



# BHARATIYA SINDHU SABHA NEWSLETTER

505, Shree Prasad House 35<sup>th</sup> Road, Bharatiya Sindhu Sabha Chowk,  
Bandra (W), Mumbai – 400050. Price : Rs. 2/-

Volume 27 / No. 09

Tel.: 68977444, 26488240

OCTOBER 2022

Website: [www.bharatiyasindhusabha.org](http://www.bharatiyasindhusabha.org) E-mail: [bssmumbai@gmail.com](mailto:bssmumbai@gmail.com)  
Date of Publishing : LAST WORKING DAY OF THE MONTH

## PM SHRI Schools

OM JAISWANI

The Cabinet on September 7, 2022 has approved the launch of a new centrally sponsored scheme for setting up PM SHRI Schools (PM Schools for Rising India).

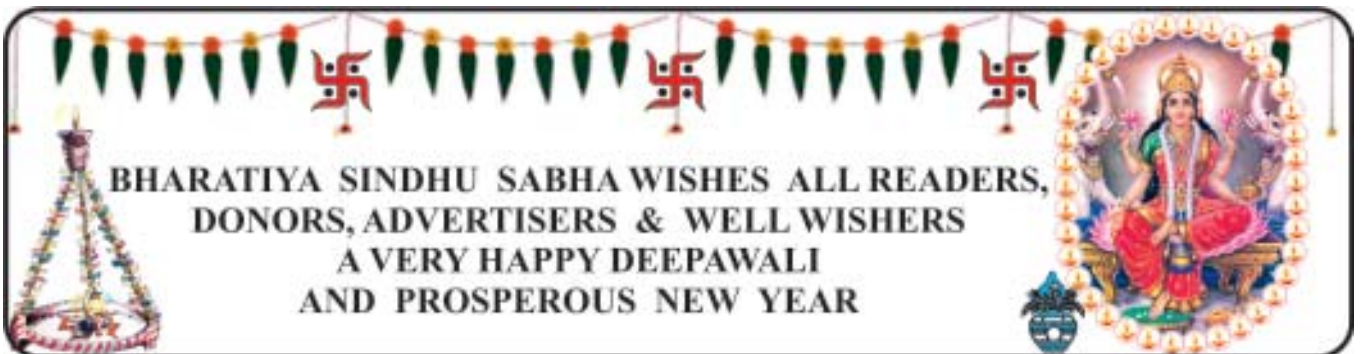
The scheme would turn existing government schools - including Kendriya Vidyalayas and Navodaya Vidyalayas - into model schools for implementation of the National Education Policy, 2022. In five years, that is, between 2022 and 2027, the Centre plans to strengthen as many as 14,600 schools at a cost of Rs 27,360 crore. In this total project cost, the centre's share would be Rs. 18,128 crore. However, schools will be selected only if the State government agrees to implement the NEP "in entirety with the Centre laying down commitments for supporting these schools for achieving specified quality parameters" to become PM SHRI schools. These state-of-the-art schools will not only

showcase all components of the National Education Policy 2020, but will also be its laboratory.

The PM SHRI model schools, which are expected to cover 20 lakh students, would be technology-driven, with digital learning tools, 3D labs, and vocational education; the schools would be mandated to focus on entrepreneurship too.

For this, an objective assessment would be made to ensure two schools are identified in each Block so that work can be done to enhance their educational standards.

"A school will receive nearly 12 crore, and the money will be transferred directly to the school's account through Direct Benefit Transfer. The principal or the local committee will be given the flexibility to determine the use





of 40% of the fund,” Education Minister Shri Dharmendra Pradhan said at a press conference. The PM SHRI Schools will provide leadership to other schools in their respective regions by providing mentorship.

The PM SHRI scheme also provides a “School Quality Assessment Framework” which will be developed for measuring key performance indicators for carrying out quality evaluation of schools selected from the current academic year. The performance of the schools and the students would be tracked using a portal.

The quality parameters that will be evaluated once a school is selected for the scheme will include implementation of NEP 2020, student registry for tracking enrolment and learning progress, improvement in learning outcomes of each child to achieve levels above State and National average, linkage of school with higher education institutions and local entrepreneurial ecosystem for mentoring as well as creating “students rooted in the heritage of India, proud of values of Bharat, conscious of duties towards society and responsibilities towards nation-building”.

The PM SHRI will provide high-quality education in an equitable, inclusive and joyful school environment that takes care of the diverse background, multilingual needs, and different academic abilities of children and makes them active participants in their own learning process as per the vision of NEP 2020.

The PM SHRI Schools will be developed as green schools, incorporating environment-friendly aspects like solar panels and LED lights, nutrition gardens with natural farming, waste

management, plastic-free, water conservation and harvesting, the study of traditions/practices related to the protection of the environment, climate change related hackathon and awareness generation to adopt a sustainable lifestyle.

### AN APPEAL FOR ADVERTISEMENT / DONATIONS

We are pleased to inform you that the current year is the **BIRTH CENTENRY YEAR OF SHAHEED HEMU KALANI**, who laid his life for the freedom of India at a young age of 20 years.

As a mark of respect to this great son of India, Bharatiya Sindhu Sabha has decided to publish its 27th Special Annual Issue of Newsletter on Dec 31, 2022. Around 7000 copies will be distributed across the country to Establishments, Sindhi Elitists, Businessmen, Institutions and Professionals.

We earnestly request advertisers/donors to extend their full cooperation and support by releasing advertisements for the Special Issue.

**All donations to Bharatiya Sindhu Sabha are exempted from Income Tax under Section 80-G**

#### Advertisement Tariff

(Full page size is 8.5" x 10")

Colour Back Cover Page (Outside)	Rs. 20,000
Colour Back Colour Page (Inside)	Rs. 17,500
Colour Full Page (Inside)	Rs. 15,000
Colour Half Page(Inside)	Rs. 10,000
Black & White Full Page	Rs. 8,000
Black & White Half Page	Rs. 5,000
Black & White Quarter Page	Rs. 3,000



# Hindu Rashtra will improve the health of citizens of Bharat



## 1. Introduction

Currently the system of healthcare in India is in shambles. Problems include concentration of doctors in urban areas, reservation of seats in medical colleges and allied healthcare for backward classes resulting in incompetent doctors, nurses, technicians, non-availability of primary health care in rural areas, no uniform health schemes for the country, no regulation of health insurance, inadequate budget allocated for health care and inadequate facilities and equipment in Government Hospitals to name a few.

## 2. Expensive healthcare in India

Most Government hospitals have insufficient staff, scarcity of medicines etc., due to which patients do not want to go there; whereas, treatment in private hospitals is too expensive – the cost of medicines too is high and common man cannot afford them. As a result, to most patients, sickness is a huge financial burden. In many developed

**4. Ignorance of the rulers towards the life and health of the Nation's future generation**

## 4A. Increase in child mortality rate

A UN report says that there were 16 lakh 55 thousand child deaths in Bharat during 2011.

## 4B. Undernourished Bharat

In 2012, Bharat ranked 2nd on the World Bank's list of countries with undernourished children. In Bharat, 47% children do not get even a basic diet. While efforts are being made all over the world to supply nutritional food, 25 lakh people die each year due to scarcity of food in Bharat (Daily 'Agrowon', 8.6.2012). A recent report of the research of scientists at Harvard and Michigan Universities says that though Bharat is progressing economically, Bharatiya Government has not been able to solve the problem of undernourishment. Bharatiya Government needs to make direct investment in health, health-related programs and food-grains. It implies that the Bharatiya Government is not keen on fulfilling the basic needs of the people.

**5. Harmful effects of not imparting education on values and Dharma by the rulers**

**5A. 'Female foeticide' on the rise**



In 2011, over 1 million female foetus' were aborted in Bharat, making it the leading country in such abortions.

### 5B. Aids-infected youth

As per the report of United Nations, Bharat ranks second after South Africa among countries with AIDS infected youth.

### 6. The harmful effects of Rulers not teaching schools, that 'Addiction is against Dharma'

#### 6A. Tobacco-chewing and smoking – An open invitation to death

World Health Organisation's report for 2012 says that the percentage of people chewing gutkha (tobacco) in Bharat has reached 34%. Consumption of gutkha kills over 10 lakh people every year. Similarly, according to a study conducted by Bharatiya Chikitsa Anusandhan Parishad, smoking kills over 6 lakh people every year.

#### 6B. Increased consumption of alcohol in adolescents

According to a survey by 'Community against drunken driving' in New Delhi University, 33% boys and 28% girls consume alcohol 10 to 12 times a month. Many of them are below 18 years in age. Of the 120 crore population of Bharat, at least 6 crore consume alcohol.

Appointing a Health Minister on one hand to overcome addiction related problems, and on the other hand allowing bars to remain open till 5 a.m. on 1st January to make more money is demonstrative of the dual standards found only in Bharat.

In the 'Hindu Nation', it will be the responsibility of the rulers to protect the health of its citizens.

countries, it is the duty of the Government to provide healthcare to every citizen. The medical expenses

of citizens are borne by the Government. The current Bharatiya rulers, who boast of making Bharat a super-power, have done nothing to shoulder such a responsibility.

### 3. Inadequate financial provision for healthcare in India of its citizens – Government's 'care a damn' attitude

According to a report published by USA-based 'International Food Policy Research Institute' in 2011, 25% Bharatiyas living in India are deprived of basic health care facilities. The survey was conducted in 175 countries from the perspective of complete health care. India stands 171st, meaning, fourth from the bottom. Our rulers are oblivious to the fact that only a healthy country treads the path of development; hence, the pathetic state of Bharat.4. Ignorance of the rulers towards the life and health of the Nation's future generation

The Government of India estimates that about 2.40 million Indians are living with HIV with an adult prevalence of 0.31% (2009). Children


with best wishes



**CHHABRIA REALTORS**  
PROPERTY CONSULTANTS

BUY | SELL | LEASE | REDEVELOP  
BANDRA | KHAR | SANTACRUZ | JUHU

**VIJAY CHHABRIA**

 : 91 – 902 901 4405  
 : chhabriarealtors\_vijay@hotmail.com  
 : chhabriarealtors



## अखंड भारत (भारतीय उपखंड) जे विभाजन जो इतिहास.

गुज़िरियल ऑगस्ट महीने जे १४ तारीख विभाजन विभीषका डीहं मल्हायो वियो ऐं १५ ऑगस्ट ते आज्ञादीअ जे ७५ साल अमृत महोत्सव मल्हायो वियो, पर विभाजन जा ज़खम अजा भरिया न आहिनि. हिन मौके ते गुज़िरियल वक्त जो चिन्तन करणु ऐं इतिहास जो अवलोकन करणु वधीक ठीकु थींदो.

घणे भाडे जडहिं विभाजन जी गाल्हि कढंदा आहियूं त असांजे अखियुनि अगियां सन् १९४७ जे विभाजन जे ऐं पाकिस्तान नाले वारे मुल्क ठहण जी घटना जी यादि ईदी आहे. पर ब्रिटिश शासन दर्म्यानु असांजे देश जो हिकु दफ़ो न, पर सत दफ़ा विभाजन थी चुको आहे ऐं उहो बि ६१ सालनि जे नंढे असें में, जंहिं जी ज़ाण तमामु घटि माणहुनि खे आहे! कंहिं वक्त ते असांजो देश अफ़ग़ानिस्तान खां वठी बर्मा ताई ऐं तिबेट खां श्रीलंका ताई फहिलियलु हुओ! उन वक्ति भारत जो विस्तार ८३ लख चोरस किलोमीटर हुओ ऐं सोढो थींदे थींदे हाणे वजी ३३ लख चोरस किलोमीटरनि ताई बचियो आहे. अजु जडहिं स्वतंत्रता जो अमृत महोत्सव मल्हाए रहिया आहियूं, तडहिं इन पुठियां जे कारणनि खे ज़ाणणु ज़रूरी थी पवे थो.

जुदा जुदा वक्तनि ते भारतीय उपखंड अलगु अलगु देशनि में तब्दील थींदो वियो, उन वक्ति ब्रिटिश राज जो सितारो बुलंदीअ ते हुओ ऐं हुनि जी नीती-वेढाए विरिहायो ऐं राजु करियो जे करे भारत खे वधीक सहणो पियो.

### (१) अफ़ग़ानिस्तान (१८७६ ई.)

सभ खां पहिरीं १८७६ में अफ़ग़ानिस्तान खे भारत खां अलगु कयो वियो. भारत कडहिं बि हिक

विशाल सता न बणिजे, इन ते ख़ासि ध्यानु रखियो वियो. जेतोणीक अफ़ग़ानिस्तान कडहिं बि ब्रिटिश हुकूमत हेठि न रहियो, पर उन्हनि जी विदेश नीती ब्रिटिश जे हथ हेठि हुई.

अफ़ग़ानिस्तान जो प्राचीन नालो उपगणस्थान हुओ ऐं कंधार जो नालो गांधारु हुओ जितां जी कौरवनि जी माता गांधारी ऐं मामो शकुनि हुआ.

### (२) नेपाल (१९०४ ई.)

प्राचीन काल में नेपाल जो नालो देवधर हुओ. भगवान बुद्ध जो जनमु नेपाल जे लुम्बिनीअ में थियो हुओ ऐं माता सीता जो जनकपुर में. सम्राट अशोक ऐं समुद्रगुप्त जे शासन वक्ति नेपाल भारतीय उपखंड जो अभिन्न अंगु हुओ. १९०४ में एंग्लो-गोरखा संघर्ष खां पोइ ब्रिटिश सां सीगोली संधिअ अनुसारु उन खे भारतीय उपखंड खां जुदा कयो वियो. १९५१ ई. में नेपाल जे महाराजा त्रिभुवनसिंह भारत जे तत्कालीन प्रधान मन्त्रीअ खे, नेपाल खे भारत सां विलीन करण जी वेनिती कई पर श्री जवाहरलाल नेहरूअ उन खे ठुकराए छडी.

### (३) भूटान (१९०६ ई.)

१९०६ ई. में ब्रिटिशरनि द्वारा भूटान खे भारत खां अलगु कयो वियो. भूटान संस्कृत शब्द भू + उथान मां निकितलु आहे जंहिंजो मर्थु आहे ऊंची ज़मीन.

### (४) तिबेट (१९०७ ई.)

तिबेट जो प्राचीन नालो त्रिविष्टम हुओ, जेको बिनि हिसनि में विरिहायलु हुओ. १९०७ में चीन ऐं ब्रिटिश विच में थियल अहदनामे मूजुबु हिकु हिसो



चीन खे ऐं बियो हिसो लामाउनि खे डिनो वियो. १९५४ ई. में भारत जे प्रधान मन्त्रीअ चीन जे माणहुनि सां दोस्तीअ जो इज़हारु कंदे, तिबेट खे चीन जो हिसो हुअणु स्वीकारु कयो.

बु-स्टोन विद्वान जे कथन मूजुबु तिबेटियन वासी कुरुक्षेत्र युद्ध जे कौरव लश्करी सेनापती रुपतीअ जा वंशज आहिनि.

### (५) श्रीलंका (१९३५ ई.)

अंग्रेज़नि १९३५ ई. में श्रीलंका खे भारत खां अलगु कयो. श्रीलंका जो झूनो नालो सिंहलदीप हुओ, जंहिं खे पोइ फेराए सिलोन कयो वियो. सम्राट अशोक जे शासनकाल में श्रीलंका जो नालो ताम्रपर्णी हुओ.

### (६) बर्मा (म्यानमार) (१९३७ ई.)

म्यानमार जो प्राचीन नालो ब्रह्मदेश हुओ. १९३७ ई. में अंग्रेज़नि इन खे अलगु देश जो दर्जो डिनो. प्राचीन समय में उते हिंदू राजा आनंदव्रत राजु कंदो हुओ. प्रथम विश्व युद्ध खां पोइ बर्मा में राष्ट्रवादी हलिचलु तेज़ थी ऐं ब्रिटिश मालसामान ऐं सरकार जो बहिष्कारु थियण लगो. हलिचलु खे कमज़ोरु करण लाइ बर्मा खे भारत खां अलगु कयो वियो.

### (७) पाकिस्तान (१९४७ ई.)

अंग्रेज़नि द्वारा १५ ऑगस्ट १९४७ ई. ते भारत जो विभाजन करे, पाकिस्तान (पूर्व ऐं पश्चिम) नाले देश अस्तित्व में आयो. १९४० ई. में मुहमद अली जिनाह धर्म जे आधार ते जुदा मुल्क जी घुर कई. १९७१ ई. में पाकिस्तान, वरी बिनि मुल्कनि पाकिस्तान ऐं बंगलादेश देश में विभाजित थियो.

इन खां सवाइ **थाइलैंड, कम्बोडिया, वियेतनाम, मलेशिया ऐं इन्डोनेशिया** बि कंहिं वक्ति भारतीय उपखंड जा हिसो थी रहिया हुआ.

### थाइलैंड

१९३९ ई. ताई थाइलैंड जो नालो स्याम हुओ. अयोध्या, श्रीविजय उन जा मुख्य शहर हुआ. वर्तमान में बेंगकाक राजधानीअ में सर्वे हिंदू मंदिर मौजूदु आहिनि.

### कम्बोडिया

कम्बोडिया शब्द संस्कृत जे कंबोज शब्द मां निकितलु आहे. ही देश पिणि अखंड भारत जो हिसो हुओ. हिते जा निवासी शिव, विष्णू ऐं बुद्ध जा उपासक हुआ. हिते जा निवासी अजु बि चेत, विसाख, असाढ भारतीय महिननि जा नाला उपयोग में आर्णीदा आहिनि. भगवान विष्णूअ खे समर्पित विश्वविख्यात अंकोरवाट मंदिर (प्राचीन नालो यशोधरपुर) हिंदू राजा सूर्यदेव वर्मन ठहिरायो हुओ. मंदिर जे भितियुनि ते रामायण ऐं महाभारत संबंधित चित्र उकिरियल आहिनि.

### वियेतनाम

प्राचीन नालो चंपादेश ऐं मुख्य शहर आहिनि इन्द्रपुर, अमरावती ऐं विजय. हिते अजा ताई शिव, लक्ष्मी, पार्वती ऐं सरस्वतीअ जा अनेक मंदिर मौजूदु आहिनि. हिते शिवलिंग जी पूजा बि थींदी आहे.

### मलेशिया

प्राचीन नालो मलय देश हुओ, जेको हिकु संस्कृत शब्द आहे जंहिं जो अर्थु आहे पहाड़नि जो देश. मलय देश जो वर्णनि रामायण ऐं रघुवंश में बि अचे थो. हिते शिव, दुर्गा ऐं भगवान गणेश जी पूजा अजु बि कई वेंदी आहे.

### इन्डोनेशिया

हिन जो प्राचीन नालो दिपन्तर भारत हुओ, जंहिंजो वर्णनि पुराणनि में मिले थो. हिते हिंदू राजा राजु कंदा हुआ. शिव जो वडो मंदिर जावा शहर में आयलु आहे. हिते खासि करे राम ऐं कृष्ण जा मंदिर



आहिनि.

अजु इन्डोनेशिया भले इस्लामिक राष्ट्र आहे पर हुननि जे रीतियुनि रवाजनि मां हिन्दुत्व ज़ाहिरि थीं दी आहे. उते जी करन्सी नोटनि ते गणेश जो फ़ोटो उकिरियलु आहे. सरकारी एरलाईन्स जो नालो गस्ड, सरकारी पुलिस अकेडमीअ जो नालो धर्म बिजकस, सर्वोच कोर्ट खे धर्म युक्ति चवंदा आहिनि.

## सोरहं संस्कार

वीरू डूलाणी

क्रिस्त- २

### १. कर्णवेध (कन टोपाइणु)

जेतोणीक हीउ संस्कार बि और मनुष्य जे स्वास्थ्य ऐं मानसिक विकास लाइ ई वैज्ञानिक आधार ते आहे ऐं बुधण जी शक्ति सही रहे थी ऐं केतिरियूं सनातनी जातियूं घणो करे गांवनि ऐं नंढनि शहिरनि में रहंदड़ घणो करे पुरुष तबिके वडुनि शहिरनि में हिन संस्कार खे घटि वधी लेखींदा आहिनि. बदिलजंदड़ रिवायतुन में हिकु नओं संस्कार अजु कल्ह आम तरह जनम जो डीहं करे मल्हायो वने थो. जहिं करे मिटन माइतनि ऐं लाग्गोपो रखंदड़ दोस्तनि साहेडियुनि वगैरह सां मेल मेलाप करण नंढिडी उमिर वारन जो माउ पीउ ऐं वडिडनि सां उन डीहं निविडत, प्रेम भाउ ऐं स्नेह लग्गो रहे थो.

### १०. उपनयना -

यज्ञोपवीतु संस्कार (जणियो)- बालक जडिहिं ५ खां ७ साल आयु जो थिए थो तडिहिं जणियो पाइणु खपे. जडिहिं उन खे कुटुम्ब परिवार वडिडनि जी पहिचान थियणु शुरु थिये थी. हीउ संस्कार कराइण सां मनुष्य हिक अनजान दुनिया या संसार खां कुछ अगिते वधे थो ऐं उन खे पहिंजे धर्म-निष्ठा वडुनि जे सन्मान वगैरह जी

भूझ पवे थी. हिन संस्कार जो शास्त्रनि मूजिबि बालक में पहिरियें जनम जूं अहिडियू शुभ अशुभ गाल्हियू रहनि थियूं. उन लाइ खेसि नएं संसार जे जीवन में पहिरियों डाको थिए ऐं गुरु जन खां शिक्षा वठण जी शुरुआति थिये थी.

मूं जडिहिं ६ १/२ सालनि जे उमिरि में पंहिंजे सौटनि सां जणिया पाता (जेको घणो करे जोड़ी जोड़ी करे बारनि खे जणिया पाइबा हुआ ऐं किनि किनि वक़तनि ते बालिक्यूं पिणु जाणिया पाइनि थियूं त वधिक पाठ पूजा कंदे असांजे न्यात जे गुरु साहिब गंगाराम मुंहिंजे कननि में अटे मां ठहियल कुंडल मज़बूत सुट मां ठहियल चैन पाती. स्नान पाणी करे कुछ देवी माता जा मंत्र हुननि जे पुठिया उचारिण लाइ चयाऊं ऐं आखिरीं तरह हिक क्रिस्म जी सौगंधि चवाराए वस्ताऊं.

जणियनि में टे धाग्गु थियनि जिनि जी अलगु अलगु माना लगाई वेंदी आहे.

१. टिनि धागुनि मां हिक जो अर्थ हीअ आहे त पंहिंजे गुरुअ जे नज़दीक थियणु, पंहिंजी ब्रह्मचर्य जीवन हलंदे पूर्ण रूप सां शिक्षा हासिलु करणु, सेवा करणु. उमिर जी अटिकल पहिरियां २५ सालनि ताई.

२. बियो त गुरुअ जी शिक्षा अनुसार असांखे ईश्वर या पंहिंजे इष्टदेव सां निष्ठा ऐं विश्वास रखणु खपे.

३. टियों त पंहिंजे माता पिता ऐं पूर्वजनि जा छडियल सकात्मिक गुण अपनाइण ऐं पंहिंजे कुटुम्ब परिवार व्यवसाय में नीतिपति सां हलणु.

वैदिक विधि अनुसार जणिये जी मर्यादा लाइ हेठियें नमूने कुछु नियम आहिनि.

शौचक्रिया या लघुशंका कंदे जणियो साजे कन में वराइजे त सफाई चडीअ तरह थीं दी.

टुटल जणिये या कंहिंजे स्वर्गवास थियण ते या सूतक हुअण ते जणियो बदिलाइजे.

हरि ६ महिने जणियो बदिलाइजे (मेरो न पाइजे).

### ११. वेदारंभु (शिक्षा वठणु)



हिन संसार जो मक़सदु आहे बालक खे शिक्षा जे शुरुआती तरह वाकुफु कराइजे या पहिंजे ई घर में अखरनि जी सुजाणप कराइजे. कुछ नंढियू-नंढियूं सांस्कृतिक आखणियूं बुधाइजनि. बालक जी तैयारी थी वजे गुरुजी वटि वजी शिक्षा वठे. उन लाइ श्री गणेश ऐं माता सरस्वती जूं वार्ताऊं बुधाइजे. गुरुअ जो मान सम्मान करण वारा प्रोग्राम डेखारजनि.

अजु जे ज़माने में भारत जी परम्परा वारा गुरुकुल अंग्रेज़नि जे जुल्म हलंदे केतिराई गुरुकुल बंदि थी विया हुआ. कुछ वरी शुरु थिया आहिनि. उन लाइ बुनियादी तरह माउ पीउ बर खे मर्यादा ऐं वडनि जो सन्मान करण जी घरु शिक्षा डियनि ऐं सही संगति रखण जो ध्यानु कनि.

## १२. समवर्तन -

जंहिं नमूने अगियें ज़माने में शिक्षा पूरी थियण खां पोइ विद्यार्थी गुरुजनि खे कुछु गुरु दक्षिणा शपथि वचन जे रुप में डींदा हुआ त अगिते हली सदभाव रूपी व्यवहार/समाज/ देश सेवा,व्यवसाय नेकि नियत ते हलण जो आश्वासनि डींदा हुआ. अहिडे नमूने हाणे विश्वविद्यालयनि तर्फा कानवोकेशन जे सभा में पहिंजो वचन डींदा आहिनि. तंहि हूंदे बि माइटनि जी जवाबदारी आहे त पहिंजे औलाद खे सही राह डेखारींदा रहनि जेसिताई पहिंजे भावी जीवन साथीअ जी चूड करण ऐं पाण गृहस्थ जीवन में प्रवेश करे.

## १३. मडिणो ऐं विवाह -

हर कुटुम्ब परिवार पहिंजो वंशु वधाइणु चाहींदो ऐं उन जो रस्तो आहे पहिंजो पुटु या धीउ जो शुभु विवाह. बरु जडहिं बि उन उमिरि जो थिए जो पहिंजे खुदि जे ठहंदइ कुटुम्ब खे सही नमूने जो पालन पोशणु करे सघंदो पहिंजी शिक्षा पूरी करे व्यवसाय, नौकिरी पेशो संभाले सघंदो ऐं पहिंजे थींदइ बरनि खे पूरीअ

तरह संभाले सघंदो. घणे भाडे सुपुत्र अटिकल २५ सालनि जो थिए ऐं सुपुत्री अटिकल २२/२४ सालनि जी थिये त उन्हनि जी वैवाहिक जीवन लाइ सलाह मसहलत शुरु कजे ऐं वाजिबी छुट डियणु खपे. बरनि खे हुननि जे पसंदी ऐं हम जीवन साथी जी चूड करण में माइटनि जो इहो बि फर्जु आहे त पहिंजे बर खे पश्चिमी खयालात वारे गलीज़ संबंध में न उलझे. उन करे वेदविधीअ सं सही समय अंदरि रिश्ता पका कजनि.

शादीअ खां १ या २ डींह पहिरीं साठ कबा आहिनि. अन्नु कढिबो आहे ऐं माता जी आराधना कबी आहे, जीअ त भंडारो भरपूर हुजे.

## १४. वानप्रस्त -

जडहिं संदनि बर वडा थियन ऐं घर वसाइण लाइ शादी विवाह कनि तडहिं माइटनि जी उमिरि ५०-६० खां मथे थिए थी ऐं पहिंजुं जवाबदारियूं नौकरी या पुशतैनी धंधो संभाले नथा सघनि त हाणे पाण खे ग्रहस्त जीवन खां आहिस्ते-आहिस्ते पासिरो करे समाज ऐं देश सेवा जे कार्य में अर्पण थो कजे. डिठो वयो आहे त मिस्कीननि जी सेवा, उन्हनि खे शिक्षा या धंधे, नौकिरी, नये हूनर सिखण में मदद करणु, जीअ हू पहिंजे पेरनि ते बीही सघनि. देश जे मथां का कुदिरती आपदा, जीअ बरिसाति तूफान वगैरह में मदद जो हथु वधाइजे. कुटुम्ब ऐं पिणि समाज में पहिंजे धर्म, संस्कृतिअ लाइ प्रेम ऐं जाग्रता जो उत्साह भरिजे.

१५. सन्यास - इन्सान जे जीवन जो आखिरीऽ पड़ाव आहे संन्यास. हू सभिनी बन्धननि ऐं सन्बधननि जो त्यागु कंदा वेंदा आहिनि. उद्देश्य? - मानव जीवन जो मतिलबु छा आहे, उनजी खोज करणु. पर हिक ई जगह ते लंबो वक्तु न गुज़ारिजे. संन्यासु वठण खां पोइ मनुष्य ज़ोरु ज़ोरु करे व्यवस्था ऐं रिहाइश जी जाण न डींदो आहे. हुन खे रमतो राही बणिजिणो आहे. संन्यासी हमेशह दीन दुखियुनि जी सेवा में लगल हूदा आहिनि.



संन्यास आश्रम जो उद्देश्य आहे मोक्ष प्रापती.  
इन लाइ निष्काम भाव सां समाज सेवा, प्रभूअ जो  
निरंतर स्मरणु करणु खपे.

### १६. अन्तयेष्टि -

असांजे शरीर जो हिन दुनिया में प्रवेश सां दीपक  
(ज्योति) जगाए वेद उचारण सां नएं प्राणीअ जो आगमन  
कंदा आहियूं. सागिये नमूने मनुष्य जडुहिं पंहिंजी जीवन  
यात्रा पूरी करे थो त उन शरीर खे बि अग्निअ जे हवाले  
करे थो जेको बि हिक प्रकार जो यज्ञ कयूं था.

शरीरु ठहियलु आहे पंजनि तत्वनि जो: धरती,  
जलु, अग्नि, वायु ऐं आकाश. शास्त्रनि में चयलु आहे  
त ब्रह्मा मां आत्मा, आत्मा मां आकाश, आकाश मां  
वायु, वायु मां अग्नि, अग्नि मां जलु ऐं जलु मां पृथ्वीअ  
जी उत्पति (पैदा) थी आहे.

उन मूजुबु जडुहिं आत्मा शरीर छडे थी ऐं असीं  
मृतिक जे शरीर खे दाह संस्कार करे अग्निअ जे हवाले  
कयूं था ऐं उहे पंज तत्व वरी काठियूं (पृथ्वी), अग्नि  
ऐं रख खणी जल समाधी डियूं था.

हिक गाल्हि ध्यान डियण जोगी आहे त  
प्राणीअ भली पंहिंजा प्राण त्यागे छडिया हुजनि, तडुहिं  
बि हुन जे मथे वारे हिसे में याने अखियुनि ऐं दिमाग में  
जान बाक्री हूंदी आहे, इन करे प्राणीअ जे भरिसां  
वेही शान्त वातावरण में गीता जो पाठ या कोबि धर्मी  
पुस्तक खणी पाठ कबो आहे, जंहिं करे उन प्राण  
त्यागींदइ खे हिक आखिरी संतोषजनक ज्ञान जी  
उपलब्धि थिये थी ऐं संतोषमय नमूने पंहिंजी आत्मा  
खे शान्ती डिये थो.

किनि हालतुनि में चयलु आहे त शोक विचां  
विरलाप जे आवाज बदिले में मिठे स्वर सां भजुन  
प्रार्थना करणु जुगाए.

शरीर खे अग्निअ हवाले करण ताई ईश्वर जा  
गुणगान बुलंद आवाज में करणु ई घुरिजनि.

## बुरनि जो संसार

कु. निर्मला चावला

### इन्सान शाकाहारी जीव आहे या मांसाहारी:

हिक दफे हिक विवेकशील मास्तर पंहिंजनि डहें  
दर्जे जे शागिर्दनि खां पुछियो त अचानक तव्हां जे साम्हूं  
कोई प्राणी अची वजे त तव्हां कीअं सुजाणंदा त उहो  
प्राणी शाकाहारी आहे या मांसाहारी. छाकाणि त तव्हां  
उनखे पहिरीं कडुहिं बि खाधो खाईदे न डिठो आहे.

शागिर्दनि में खुसुरु-पुसुरु शुरु थी वेई पर जवाबु  
कहिं कोन डिनो.

तडुहिं मास्तर साहिब चयो, डिसो भाई, तमामु  
सवलो नमूनो आहे. जिनि प्राणियुनि जूं अखियूं ब्राहिरां  
गोलु डिसण में ईदियूं आहिनि उहे सभु मांस खाईदंड प्राणी  
आहिनि. जीअं त कुत्ता, बिलियूं, बाज, शींहु, बाज,  
गिद्ध, लूमड वगैरह ठीक उन नमूने जिनि जीवनि जूं  
अखियूं लंबियूं, डिघाईअ वारियूं हूंदियूं आहिनि, उहे सभु  
प्राणी शाकाहारी हूदा आहिनि जीअं त हरण, गांड, हाथी,  
बैल, मेंहि, बुकिरी वगैरह.

बुरो हाणे इहो बुधायो त इन्साननि जूं अखियूं  
गोलु हूंदियूं आहिनि या डिघाईअ ते .

हिन दफे सभिनी शागिर्दनि चयो त इन्साननि जूं  
अखियूं त डिघाईअ वारियूं हूंदियूं आहिनि, इन ते उस्ताद  
पुछियो त पोइ इन्सान शाकाहारी थियो या मांसाहारी  
सभिनी शागिर्दनि चयो त शाकाहारी त पोइ केतिरा माण्हूं  
मांस-मछली छो खाईदा आहिनि.



मास्तर साहिब जे पुछण ते शागिर्दनि जवाबु छिनो त शायदि अज्ञानता या मूर्खता सबबु.

मास्तर साहिब वरी चयो त जिनि प्राणियुनि जा नंहं चुहिंबदार हूदा आहिनि जे माँसाहारी हूदा आहिनि जीअं त शींहु, बिल्ली, कुत्ता, बाज़ वगैरह पर जिनि प्राणियुनि जा नंहं चौड़ा, चौरस, चपटा हूदा आहिनि उहे शाकाहारी हूदा आहिनि जीअं त इन्सान, गायुं, घोड़ा, गडह, हाथी, उठ, हरण, बकिरियूं वगैरह.

हाणे बुधायो त इन्सान जा नंहं कीअं हूदा आहिनि ऐं उहो शाकाहारी हुअण घुरिजे या माँस खाईदड़.

सभिनी बरानि हिक आवाज़ में चयो त इन्सान शाकाहारी हुअण घुरिजे छे त इन्साननि जा नंहं चुहिंबदार न पर चौरस, चपटा हूदा आहिनि.

वरी मास्तर साहिब टीं गाल्हि चई त जिनि जीवनि खे पघरु ईदो आहे उहे शाकाहारी हूदा आहिनि ऐं जिनि खे पघरु न ईदो आहे उहे मासु-खाईदड़ कुदिरती नमूने उहे प्राणी पंहिंजी जिभ बाहिरि कढी, लार टपिकाए, सहकंदा रहंदा आहिनि ऐं अहिडे नमूने पंहिंजे गर्मीपदु सही रखंदा आहिनि.

हाणे बुधायो त इन्सान खे पसीनो ईदो आहे या हू जिभ बाहिरि कढी पंहिंजी पिक (थुक) वहाए पंहिंजे शरीर जो गर्मीपद एडजस्ट कंदा आहिनि.

बरानि चयो त इन्साननि जो त पघरु निकिरंदो आहे त उन हिसाब सां इन्सान शाकाहारी हुअण घुरिजनि.

सभिनी माइटनि खे घुरिजे त पंहिंजनि बरानि खे अहिडीअ तरह गाल्हियुनि - गाल्हियुनि में समझाए, संस्कारी इन्सान बणाइनि. उन्हनि खे नैतिक ऐं बौधिक

# स्वाद जो संसारु

कु. निर्मला चावला



## १. मेथी-मठरी :

**सामग्री :** हिक झूडी ताज़ी मेथी, कणिक जो अटो, सूजी, कॉर्न फलॉर, शुद्ध गीहु, लूण, पीठल गाढ़ा मिर्च, जाणि, कारा मिर्च, हैड, तरण लाइ तेल, खंडु (पीठल).

**विधि :** हिक झूडी मेथीअ जा पत्ता चडीअ तरह पाणीअ में धोई साफ़ करे, कुतिर करे थोड़ी देर सुकण लाइ रखी छडियो. पोइ तईअ में हिकु चम्चो गीहु विझी, मेथीअ खे तेज़ आँच ते सिजाए, सुकायो, जीअं उन मां पाणी बिल्कुल सुकी वजे.

१-१/२ कोपु अटो ऐं अधु कोपु सूजी खणी, उन में अधु चम्चो लूण विझी ऐं ब चम्चा गीहु विझी, उनखे पाणीअ सां गोहे रखो. अटो न तमामु पतिरो हुजे ऐं न तमामु सुको. अटो गोहे १०-१५ मिन्ट ढके करे, रखी छडियो. हिक कटोरे में टे चम्चा कॉर्न फलॉर खणी उन में २-३ चम्चा गीहु विझी हिक पेस्ट ठाहे रखो. १०-१५ मिन्टनि खां पोइ अटे में मेथी, थोड़ो लूण, हिकु चम्चो पीठल सुका धाणा, अधु चम्चो जाणि, थोड़ो चाटि मसालो विझी, चडीअ तरह मिलाए, थोड़ी देर रखी छडियो, जीअं अटे में मिलायल सूजी चडीअ तरह फुंडी वजे. पोइ उन अटे मां चारि चाणियूं ठाहे, हिक-हिक चाणीअ खे सुको अटो लगाए, उन मां वडी रोटी वेले, उन ते कॉर्न फलॉर वारी पेस्ट चडीअ तरह लगाए, उन मथां सुको अटो छिणिकाए, फोल्ड करिणो आहे (डिघाईअ में). पोइ उनखे हल्का-हल्का चारि वेला डेई, हिक



आडुरि जे साईज या अध इन्च जेतारा डिघाईअ में कट डेई, उन खे थोडो थुल्हो ई रखिणो आहे. हिक रोटीअ मां ई ड्ह खनु मठिरियूं ठहंदियूं. पोइ उन्हनि खे गरम-गरम तेल में विझी, आंच घटि करे तरिणो आहे, जेसिताई मठिरियूं तेल में पाण ई मथे अचनि तेसिताई उन्हनि खे घुमाइणो न आहे. जड्हिं तेल में मथे अची वजनि त उन्हनि रखिणो आहे जीअं उन मां एकस्ट्रा तेल निकिरी वजे.

नोट : मेथीअ जे मठिरियुनि में मेथीअ जी कडाणि घटाइण लाइ उन में हिकु चम्चो पीठल खंडु विझी सघिजे थी.

## २. बेसण जी स्वादी भाजी :

**सामग्री :** ३०० ग्राम बेसण, हिकु झूडी पालक, लूण, पीठल कारा मिर्च, पीठल गाढा मिर्च, सावा धाणा, हैड, पीठल सुका धाणा, लूण, सावा मिर्च, टमाटा, डुधु, तेल, थूम-अदिरक जी पेस्ट.

**विधी :** बेसण खे छाणे, उन में कुतिर कयल पालक, कुतिर कयल सावा मिर्च, अदिरक ऐं थूम जी पेस्ट, हिक चम्चो सुका पीठल धाणा, १/२, चम्चो हैड, पीठल कारा मिर्च, गाढा मिर्च, ऐं स्वाद अनुसार लूण विझी, सभु शयूं मिलाए, बेसण गोहे, उन मां गोल-गोल गोला ठाहे रखिजनि. चुल्हि ते पाणी टहिकाए, उन में इन्हनि बेसण जे गोलनि खे विझी, उन्हनि खे ओबारिजे अटिकल अधु कलाकु, ओबारण खां पोइ इहे गोला सख्तु थी वेंदा उन्हनि खे हिक थाल्ह में कढी, थधो करण लाइ रखिजे. गोला थधा थी वजनि त उन्हनि जा चारि-चारि टुकर करे रखिजनि. मिक्सर में चारि टमाटा, चारि सावा मिर्च ऐं अधु कपु डुधु विझी पीसे रखिजे. चुल्हि ते तेल टोप में विझी बसर, थूम ऐं अदिरक जी पेस्ट विझी, बसर खे

गुलाबी-गाढो करे उनमें टमाटनि जी पेस्ट विझी, उन खे भुजी, बेसण जा टुकर विझी, घुमाए उन में उहो पाणी विझिजे जंहिं में बेसण जा गोला ओबारिया हुआसीं, पाणी ऐं गोला विझण खां पहिरीं उन में स्वाद अनुसार लूण, गाढा मिर्च, हैड, सुका धाणा विझिजनि. जड्हिं भाजी ठही वजे त उन मथां ताजा सावा धाणा (कुतिर कयल) विझी फुल्के सां खाइण लाइ परिछिजे.

## ३. बेसण जे गांठियनि जी भाजी (शिकारपुरी) :

**सामग्री :** बेसण, बसर, सावा मिर्च, खसिखसि, तेल, टमाटा, लूण, पीठल गाढा मिर्च, हैड, पीठल सुका धाणा, अच्छा तिर, सावा ताजा धाणा.

**विधी :** २०० ग्राम बेसण में हिक बसर सन्ही कुतिर कयल, ब सावा मिर्च कुतिर कयल, अधु चम्चो अच्छा तिर, अधु चम्चो खसिखसि, लूण स्वाद अनुसार, अधु चम्चो गाढा मिर्च, हिकु चम्चो तेल विझी चडीअ तरह मिलाए, पोइ थोडो पाणी विझी, बेसण खे थोडो नरमु गोहे, उन मां लठियूं ठाहे १५ मिन्ट गरम पाणीअ में विझी ओबारिजनि. बेसण जूं लठियूं पाणीअ मां कढी, उन्हनि खे तेल में तरे कढिजनि, रसु ठाहिण लाइ २ नंदा बसर कुतिर करे, कुकर में तेल विझी पचाइजनि उन पकल बसर खे, ३ टमाटनि ऐं बिनि सावनि मिर्चनि ऐं अदिरक सां गडु मिक्सर में पीसे, वापसि कुकर में विझी, उन में लूण, गाढा मिर्च, हैड, पीठल धाणा विझी, ब मिन्ट पचाए, उन में उहो पाणी विझिजे जंहिं में बेसण जूं लठियूं ओबारियूं हुयूं. कुकर खे ढकु लगाए हिक ब सीटी डिआरिजे ऐं परिछण वक्ति भाजीअ मथां कुतिर कयल सावा धाणा विझिजनि.



## सचा पातशाह गुरू नानकदेवजी महाराज

गुरू नानकदेवजी महाराज सिखनि जा पहिरियां गुरू आहिनि. गुरू जिनि जो प्रकाश(जनमु) १५ अप्रेल १४६९ ई. में तलवंडी राय भोई में थियो हुओ (जेको अजु पाकिस्तान में, लाहोर खां ३० मील परे आहे). पर हिन्दू कैलेन्डर मुताबिकु प्रकाश उत्सव कती महीने जे पूर्णिमा ते ते मल्हायो वेंदो आहे. तलवंडी हाणे नानकाणा साहेब जे नाले सां सुजातो वेंदो आहे.

पिता बाबा कालूचंद्र बेदी ऐं माता तृप्ता देवीअ बालक जो नालो 'नानक' रखियो. गोठ जे पुरोहित खे जडहिं बालक जे बारे में खबर मिली तडहिं हुन खे इहो सम्झण देरि कोन लग्गी त बालक में ज़रूर ईश्वर जो रहस्य लिक्लु आहे. पंजाबी भाषा में चयलु आहे, **“जीती नौखंड मेदनी सतिनाम दा चक्र चलाया, भया आनंद जगत बिच कल तारण गुरू नानक आया”**. नंढपिण खां ई नानक जो आचारु-विचारु ऐं चाल-ढाल में अध्यात्म जी झलक पसी वेंदी



हुई. उन वक्त जे परंपरा अनुसार, नानक जी शादी सोरहनि सालनि जी उमिरि में गुरदासपुर ज़िले जे लाखौकी नाले वारे गोठ में रहंदड़ भाई भूलाजीअ जी कन्या सुलक्खनी सां थी. ३२ सालनि जी

अवस्था में पहिरियें पुट श्रीचंद जो जनमु थियो ऐं चइनि सालनि खां पोइ बियो पुट लखमीदास जाओ.

गुरूजिन पंहिंजनि वीचारनि ऐं दर्शन (फ़िलासाफ़ी) जे प्रचार ऐं प्रसार लाइ लंबियूं यात्राऊं कयूं. भारत खां सवाइ हुननि अफ़ग़ानिस्तान, फ़ारस ऐं अरब मुल्कनि जे मुख्य स्थाननि जो रटनु कयो.

गुरू नानक देव 'हिक देव' खे ई स्वीकारु कयो. उपासना में हू बाहिरियनि कर्मकांडनि खे अजायो ऐं निरर्थक सम्झंदा हुआ. सेवा, सतसंग ऐं सिमिरनि हिननि टिनि सूत्री साधना ते ज़ोरु डिनो. हुननि जीएविचारधारा जो असरु हिंदू-मुस्लिमाननि बिन्ही ते पियो. जीवन जे आखिरिं डींहनि में हुननि जी नामूस परे परे ताई देश विदेश में



फहिलिजी वर्ई. हुननि करतारपुर नाले (जो हाणे पाकिस्तान में आहे) हिकु शहर वसायो. इते ई हू २२ सेप्टेम्बर १५३९ ई. में परम जोति में लीनि थी विया.

जोतीजोति समाइण खां अगु हुननि पंहिम्जे शिश भाई लहणे खे पंहिंजो उतराधिकारी घोषित कयो हुआ, जेको बैदि में 'गुरू अंगद देव' जे नाले सां मशहूर थिया. गुरू साहेब हिकु महान महापुरुष, महान धर्म प्रवर्तक हुआ, जिनि पूरी दुनिया मां सांसारिक अज्ञानता खे दूर करण वास्ते अध्यात्मिक शक्ति आत्मसात् करण जी प्रेरणा डिनी.

**सांसारिक अज्ञानता बाबति गुरू साहेब जी सोच:**

**“ रैन गवाई सोई कै, दिवसु गवाया खाय.**

**हीरे ऐसा जनमु है, कौड़ी बदल जाय.”**

हुननि जी दृष्टिअ में ईश्वर सर्वव्यापी आहे. हू मूर्ति पूजाजा कटरु विरोधी हुआ.

हुननि जा पिता कालचंद्र बेदी तलवंडीअ में पटवारीअ जो कमु कंदा हुआ ऐं माता तृप्ता देवी धार्मिक विचारनि वारी ऐं संतनि जी सेवा कंदी हुई. अहिड़ा संस्कार बालक नानक ते पिणि पिया. नंढपिण खां नानक तेजु बुद्धि वारो एकांतप्रिय ऐं चिंतनशील सुभाव वारो हुआ.

नानक जो मनु स्कूली पढ़ाईअ खां वधीक साधु-संतनि जी सेवा ऐं विद्वाननि जी संगति में वधीक लगंदो हुआ. घर में रही हुननि संस्कृत, अरबी ऐं फ़ारसी भाषाऊं सिखियूं. हुननि जे पिता जडहिं नानक जो अहिड़ो संसार खां बेरुखियो सुभाउ डिटो त हुन खे संसारी भौतिकता तर्फु मनु फेरण लाइ

पशुपालन जो कमु सौंपियो, पर इन ज्व बावजूदि बि नानक जो घणो वक्तु ईश्वर भगिती ऐं साधना करण में गुज़िरंदो हुआ.

नंढपिण में नानक जे ज़िंदगीअ में अनेक घटनाऊं घटित थियूं जंहिं मां माणहुनि सही कयो त ही को साधारण बालकु कोन्हे. पुट खे गृहस्थी जीवन में जोटण लाइ पिता हुन खे वापारु करण लाइ कुझु पैसा डिना, पर नानक सभु पैसा साधु-संतनि ऐं महात्माउनि जे सेवा सत्कार करण में खर्चु करे छडिया. हुननि जी नज़र में साधु-संतनि जी सेवा खां वधीक बियो को लाभदाई सौदो थी नथो सघे.

अहिड़ीअ तरह बी हिक घटना में नानक सख्तु गरमीअ जी मुंद में नटहणु उस में कंहिं गोठ में वियो. उते हू थोरो विश्राम करण जे विचार खां किथे वेठा. उते ई खेनि निंड अची वर्ई ऐं खेनि खबर ई न पर्ई. हिकु वडो नांगु फणु कठी हुन जे सेरांधीअ खां अची वेही रहियो ऐं हुन मथां छांव करण लगो. इहा रोबकार डिसी गोठ जा माणहू डाढे तपिरस में अची विया. गोठ जे मुखीअ अची हुन खे देवपुरुष जाणी अची प्रणामु कयो. तडहिं खां नानक जे नाले अगियां 'देव' शब्द जुड़िजी वियो. कुझु वक्तु खां पोइ हू 'गुरू नानक देव' जे नाले सां मशहूर थियण लगा.

हिक बी रोचकु घटना में हुन जे पिता हुन खे गृहस्थ आश्रम में आणण लाइ ऐं हुन जो ध्यानु इन तर्फु मोड़ण लाइ हुन खे नवाब लोधी खां वटि नौकिरी डियारी. नानक खे उते भंडार जी सार संभाल रखणी हुई. पर नानक उते बि साधु-संतनि ते बेहिसाबु खर्चु



करण लगे. शिकायत नवाब ताई पहती, हुन नानक खिलाफु जांच कराई. पर अजब जी गाल्हि थी त उन जांच में काबि कमी पेशी नज़र न आई.

हिक दफ़े जी गाल्हि आहे नानकदेव भ्रमण कंदे कंदे वजी अरबस्तान जे मके शहर में पहतो. थक जे करे सुम्ही पियो ऐं संदसि पेरे काबे जे तर्फु हुआ. इहो दृष्य जइहिं मुस्लिमाननि डिठो त गुसे में भरिजी विया. हुननि नानक खे जागाए ताक़ीद कई त पेरे काबे तर्फु न करे सुम्हे. नानक खेनि चयो त ठीकु आहे, मुंहिंजा पेरे उन तर्फु फेराए छडियो जंहिं तर्फु काबो न हुजे. मुस्लिमाननि ज़ोर सां संदनि पेरे बि तर्फु फेराए रखिया, पर, ही छा ! जंहिं दिशा में नानकदेव जा पेरे पिया फेरीनि, उन दिशा में काबे जो दर्शनु थियण लगे. माणहुनि अहिडो अजीबु इसरारु डिस्सी हुन खां श्रद्धापूर्वकु क्षमा घुरण लगा.

गुरू नानक देव जी हिक महान आत्मा हुआ जिनि 'सादो जीवन, उच विचार' वारे सिद्धांत जो पालनि कयो ऐं ब्रियनि खे बि इन सिद्धांत ते हलण जी प्रेरणा डिनी. हुननि मूर्ति पूजा जो खंडन कंदे हिक ओंकार जे जप करण ते ज़ोरु डिनो.

'गुरू ग्रंथ साहेब' जहिडे पवित्र ग्रंथ जी रचना कई वई, जंहिं में पंजाबी भाषा ऐं गुरुमुखी लिपिअ में गुरू नानक देव ऐं ब्रियनि गुरुनि, संतनि, भगतनि जूं ब्राणियूं डिनल आहिनि. हुननि जे जोति जोति समाइण खां पोइ हुनना जा उपदेश ऐं सिख्याऊं अमर वाणी बणिजी असां जे विच में मौजूदु आहिनि जेके अजु बि असां जे जीवन में ऊच आदर्शनि ते हलण लाइ प्रेरणा डेई रहियूं आहिनि.

ڈيڪاري سگھندو.

ڏينھون پوءِ ڏينھن ماڻھن ۾ ٻين تي پاڙڻ واري عادت زور پڪڙي رهي آهي جيڪا انھن کي ڪانٽر ۽ ڪوڪو بڻائي رهي آهي. گھر ۾ ڪو گھربل هٿيار هوندي به پت ۾ هڪ ڪوڪي ڪوڙڻ لاءِ به وادي جو انتظار ڪندا آهيون يا فيوز جي ڪري بجلي بند ٿي وڃڻ سبب اليڪٽريشن تي پاڙيندا آهيون وغيره. جتي جو ڪم جهڙو ڪم هجي ان کي ڇڏي باقي ڪمن ۾ سواولمبي هٿڻ گھرجي.

پراڏين ماڻهو ٻئي جي هٿ جي 'ڪن ڀٽلي' بڻجي پوندو آهي، اهو جيئن نچائي، تيئن نچڻو پوندو اٿس. جنهن ديش جي ناگرڪن ۾ آٽر نرپرٽا جو ٻل هوندو، انهن کي ڪير به هارائي نه سگھندو.

*With Best Compliments From*

**SEAWAYS MARITIME  
&  
TRANSPORT AGENCIES  
P LTD  
SEAWAYS  
SHIPPING AGENCIES**

509/510/521, VYAPAR BHAVAN, P. D'MELLO ROAD,  
CARNAC BUNDER, MUMBAI - 400009 (INDIA)  
TEL.: 23486115 / 23486116 / 40425333 (Hunting)  
Direct: 6631 4137 (VBD) Fax: 91-22-23488702

E-mail : doolani@seaways.in  
nirav@seaways.in  
bhisham@seaways.in

M : 9820058789 (VBD)                      9920058789 (Nirav)  
9820158586 (Bhisham)                      9820056607 (Vijay)



جي دانن انسان کي بعضي ٻوهي ۾ وجهيو ڇڏي. ماڻهوءَ کي حالتون نئين هارائين پر رڳو ٻين مٿان آڌار رکڻ واري عادت، ٻين جي مدد تي پاڙڻ واري عادت هن کي اسٽل ويڪتي بڻائي ٿي.

سهوليتون، انسان جي ساهسڪتا کسي ٿي ڇڏي ۽ تڪليفون کيس برابر گهڙي ٺهي هن ۾ ساهس جو معدو ڀري ٿي. گريپيئن نالي هڪ فلاسافر جو چوڻ آهي ته ”ويهين سالن جي عمر ۾ ماڻهوءَ ۾ اڃا شڪتي پيدا ٿئي ٿي، تيهين سالن جي عمر ۾ ان کي چڱيءَ طرح سمجهڻ لڳي ٿو ۽ چاليهن سالن جي عمر ۾ انجو ڀرپور فائدو وٺي سگهي ٿو.

هڪ ساڌوءَ جو درشتانت هيٺ ڏجي ٿو، جو سمجهڻ لائق آهي. سڄ لٽي مهل هڪ مهمان هڪ ساڌوءَ جي آشرم ۾ اچي ٿو، جنهن کي هڪ رات لاءِ آرام ڪرڻو آهي. ساڌوءَ کيس کائڻ لاءِ ڦل وغيره ڏنا ۽ رات جو آرام ڪرڻ واسطي بستري جو بندوبست ڪري ڏنو. ٻئي ڏينهن صبح جو منهن اونداهيءَ وقت مهمان وڃڻ لاءِ تيار ٿيو ۽ ساڌوءَ کيس آشرم جي دروازي تائين اماڻڻ آيو. پر دروازي کولڻ کان پوءِ ڦوڪ هڻي ڏيو وسائي ڇڏيو. تنهن تي مهمان ورجايو ته ”ساڌو مهاراج، ٿورو وقت ڏيئي کي ٻرڻ ڏيو ها ته اڳتي جو رستو ڏسي سگهان ها!“ تنهن تي ساڌوءَ جواب ڏنو ته ”پٽ، توکي پنهنجو رستو ڳولڻ لاءِ منهنجو ڏيئو ڪم نه ايندو، ان ڪري توکي پنهنجو ڏيئو ٻارڻ کپي.“ ڪيڏي نه ڳوڙهي ڳالهه ساڌوءَ چئي. اسانکي هن درشتانت جي مرڻ کي سمجهڻ کپي. اسانکي پنهنجو آتم-ديپڪ ٿي صحيح رستو

ان چوڪريءَ کي ڏني. پروفيسر هن کي وڌيڪ چيو، ”بيتا، اسان کي اهڙيءَ طرح نه جيئڻ کپي جو اسان ڪنهن جا محتاج بڻجي پئون. محتاجي هڪ قسم جي هار آهي، پراجيه آهي ۽ آتم نرپر تا هڪ قسم جي فنڪياريءَ جو، ناموسيءَ جو ٿنيو آهي جيڪو اسان جي ڳاٽ کي سدائين اونچو رکندو. امتحان جي تياريءَ لاءِ به ’گائيدڻ‘ ۽ ’شارت ڪت بوڪليٽن‘ تي مدار نه رکڻ کپي، انجو محتاج نه ٿيڻ کپي. تون پنهنجي پاڻ جي گائيدڻ تي بڻجي سگهين ٿي ’مس گائيدڻ‘ ٿينديئن. ان ڪري هر ڪنهن کي آتم نرپر ٿيڻ کپي.“

هڪ اهڙي ئي قسم جو جوان ’پنهنجو جيون پاڻ کيئن گهڙجي‘ نالي وارو ڪتاب پڙهي رهيو هئو، ته رنڌڙي مان ماڻس کيس سڏيندي چيو، ”پٽ، پليٽ ۾ تنهنجي روٽي پائي رکي اٿم، تون اچي کڻي وڃ، مان رنڌڙي جي صفائي ڪم ۾ رڌل آهيان.“

پٽ بي ٽڙڪ چيو، ”ممي، مان ’پنهنجو جيون پاڻ کيئن گهڙجي‘ نالي وارو ڪتاب پڙهي رهيو آهيان، پليٽ ڊائيننگ ٽيبل تي رکي وڃ نه، پليز.“

هن جوان جهڙو ڀراولمبي ٻين تي پاڙڻ وارا جوان، جيڪڏهن اهڙا هزارين ’پنهنجو جيون پاڻ کيئن گهڙجي‘ نالي وارا ڪتاب پڙهندا تڏهن به پاڻ کي سڌاري نه سگهندا! حفن جو تباڻ ۽ فرضن ڏانهن نشنا رکڻ ئي ترقيءَ طرف هلڻ جو ڏاڪو آهي.

انسان کي اڳتي وڌڻ لاءِ شينهن وانگر پٺيان به نظر رکڻ کپي. رستو تڪڙ ۾ پوري ڪرڻ

POSTING AT MUMBAI PATRIKA CHANNEL STG. OFFICE - MUMBAI - 400001

Date of Publishing: LAST WORKING DAY OF THE MONTH Date of Posting: LAST WORKING DAY OF THE MONTH

<b>پارتيه سنڌوسيا</b> <b>نيوز ليٽر</b> آڪٽوبر ۲۰۲۲ ۲۸۰ انڪ	Registered with Newspaper of India (RNI) 70242/94.
	To,

**پاڻ ۾ آتم نرپر تا جي، بي محتاجيءَ جي،  
سواولمبن جي پاونا وڪست ڪريو.**

”ته پوءِ گهر ڇو نٿي وڃين؟“  
چوڪريءَ صفائي پيش ڪندي چيو،  
”مٿڀر، منهنجي منڊي هيٺ ڪري پيئي آهي.  
مونکي سوڙها ڪپڙا پاتل آهن ان ڪري هيٺ  
جھڪي نٿي سٽهان جو ڪپڙي ڦاٽي پوڻ جو ڊپ  
آهي. ان ڪري ڪنهن جي مدد جي راه ڏسي  
رهي آهيان.“  
پروفيسر هن کي چيو، ”هان وٺ، تنهنجي  
منڊي.“ ائين چئي هيٺ جھڪي منڊي کڻي

ڪاليج جي گرلس روم جي ٻاهران  
ڪاليج جي هڪ جوانڙي بيٺي هئي ان وقت  
هڪ پروفيسر اُتان لنگهي ويئي. مٺي ڪلاڪ کان  
پوءِ اُها ئي پروفيسر پنهنجو ليڪچر پورو ڪري  
واپس وڃي رهي هئي تڏهن به هن ساڳي  
چوڪريءَ کي اُتي بيٺل ڏٺو.  
پروفيسر کي عجب لڳو ۽ هن چوڪريءَ  
کان پڇيو، ”مٺي ڪلاڪ کان تون هت بيٺي  
آهين، ڪنهن جو انتظار ڪري رهي آهين ڇا؟“

”نه“

