Vihar. The Melas have been very well received and have continuously been gaining popularity over the past eight months of operation. A 'Book Bank' has also been established for the students of classes 9th to 12th, where the students can become a member of the book bank and borrow course books and reference books for the academic year. Several students have already availed this facility.

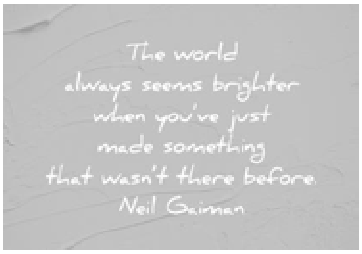
Would you like to be a part of this noble cause? Do contact us.

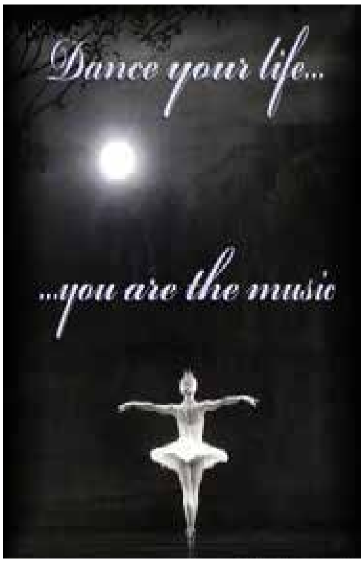
Sangeeta Nema











HEALING ART

Art can permeate the very deepest part of us, where no words exist...

Imagination is tapping into the subconscious in a form of open play. That is why art or music therapy, which encourages a person to take up brushes and paint or an instrument, and just express themselves, is so powerful.

Creating artwork allows your mind to be in a safe place while it contemplates the tougher issues you are dealing with. One can use the tools of brush, paint, pastels, crayons etc to expose and even for a short time color those issues in a different light.

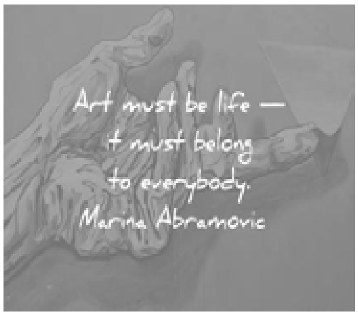
I make art when I can't gather the words to say

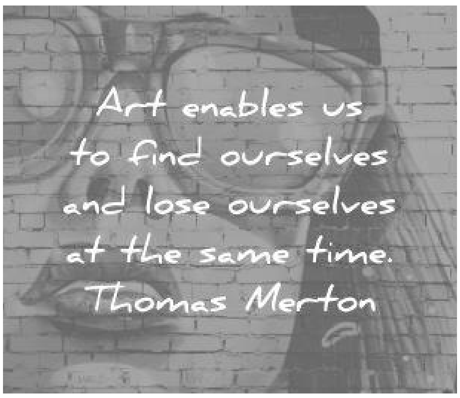
Art is standing with one hand extended into the universe and one hand extended into the world, and letting ourselves be a conduit for passing energy. Albert Einstein

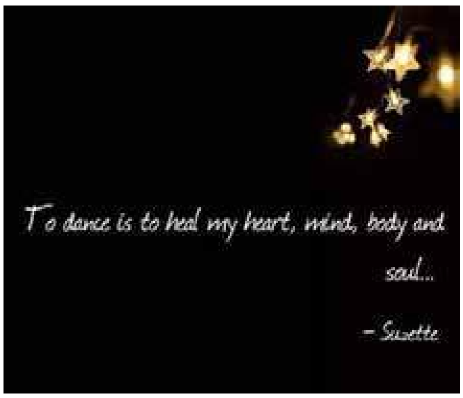
The above words of individuals are self explanatory as to how the Arts play a vital role in self healing. Be it any form of artistic expression, painting, dancing, music these all have a magnetic effect in embalming our stressful souls from the daily rigmarole.

The best ways to practice daily healing is by indulging in any form of artistic activity. The safe release of stress will invariably impact the quality of life. Enhanced positivity will permeate to better sleep, a relaxed state of mind and give a sense of true achievement. Let's build it in our ecosystem to practise Art in it's healing form. Happy healing...Much love...

Sonia Malik







SPREADING MAGIC WITH MUSIC

Some moments just touch the chords of our hearts so deep, that they remain etched there and bring back the same feelings every time we think about them. One of those moments for me was when I saw this little girl who had her hands missing, but had the spirit and the confidence of a tigress. It was in a Group Activity during a Women Empowerment workshop, where every group was given a task to draw an image of a girl and learn about the anatomy of women. While the other girls in the group were reluctant to pick up the pen, this one girl took it up and drew such a flawless picture using her elbows, it amazed me and was such a moment of realization dawning on me. The workshop was organized in a community centre by Manzil Mystics*, an organization working with schools and communities to bring about social change through Music as a creative tool. The young, passionate and driven team has witnessed many such moments and stories of inspiration and change.

I have been working in the field of Education, largely with Government Schools across the country for almost 10 years, but I still ponder the true meaning of Education. Especially after having two daughters and our innate desire as parents to provide them with an opportunity for the 'ideal education', it has become a very important question in our lives. What I have learnt from my experience of interacting with children, is that they are at their best when they are 'joyful'. So, I have kind of come to believe that the true objective of Education, especially in the early years should be to 'enable' them to become joyful, and the rest will follow. So what can we really do to provide an enabling environment for them so that the true joyous nature of a child can shine? One of the answers I have found is in Music, as a means to connect and to create and to empower.

We all know how Music can impact a person's mindset and well being. For instance, a certain song can make us feel happy, sad, energetic or relaxed. The therapeutic effects of music have also been studied and applied in healing medical conditions, especially Autism and other mental health disorders. Infact newborns or even babies exposed to Music in the womb have been known to have benefits such as better sleep, feeding and relaxed heart rates. Likewise, research has indicated that Music has potential to impact critical thinking skills in children. Recent Brain Research Studies indicate that activities with music can generate neural connections impacting literacy & math skills. Music creates a connection between the left (logical thinking) and right (creativity) hemispheres of the brain enabling a "Whole Brain Approach" to learning

So the question is – is there a possibility to leverage the potential of Music and use it as creative tool to impact Educational outcomes and to create social change? A group of young musicians toyed with this idea and took it up as a task upon themselves to make this happen. Most Government Schools face an issue of low student attendance, largely due to lack of interest in education, leading to low educational outcomes. Armed with a strong belief that Music can bring happiness, inculcate confidence and creativity, and ignite the true potential of a child, Manzil Mystics started conducting Music Workshops in schools and communities, with a focus on 'Life Skills'. After running this project in several schools, it was evident that children were becoming more confident, happy, expressive and socially aware. The team also visits hospitals, orphanages and old age homes to spread happiness through music and reaches out to the community to spread awareness on social issues.

The big smile on a little girl's face in an orphanage, the hopeful and the eager eyes of a child in a Government school which hide a quiet joy behind them, the proud face of a parent whose child is performing on stage with such confidence and enthusiasm they have never seen before, the happy and excited face of an old man singing an old song of his times..... these and many more such heartwarming moments bring me closer to understanding the true meaning of 'Education'

Manzill Mystics has been working in the field of education, music and development for the last 7 years. They conduct workshops on Gender education, Reproductive health and Life skills through music in less privileged partner schools and communities. The Band also performs their self composed folk fusion styled Music inspired by Saint Kabir, and dovetails the proceeds towards its social initiatives.

ANNUAL SPORTS DAY

Every year Annual Sports Day 'Udaan' is celebrated on 27th of January by the children of Ayaas Prayas. This year it was different , as we had 17 NGOs participating in the show. It was an Inner wheel District- 301 Project sponsored by various clubs of District 301. Ayaas Prayas had a major role in getting the children to participate in the function and organizing the games for the children and putting up a show. Our best Sportsman of the year 'Sachin' headed the Oath Taking Ceremony, which was a Life time experience for him and our children. Our children participated in various games and won many prizes. This day went off as a dream. Ayaas Prayas children wished to have such a function again.

INK MY TALE .com

Summer Collection

Round Neck
Polos

Winter Collection

V-Neck
Round Neck
Henleys
Thumblock
Hoodies

We Specialise in Sports Jerseys.

T-shirts of your interest

Foodie • Bikers • Travel • Quirky • Gym

and many more to choose from.

Log on to www.inkmytale.com

For customisation, bulk orders & corporate orders

CONTACT

Rahul Chhabra - 9910688821 | 9911599119

KURG ENTERPRISES PVT. LTD.

Corp Office - 1103, DLF Tower B, Jasola District Centre,
New Delhi - 110025

PROFESSIONAL CRICKET COACHING

COLLAGE SPORT CLUB

CSC

COLLAGE SPORTS CLUB

Facilities Provided:

- Professional Coaching from BCCI Level-A Coaches.
- Turf , Cemented and AstroTurf Wickets.
- Top quality equipments like Bola Bowling Machine, flood lights, side arm throwers, pug nets, cameras for video coaching etc.
- Vacation Camps and Foreign Tours for better exposure.
- Participation in Various Tournaments Across India
- SCHOLARSHIPS Upto 80% provided, special 50% Scholarship for Female Players

ADMISSIONS OPEN ON 25TH OCTOBER

Sarvodaya Co-Education Senior Secondary School, Malcha Marg, Block Y, Diplomatic Enclave, Chanakyapuri, New Delhi-110021

collagesportsclub

@collagesportsclub

www.collagesportsclub.com

+91 9582860605/9871803157

MR. CHETAN BIST

With best wishes

Anand Agarwal

ZUPITEX (INDIA) PVT. LTD.

With Best Compliments from

MR & MRS ANURADHA

With best compliments

From

DR ARVIND K JAIN

CONSULTANT DENTAL SURGEON & IMPLANTOLOGIST

M- 9818614302

DR SUNITA JAIN

CONSULTANT GYNAECOLOGIST

M- 9810234685

RES

H/NO- 35,PKT-II JASOLA

TEL: 011-40502262

CLINIC

JAIN DENTAL CENTRE & GYNAE CLINIC

E-70,GREATER KAILASH-II ND- 110048

TEL: 011-41004114, 41687744, 29228840

DANDIYA AND GARBA PROGRAMME

The other day my granddaughter asked me 'Nanu, Garba night kabchaloge?' She had been repeating this demand quite frequently after coming back from Garba Night at Jasola. I immediately recalled the mesmerising event organised by my sister every year at Jasola.

The auspicious Navratras are eagerly awaited. These are the nine magical days filled with purity when the air is thick with festivities. As children we would never miss the Ramleela and would remember the entire story and dialogues. We would repeat in full force 'Jai Shree Ram' with ever revered Hanumanji. 'Jai Sankar Ki' followed by demonic laughter by Raavanleft us awestruck. Later we grew up we also relived these days with 'Garba'- a practice followed extensively in West-Mumbai-Gujarat.

I recalled that with all such notions, we reached Jasola ground, last year. A sweet smell of Desi Ghee Old Delhi delicacies greeted us. A quick look around landed me in trouble- I liked all the preparations. My granddaughter would not budge before getting a teelewaali kulfi and promises for a few more. This – was already brimming with people with no vacant tables or chairs.

We hustled through this – area as we turned to our left. Lo! Flanked by colourful kiosks on both sides, a grand spectacle awaited us. The well-lit and decorated path led us to the main garden. The middle area was cordoned off with Lord Ganpati statue in the middle and lying around were scores of shining Dandiya sticks- a thrilling reminder of events to follow.

The backdrop was a huge stage with the banner of Ayaas Prayas. My sister was, as usual, busy taking care of guests in large numbers and making organisational announcements. The crowd had already started swelling on both sides. Very soon, the main programme started with enactment of a very musical Ramleela performed by the students of Ayaas Prayas. The melodious choupais of Ramcharitramanas along with very well-choreographed movements and perfect direction lent unparalleled charm to the Ram episodes. Everyone- children and grown-ups alike- were glued to the spectacle. No scene was stretched and the presentation was condensed to a short period of about one hour. Then followed the presentation of awards by Ayaas Prayas to the senior citizens. And we — withholding our breaths for the main event. Garba/ the crescendo started with the music group on stage.

This was the moment for which the central area was cordoned off. The students and ladies of Ayaas Prayas started the performance with well-rehearsed rhythmic movements of Garba in very colourful dresses. Then followed the charming twinkling of Dandiya in all its grandeur. The music group kept pace with the moves and rhythm. The overall atmosphere- the beats, melodious songs, loud music was enough to transform us in ecstasy.

After a couple of controlled performances, the cordon was cleared and it was free for all. We could not hold ourselves and rushed in and picked up the Dandiya sticks. To my utter surprise, my granddaughter was quick enough to pick up two beautiful Dandiya sticks and was dancing with her mother. The group emulated all the hits and did not miss out anything popular. The entire crowd was swinging to the music beats, oblivious of the time. We continued for a couple of hours before the thirst and hunger overpowered us. By that time we were perspiring heavily and headed for the food court.

Starting from Aloo Tikki, Dahi Bhalla, I do not remember if we had left any item untried. All of them were very tasty but we had to control.

Now we were at the shops, purchasing handmade diyas again by Ayaas Prayaas. These colourful diyas have become our favourites for Diwali. As the products were very reasonably priced, we could not resist purchasing quite a few of these.

It was already 12 AM when we headed for home after having a glorious and memorable Garba at Jasola.

Now waiting for next year. Till then Jai Mata Dee...

Arvind Sharma

Come one Come all

For Full Dhamaal

Wow! What a show

Dance to the rhythm of GARBA

Children Enjoying at Garba Night - Ramleela, Dance

Garba Rocks

And magical beats of Dandia sticks

Wow! What a show

With best compliments
From

Mr & Mrs Chaturvedi's

114, Pocket 1, JASOLA, New Delhi 110025
Ph. No : 9871622344

RUPY FASHION

With best compliments

P.V. & Kitty Mohan

Ravi Mohan

Rishi Mohan

॥ JAI MATA DI ॥
We Believe In Quality As Pure As Gold.
BSJ
QUALITY
Never Comes Along With Discounts.
SINCE 1993
BANSAL SONS JEWELLERS ®
22/22ct Hallmark Gold & Diamond Jewellery
C-50, Malviya Nagar, Main Road, N. Delhi -110 017
Tel. : 011 - 40581468, +91 - 8527292840, +91 - 8826848269
Website : www.bansalsonsjewellers.com
916

With Best Compliments
from

Mrs. Sonia Jain
Child Guidance & Counselor
98100 82042

Dr. Pradeep Jain MD, DM.
Sr. Consultant & Interventional Cardiologist
Apollo Hospitals Delhi
98110 39039

Dr. Himanshu Jain MBBS
96195 55050

Dr. Deeptanshu Jain MBBS
88848 78988

138, Pocket-1, Jasola, New Delhi-110025

WITH BEST WISHES FROM

BIKANERWALA

SEEMA DEVGUN
(POCKET-2)

SHYAM STEEL

Mrs & Mr J.G. ABROL

Mrs SEEMA GANDHI & Mr SUNIL GANDHI

Ms GEETA GUPTA

INNERWHEEL GK

A very special thanks to

PIRAMAL
for their constant support

Mrs ASHU GUPTA & Mr ANIL GUPTA
Sponsoring Gifts

Ms VEENU ARORA
for sponsoring prizes

Ms RENU MUDGIL & Mr DEV MUDGIL
for sponsoring photography

Thanks to

Ms BHARTI

Mrs. BHAWNA KHEMANI & Mr MURLI KHEMANI

Ms KAVITA

Mr KAMAL GANDHI

Ms HEMA SEHGAL

Ms KIRAN

Mr & Mrs. SHABNAM

Mrs. DOLLY TYAGI & Dr. SUDHEER TYAGI

Mrs. GEETA AGGARWAL

Mr SANJEEV GUPTA

SANGINI GROUP
(For Sponsoring T-Shirts for Children)

We are thankful to

MAHIMA BHATIA
of New Friends colony for her kind gesture.

ROTARY CLUB OF DELHI MANTHAN

Views expressed in these articles are of the authors and not ours. - Editor Kaumudi Sharma

OUR COMPERERS