DERAWAL PATRIKA
डेरावाल पत्रिका

APRIL TO JUNE 2025

DEDICATED TO CHARITABLE SERVICES

Only memories remain in the mind
of those people that we helped!

by

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

DERAWAL BHAWAN, F-27&28, Kirti Nagar, New Delhi -110015
Mob.: 9250810522 | E-mail : delhi@derawalsahayaksabha.com
Web. : www.derawalsahayaksabha.com

INDIAN BOOK DEPOT
(MAP HOUSE)®

DELHI-6

H.O. - 2937, Bahadurgarh Road, Near Sadar Bazar, Delhi-110006.
B.O. - WH-78, Mayapuri Industrial Area, Phase-1, New Delhi-110064.

Educational Publisher of
Children Books, Maps, Charts & Geographical Atlases

Tel.: 011- 47551008, 47323635 WhatsApp : 9810079156
Shop Online at www.ibdmaphouse.com, e-mail :- info@ibdmaphouse.com

DERAWAL PATRIKA

सम्पादक मण्डल

QUARTERLY

चेयरमैन	मुख्य संरक्षक	प्रकाशक	सम्पादक	प्रधान
रवि खेड़ा	रमेश आहूजा	रवि खेड़ा	महिन्दर बुद्धिराजा	भारत भूषण आहूजा

R. No. 7046/62

Vol. : 65 No. : 02

APRIL TO JUNE - 2025

PRICE :
Annual : ₹ 100.00 only

Owner :

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)
Derawal Bhawan, F-27 & 28,
Kirti Nagar, New Delhi-110015
Mobile : 9250810522

Branch Office :
DERAWAL BHAWAN
Bhalla Road, Haridwar,
Uttrakhand-249401
Ph. : 01334-227221, 9359946520

Printer, Publisher & Place of Publication :
RAVI KHERA
D-85, Kirti Nagar, New Delhi-110015
Mob. 9811044791

Editor :
MAHINDER BUDHIRAJA
F-75, Kirti Nagar, New Delhi-110015
Ph.: 011-41425446, 9312241788

Printed at :
EMKAY PRINTERS
F- 75, Kirti Nagar, New Delhi-15
Ph.: 011-41425446, 9312241788

IN THIS ISSUE

Editorial	Mahinder Budhiraja	05-6
Know Your Sabha	Ravi Khera	07-8
Birthday of Life Members	Ravi Khera	09-12
मुख्य व्रत – पर्व	–	12
इनको आजमाएँ	प्रियंका बुद्धिराजा	13
Donation - A. I. D.S.S.	Sunil Dutt Tripathi	15
Donations - D.S.S.	K.N. Nagpal	15
निःस्वार्थ सेवा	महिन्दर बुद्धिराजा	17
गूढ़ चेतना से ब्रह्मांड के अस्तित्व....	प्रो. सुदेश गोगिया	19
Derawal Day's Felicitation...	Ravi Khera	21
Glimpses Derawal Day's Felicitation	....	23-26
Glimpses Sunder Kand Path and The Eve of Holi	....	27-28
In loving memory of Late Smt. Radha Bai & Late Sh. Fateh Chand Bhutani	....	29
Remembrance & loving memory of Late Sh. Bhagwan Dass Mehta	....	30
नाभी कुदरत की एक अद्‌भुत देन है	विश्वकर्मा भाई सावरकूंडला	31
Matrimonial Service (S. Delhi)	Ashutosh Sharma	33-36
Our Sources of Inspiration	Ravi Khera	37-40
आत्म निरीक्षण	सुरेन्द्र बुद्धिराजा	41
मानव की तीन शक्तियाँ	विमल बुद्धिराजा	43
अमृतवाणी	डी.पी. मिनोचा	44
Sunita Williams Shocking....	Kiran Bhasin	45
हवा प्रदूषण से बचने के घरेलू उपाय	प्रभु दयाल सतीजा	46
खिलखिलाइए, खुशियाँ आपके द्वार....	प्रो. सुदेश गोगिया	47
शाकाहार और स्वास्थ्य	करूणा पाहवा	48
Cover Page		01-02 & 51-52

Publisher, Printer - Ravi Khera on behalf of All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) published from D-85, Kirti Nagar, New Delhi-110015, Printed at Emkay Printers, F-75, Kirti Nagar, New Delhi-110015 and Edited by Mahinder Budhiraja (Editor).

DERAWAL BHAWAN, KIRTI NAGAR, NEW DELHI

DERAWAL BHAWAN (DHARAMSHALA) HARIDWAR

Editorial

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

पहलगाम की त्रासदी
शांति की वादियों में आतंक का तांडव

22 अप्रैल 2025 को जम्मू-कश्मीर के पहलगाम की सुरम्य घाटियों में जो हुआ, वह केवल एक आतंकी हमला नहीं था, बल्कि यह मानवता और सभ्यता के विरुद्ध किया गया एक बर्बर अपराध था। इस सुनियोजित हमले ने 26 निर्दोष नागरिकों की जान ले ली, जिनमें एक बहादुर स्थानीय मुस्लिम युवक भी शामिल था। भारत के विभिन्न राज्यों से पहलगाम आए ये पर्यटक, प्रकृति की गोद में सुकून खोजने निकले थे, परंतु उन्हें हिंसा की लहर ने हमेशा के लिए खामोश कर दिया।

हमले का स्वरूप – सुनियोजित बर्बरता :

घटना स्थल बैसरन घाटी है, जो घने जंगलों और शांत वातावरण के कारण पर्यटकों के बीच खासा लोकप्रिय है। 5 आतंकी, जो सैन्य वर्दी में थे, हथियारों से लैस होकर घाटी में पहुंचे। उन्होंने धार्मिक पहचान के आधार पर लोगों को अलग किया, 'कलमा' पढ़वाया गया, और जो पढ़ नहीं सके, उन्हें मौत के घाट उतार दिया गया। यह केवल एक आतंकी हमला नहीं था, बल्कि धार्मिक असहिष्णुता और नफरत से उपजा नरसंहार था।

मारे गए 26 निर्दोष व्यक्तियों में 25 पर्यटक विभिन्न राज्यों से थे : महाराष्ट्र, गुजरात, कर्नाटक, पश्चिम बंगाल, केरल, ओडिशा, मध्य प्रदेश, उत्तर प्रदेश, आंध्र प्रदेश, बिहार, छत्तीसगढ़, हरियाणा, अरुणाचल प्रदेश तथा एक नेपाली नागरिक। स्थानीय मुस्लिम युवक, सैयद आदिल हुसैन शाह ने जब पर्यटकों को बचाने की कोशिश की, तो आतंकियों ने उसे भी गोली मार दी।

राज्य की भूमिका और खुफिया चूक :

राष्ट्रीय जांच एजेंसी (NIA) ने मामले की जांच शुरू कर दी है। तीन संदिग्ध आतंकवादियों की पहचान हुई है, जिनमें दो पाकिस्तानी नागरिक (अली भाई और हाशिम मूसा) तथा एक स्थानीय आतंकवादी (आदिल ठोकर) शामिल हैं। इनके ऊपर 20-20 लाख रुपये का इनाम घोषित किया गया है।

जनता और सरकार की प्रतिक्रिया :

देशभर में इस घटना के प्रति गहरा आक्रोश और शोक व्यक्त किया गया है। सभी राजनीतिक दलों और सामाजिक संगठनों ने एक स्वर में इस कायराना हरकत की निंदा की है।

भारत सरकार ने पाकिस्तान को इस हमले के लिए जिम्मेदार ठहराया है। पाकिस्तान के साथ राजनयिक संबंधों में कटौती, सिंधु जल संधि का निलंबन और सीमा सील जैसे कठोर कदम उठाए गए हैं। पाकिस्तान ने इन आरोपों से इनकार किया, लेकिन दो देशों के बीच तनाव चरम पर पहुंच गया है।

मानवता की परीक्षा – कश्मीरियत की पुकार :

एक ओर जहां आतंक का यह चेहरा सामने आया, वहीं कश्मीर के आम नागरिकों ने भी इस कृत्य की तीव्र निंदा की है। स्थानीय मुस्लिम युवकों ने जिस प्रकार पर्यटकों को बचाने की कोशिश की, वह 'कश्मीरियत' के जीवंत होने का प्रमाण है। हालांकि इसके बाद हुई सैन्य कार्रवाइयों ने स्थानीय जनता में भय और असंतोष को जन्म दिया है। एक ओर आतंकवाद से लड़ाई है, दूसरी ओर मानवाधिकार और नागरिक जीवन की रक्षा का सवाल।

निष्कर्ष : एकजुटता, सतर्कता और शांति की जरूरत :

यह हमला केवल पहलगाम पर नहीं, बल्कि भारत की सांप्रदायिक सौहार्द, राष्ट्रीय एकता और अंतरराष्ट्रीय छवि पर आघात है। अब समय है कि हम आतंकवाद के खिलाफ अपने संकल्प को और दृढ़ करें। जरूरत है एकजुट होकर ऐसी ताकतों का विरोध करने की, जो हमारी साझा संस्कृति को तोड़ना चाहती हैं।

सरकार को चाहिए कि वह सुरक्षा तंत्र को न केवल मजबूत करे, बल्कि मानवीय दृष्टिकोण से कश्मीर में जनविश्वास बहाल करे। वहीं, समाज को भी अपने स्तर पर साम्प्रदायिक विभाजन की राजनीति से ऊपर उठकर एक–दूसरे के प्रति संवेदनशील होना होगा। यही सच्चा प्रतिकार है, इस अमानवीय त्रसदी का।

जम्मू–कश्मीर के पहलगाम में हुए भीषण आतंकी हमले की ऑल इंडिया डेरावाल सहायक सभा कड़े शब्दों में निंदा करती है। यह निर्मम हत्या न केवल मानवता के खिलाफ है, बल्कि हमारी सांझी संस्कृति और राष्ट्रीय एकता पर सीधा हमला है।

हम उन सभी निर्दोष पर्यटकों और स्थानीय नागरिकों को श्रद्धांजलि अर्पित करते हैं, जिन्होंने इस हमले में अपने प्राण गंवाए। साथ ही, इस दुख की घड़ी में हम शोक संतप्त परिवारों के प्रति गहरी संवेदना प्रकट करते हैं।

डेरावाल समाज आतंकवाद के खिलाफ देश की एकता और अखंडता के साथ दृढ़ता से खड़ा है, और हर उस प्रयास का समर्थन करता है जिससे देश में शांति, सौहार्द और सुरक्षा सुनिश्चित हो सके।

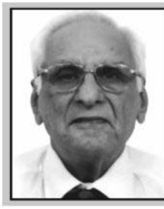
–महिन्दर बुद्धिराजा

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

KNOW YOUR SABHA

CHAIRMAN, ADMINISTRATIVE TRUSTEES & PATRONS
2024 - 2025 & 2025 - 2026

SH. RAVI KHERA
Chairman, Administrative Trustee & Patron
Life Membership No.060
D.O.B. : 21.05.1948
D-85, Kirti Nagar, New Delhi-110015
(R) : 011-45076262, (M) : 9811044791
E-mail : ravikhera48@gmail.com



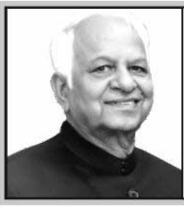
SH. RAMESH AHUJA
Chief Patron
Life Membership No. 013
D.O.B. : 22.11.1938
8-A/56, W.E.A., Karol Bagh, New Delhi-110005
(M) : 7838441693
E-mail : nirmalahuja2000@yahoo.com

SH. D. P. MINOCHA
Administrative Trustee & Patron
Life Membership No.085
D.O.B. :02.04.1948
F-10 / B, Kirti Nagar, New Delhi-110015
(M) : 9312215597
E-mail : dpminocha@gmail.com

SH. VIJAY KUMAR HURIA
Patron
Life Membership No.066
D.O.B. : 16.03.1943
F-21, G. F., Kirti Nagar, New Delhi-110015
(M) : 9810248610
E-mail : vkhuria@hotmail.com

SH. GIRISH MEHTA
Administrative Trustee & Patron
Life Membership No.074
D.O.B. : 22.06.1962
38/13, East Patel Nagar, New Delhi-110008
(R) :011-25787525 (O) : 28115050
(M) : 9811027331
E-mail : 22girish06@gmail.com

Dr. RAM SARUP VERMA
Patron
H. No. 484, Sector 16-A,
Faridabad (Haryana)
(M) : 9311049984

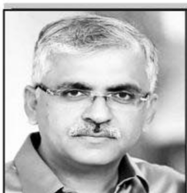


SH. SURENDER KUMAR MEHTA
Administrative Trustee & Patron
Life Membership No.016
D.O.B. : 11.09.1943
N-58, Kirti Nagar, New Delhi-110015
(M) : 9811100683
E-mail : surenderkmehta@gmail.com

SH. GURU DUTT RAKHEJA
Patron
Life Membership No.118
D.O.B. : 16.03.1937
A-103, Vishal Enclave, New Delhi-27
(M) : 9711152275
E-mail : guruduttrakheja@gmail.com

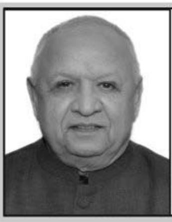
SH. L. N. MEHTA
Administrative Trustee & Patron
Life Membership No.044
D.O.B. : 18.07.1934
C-29, 3rd Floor, Vikas Puri, New Delhi - 110018
(M) : 9891422416, 9810626787
E-mail : mehtac109@gmail.com

SH. HANS RAJ KALRA
Patron
Life Membership No.084
D.O.B. : 03.05.1940
C-3/361, Janak Puri, New Delhi-58
(M) : 9582829009
E-mail : puneetkalra1981@gmail.com



SH. ANURAG CHAWLA
Administrative Trustee & Patron
Life Membership No.008
D.O.B. : 19.01.1969
Noida (U.P.)
(M) : 9810154811, 9910054811
E-mail : anuragchawla@hotmail.com

SH. HARISH CHHABRA
Patron
Life Membership No.07
D.O.B. : 16.01.1956
3-C/35, New Rohtak Road
New Delhi-110015 | (M) : 9818401848
E-mail : harishprinting@yahoo.com



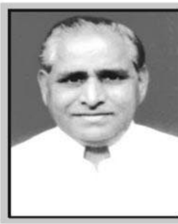
SH. INDER KUMAR DHINGRA
Patron
Membership No. 022
D.O.B. : 31.07.1948
D-49 Kirti Nagar, New Delhi-15
(M) : 9818441412
E-mail : inderdhingra587@gmail.com

SH. VED PRAKASH CHAWLA
Patron
Membership No. 289
D.O.B. : 24.01.1956
J-128, Kirti Nagar, New Delhi-15
Tel. : 011-25106050, 25435657
E-mail : ved@chawla.pw

SH. MADAN GOPAL MEHTA
Patron
Membership No. 297
D.O.B. : 17.01.1952
C-I/45, Janak Puri, New Delhi-58
(M) : 9810046862
E-mail : madan@mehtaone.com

SH. HARISH CHAWLA
Patron
Membership No. 292
D.O.B. : 15.02.1954
13/8, East Patel Ngr., New Delhi-8
(M) : 9810015254
E-mail : info@ibdmaphome.com

SH. MAHINDER BUDHIRAJA
Patron
Membership No. 76
D.O.B. : 16.11.1955
F-75, Kirti Nagar, New Delhi-110015
Tel. : 011-41425446, (M) : 9312241788
E-mail : anujf75@gmail.com



SH. SUDERSHAN PAWHA
Patron
Membership No. 11
D.O.B. : 17.01.1956
2/107,1st Floor, Subhash Nagar,
New Delhi-110027 | (M) : 9999091021
E-mail : pahwasudershan2@gmail.com

SH. MANOJ HURIA
Patron
Membership No. 156
D.O.B. : 20.10.1965
66, Tarun Enclave, Pitampura,
Delhi-110034 | (M) : 9999985180
E-mail : huriamanoj@gmail.com

SH. PRABHU DAYAL SATIJA,
Patron
Membership No. 48
D.O.B. : 04.01.1949
A-273, Shivalik, Malviya Ngr, N.Delhi-17
Tel. : (O) 011-26680126, 26682351
(M) : 9871053202, 8178456956
E-mail : prabhusatija@gmail.com

ऑल इण्डिया डेरावाल सहायक सभा (पंजी.)
की ओर से
आप सभी को
राम नवमी, वैसाखी,
बुद्ध पूर्णिमा तथा निर्जला एकादशी
की
हार्दिक शुभकामनाएँ

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

BIRTHDAY OF LIFE MEMBERS

Your life is a gift from the creator.
Your gift back to the creator is what you do with your life.

FOR THE MONTH OF APRIL

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
1.04.1934 M.S. 37	**SH. RAM PARKASH MEHTA** E-22, Moti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9899606074
1.04.1948 M.S. 24	**SH. NARESH KALRA** E-240,Naraina Vihar, New Delhi-110028 Mob: 9810010203/9810204548 magnatek_india@yahoo.com
1.04.1951 MS 215	**SH. HARISH KUMAR SACHDEVA** 341, Tarun Enclave Pitampura, Delhi-34 Mob: 9811344650 dost.inustries@gmail.com
1.04.1952 M.S. 199	**SMT. KRISHANA MEHTA** D-57,Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9717933992 krisna.mehta24@gmail.com
2.04.1948 M.S. 85	**SH. D.P.MINOCHA** F-10B, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9312215597 dpminocha@gmail.com
2.04.1952 M.S. 228	**SH. RAMESH KUMAR DHINGRA** B-222, Fateh Nagar, New Delhi-110018 Mob: 9868883816 rkdhingra@line.com
3.04.1929 MS 181	**SH. J.C KHANNA** Farm H. No. 627, Gadaipur Village Chhatarpur, New Delhi- Mob: 9811431104 jckhurana@nipa.co.in
5.04.1936 M.S. 254	**RAJINDER KUMAR MEHTA** C-89, First Floor, ARDEE City,Gurugram-122003, Haryana Mob: 9810249737 rkmehta1936@gmail.com
10.04.1941 M.S.208	**SH. BANSI LAL CHHABRA** House No. 1557A,Sec-4, Panchkula- 134112, Haryana] Mob: 9417839524 geeta_chhabra@rediffmail.com

FOR THE MONTH OF APRIL

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
12.04.1950 M.S.79	**SH. RAMESH KUMAR WADHWA** R-656, New Rajinder Nagar, New Delhi-60 Mob: 9871720939
13.4.1937 M.S.59	**SMT. SANTOSH HASIJA** House No. 205, Sec-21-C, Faridabad-121001, Haryana
13.04.1952 M.S. 15	**SH. NARENDER AHUJA** R-656, New Rajinder Nagar New Delhi-60 Mob: 9717922322 / 995336664
16.04.1962 M.S. 274	**SH. MOHNISH TARNEJA** F-14, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9212838307 mohnishtarneja@gmail.com
18.04.1956 M.S. 112	**SMT. MEENA BHUTANI** 10-B, Vikrant Enclave, Mayapuri, New Delhi-110064, Mob: 9810257893 bhumee@yahoo.com
19.04.1936 M.S. 148	**SMT. BHAGWATI KHERA** D-771, Saraswati Vihar, Pitampura, New Delhi-110034, Mob: 9818100552
19.04.1954 M.S. 171	**SH. HARISH CHANDER ARORA** 25/5,Double Storey, Ashok Nagar, New Delhi-110018, Mob: 9871050807 arorahc2009@yahoo.com
19.4.1958 M.S. 57	**SH. CHUNI LAL MALIK** No. 3,Lesliei Villas, Priti Vihar Society, Thakur Cmplx Kandiwali (E) Mumbai-4000101] Mob: 9867187076 chunmalik@yahoo.co.in
20.04.1955 M.S. 321	**SH. BHARAT BHUSHAN LAL** 61, Tarun Enclave, Pitampura, Delhi-34 Mob: 9711918703 budhiraja.ravinder@gmail.com
22.04.1955 M.S. 166	**SH.CHANDER KUMAR ARORA** 30/3, Ashok Nagar, Single Storey P.O. Tilak Nagar, New Delhi -110018 Mob: 9810124101 ckarora55@gmail.com

FOR THE MONTH OF APRIL

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
27.04.1977 M.S. 139	**SH. AMIT KHERA** D-56, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9810054885 amitkhera27@gmail.com

FOR THE MONTH OF APRIL

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
29.04.1973 M.S. 305	**SH. SANJAY TANEJA** F-19, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9310035296 theadvancegroup29@yahoo.com

आपको जन्मदिन पर ढ़ेर सारी खुशियाँ और सफलता मिले।
जन्मदिन की हार्दिक शुभकामनाएँ।

FOR THE MONTH OF MAY

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
1.5.1971 MS No. 203	**SH. RAJESH KUMAR SHARMA,** D-76, Kirti Nagar, New Delhi-110015 M.: 9716771808 rksforall1@yahoo.com
2.5.1948 MS No.31	**SH. MADAN VERMA** C-68, Friends Colony, New Delhi-110065 Mob: 9811680614 vermamadan06@gmail.com
3.5.1940 MS No.84	**SH. HANS RAJ KALRA** C3/361, Janak Puri, New Delhi-110058 Mob: 9582829009 puneetkalra1981@gmail.com
3.5.1991 MS No. 277	**SH. MRIDUL HASIJA** A2-71, Janak Puri, New Delhi-110015 Mob: 9711854665/9013165829 mridul2802@gmail.com
5.5.1950 MS No. 283	**SH. CHANDER PARKASH SETHI** C-68, Kirti Nagr, New Delhi Mob: 9810995479
8.5.1949 MS No. 271	**SH. MAHINDER KUMAR MEHTA** N-59, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9911687055 mahinderkumarmehta@gmail.com
9.5.1960 MS No. 149	**SH. RAJ KUMAR KHERA** D-771, Saraswati Vihar, Pitampura, New Delhi-110034 Mob. 9599222049 rkhera9@gmail.com
9.5.1964 MS No. 51	**SH. JITENDER MINOCHA** F-61, 2nd Floor, Kirti Nagar, New Delhi-110015, Mob: 9911687055 minocha.metropack@gmail.com
9.5.1982 MS No.282	**SH. NIKHIL MEHTA** D-57, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9958012355

FOR THE MONTH OF MAY

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
	nikhil.mehtagmail.com
10.5.1951 MS No.63	**SH. S.K.GROVER** F-68,Ground Floor, Kirti Nagar, New Delhi-110015, Mob: 9811572429 groversk51@gmail.com
13.5.1951 MS No.93	**SH. CHITAR TALWAR** E-94 A, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9873807321
15.5.1942 MS No. 175	**SH. LOKU RAM ARORA** H-14, Old Double Storey Lajpat Nagar-4, New Delhi-110024, Mob: 9810141801 mukul_arora2004@rediffmail.com
15.5.1955 MS No. 238	**SH. GULSHAN AHUJA** 80/39-A, Ist. Floor, Chitranjan Park, New Delhi-110019, Mob: 9953785900 ahuja_gulshan15@yahoo.com
20.5.1964 MS No.304	**SMT. MAMTA MEHTA** 38/13, East Patel Nagar, New Delhi-8 Mob: 98116007525
21.5.1948 MS No.60	**SH. RAVI KHERA** D-85, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9811044791 ravikhera48@gmail.com
22.5.1980 MS No. 234	**SH. MANISH MINOCHA** F-10/B, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9873693669 manish_minocha@yahoo.com

FOR THE MONTH OF MAY

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
29.5.1939 MS No. 302	**SH. BHIM SEN KHERA** M-39, Nirmal Puri, Lajpat Nagar-IV, New Delhi, Mob: 9868903262 kherabhimsen@gmail.com

FOR THE MONTH OF MAY

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
31.5.1936 MS No. 221	**SH. JAGDISH CHANDRA SEHRA** D-55, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob: 9582873270 jcsehra@yahoo.co.in

आपके जन्मदिन पर जो कुछ भी चाहिए, भगवान आपको उसका दोगुना दे।
जन्मदिन की हार्दिक शुभकामनाएँ।

FOR THE MONTH OF JUNE

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
6.6.1938 MS No.174	**DR. M. L. MANCHANDA** Main Bazar, Palwal-1211102,Haryana Mob: 94160666110
6.6.1958 MS No.284	**SH. PARMOD KUMAR BHATIA** F-98, 1st Floor, Kirti Nagar, New Delhi Mob: 9810240447 pkbhatia124@yahoo.co.in
8.6.1952 MS No. 233	**SH. INDRESH CHANDER NANGIA** E-55, First Floor, Front Side, Dayal Bagh Colony,Suraj Kund, Haryana. Mob: 9013495882 e-mail
10.6.1957 MS No.250	**SH. SUNIL KUMAR GUGLANI** 370/Sector-29, Faridabad, 121008, (Hr.) Mob; 8826788001, skg370@gmail.com
12.6.1948 MS No.103	**SH. C.B.ARORA** House No.26, Shri Ram Colony Near Vaish Dharamshala, Sec.-4, Gurgaon, Haryana-122001 Mob.: 9312372216 cbarora6011@gmail.com
15.6.1945 MS No.61	**SH. KANWAL NAIN NAGPAL** F-37, Ground Floor, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob.: 9811744480 e-mail: knnagpal37@gmail.com
17.6.1957 MS No.281	**SH. DILIP LOKNATH BHATIA** 83B, Om Shridhar Smruti Devidas Lane, Borivali (W) Mumbai-400103

FOR THE MONTH OF JUNE

DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
	Mob.: 9820215580 dlp_bhatia@yahoo.com
18.6.1974 MS No. 90	**SH. UMESH KHERA** D-56, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Mob.: 9212081181 email: umeshkhera74@gmail.com
20.6.1955 MS No.134	**SH. RAM SETHI** K-30,1st Floor,MalkaGanj, First Floor, Delhi-110007 Mob.: 9811390074 / 01123856985 e-mail
22.6.1962 MS No.74	**SH.GIRISH MEHTA** 38/13 East Patel Nagar, New Delhi-110008, Mob.: 9811027331 22girish06@gmail.com
26-6-1955 MS No. 265	**SH. ASHOK BATRA** B-95, Pushpanjali Enclave, Pitampura, Delhi-110034, Mob.: 9318618390 batra.ashok@yahoo.com
27.6.1969	**SH. D.HASIJA** S-478,Greater Kailash -1, New Delhi-110048, Mob.: 9810064629 Mob.: hasija@ymail.com
29.6.1944	**SH.VINAI KUMAR MEHTA** KU-10, Vaisakha Enclave,Pitam Pura, Delhi-110034 Mob.: 9810134332/01127345789 vkmehtaca@rediffmail.com

FOR THE MONTH OF JUNE	
DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
30.6.1930	**SH. AMIR CHAND** 52/16A, Faridabad, Haryana-121002 Mob.: 9313037777/0129-2297177 amirjigold@gmail.com

FOR THE MONTH OF JUNE	
DATE	NAME, ADDRESS & CONTACT NO.
30.6.1977 MS No. 246	**SH. SANJAY RAJPAL** D-18-IInd Floor, Jungpura-3 New Delhi-110014 9999699704 / 9999599704 sanjayrajpal2009@gmail.com

आपको जन्मदिन पर ढ़ेर सारी खुशियाँ और सफलता मिले।
जन्मदिन की हार्दिक शुभकामनाएँ।

आपके जन्मदिन के शुभ अवसर पर हम तहे दिल से आपको शुभकामनाएं देते हैं।
आपका साथ और स्नेह हमेशा बना रहे, यही हमारी ईश्वर से दुआएं हैं।

FOR & ON BEHALF OF

RAVI KHERA
Chairman & Admn. Trustee

RAMESH AHUJA
Chief Patron

ADMINISTRATIVE TRUSTEES

Girish Mehta, Dharam Pal Minocha, L.N. Mehta, Surender Kr. Mehta & Anurag Chawla
And
All Patrons, Celebrities, MCM, Executive, Co-opted,Special Invites & Life Members.

मुख्य व्रत-पर्व

अप्रैल 2025

शनिवार – 05 – दुर्गाष्टमी
रविवार – 06 – रामनवमी
शनिवार – 12 – हनुमान जयंती
रविवार – 13 – वैसाखी
बुधवार – 30 – अक्षय तृतीया

मई 2025

सोमवार – 12 – बुद्ध पूर्णिमा

जून 2025

शुक्रवार – 06 – निर्जला एकादशी

इनको आजमाएँ

- मूली के पत्तों के रस में थाड़ी चीनी मिलाकर पीने से पीलिया में लाभ मिलता है।
- थाड़ी सी काली मिर्च पीसकर खट्टी छाछ के साथ देने से पेट के कीड़े मर जाते हैं।
- जुकाम में आंवले का प्रयोग लाभदायक होता है।
- पुदीने की चाय बना, नमक डालकर पीने से खांसी में लाभ होता है।
- खजूर का सेवन दमा में लाभ देता है।
- नींबू के रस को सिर में मालिश करने से बालों का गिरना बंद होता है।
- कच्चा पिसा हुआ जीरा थोड़े गुड़ में मिलाकर लेते रहने से पुराना बुखार दूर हो जाता है।
- टमाटर का नित्य सेवन मधुमेह में लाभ देता है।
- लगातार चुकन्दर खाने से बवासीर व जोड़ों के दर्द में आराम मिलता है।
- चमेली के तेल में कपूर मिलाकर मालिश करने से खुजली में आराम मिलता है।
- गाजर रस के सेवन से शक्ति मिलती है। यह वीर्यवर्धक भी है।
- सूखे मेवों का नित्य प्रतिदिन सेवन दिल के दौरे के खतरे को कम करता है।
- उच्च रक्तचाप में टिण्डे का सेवन लाभकारी है।
- सरसों का तेल नाभि पर लगाने से होंठ नहीं फटते।
- मेथी की सब्जी खाने से कमर दर्द में लाभ मिलता है।
- टमाटर का रस पीने से दांतों का रक्तस्राव बंद होता है।
- नींबू के पानी से कुल्ला करने से मुंह का दुर्गंध दूर होती है।
- आंवला का उबटन चेहरे पर निखार लाता है।
- अनार का रस नक्सीर के रोगियों को लाभ देता है।
- एक गिलास गर्म पानी में बिना चीनी अथवा नमक मिलाए सिर्फ नींबू लेने से धीरे-धीरे से शरीर में स्फूर्ति आती है।
- रात्रि में आम खाकर गर्म दूध पीने से नींद अच्छी तरह आती है।
- अंगूर चबा-चबा कर खाने से घाव शीघ्र भरने में मदद मिलती है।
- बाथु के साग के सेवन से पथरी नहीं बनती।
- आंवला चबा-चबाकर खाने से आवाज साफ होती है।
- दोपहर में अमरूद खाने से पेट साफ होता है।
- पुदीना पीसकर उसका लेप चेहरे पर लगाने से चेहरा निखर जाता है। मुंहासे खत्म हो जाते हैं।
- लहसुन के रस को शरीर पर मलने से गर्मी के कारण शरीर पर निकले लाल चकते दूर होते हैं।
- अजवायन का चूर्ण गर्म पानी के साथ सेवन करने से पेट के कीड़े मर जाते हैं।
- अरंडी के तेल की धीरे-धीरे मालिश करने से जोड़ों की सूजन व दर्द में आराम मिलता है।
- बहुत थोड़ी सी पिसी हुई काली मिर्च सुबह शाम पीने से भूख बढ़ती है।
- थोड़े से गर्म घी में पिसा हुआ कपूर मिलाकर मुंह के छालों पर लगाने सेआराम मिलता है।
- गर्म दूध में रोटी भिगोकर खाने से शरीर मोटा होता है।
- अंगुली पर शहद लगाकर चाटने से हिचकी बंद हो जाती है।
- अजवायन पीसकर शहद में मिलाकर लेप करने से चोट पर जमा खून पिघल जाता है।

संकलन : **प्रियंका बुद्धिराजा**

AMOUNT OF DONATIONS PROPOSED FOR GIVING ADVERTISEMENTS/ MESSAGES FOR REMEMBRANCE / SHARDHANJALI IN THE DERAWAL PATRIKA (W.E.F. 01.08.2023) EXCEPT DERAWAL DAY

1. Adv. for Back Cover page - Full Coloured Page (Quarterly) ...... Rs. 15,000/- Per Annum
2. Adv. for Front Inner page - Full Coloured Page (Quarterly)........ Rs. 11,000/- Per Annum
3. Adv. for Back Inner Page - Full Coloured Page (Quarterly)........ Rs. 11,000/- Per Annum
4. Adv. for Full Page - (Black & White) (Quarterly)......................... Rs. 5,100/- Per Annum
5. Adv. for Half page - (Black & White) (Quarterly).......................... Rs. 3,000/- Per Annum
6. Adv. For inside the Patrika - (Full Page Coloured) .... Rs. 3,000/- (One Time)
7. Messages For Remembrance / Shardhanjali Full Coloured Page .... Rs. 2,000/- (One Time)
8. Messages for Remembrance / Shardhanjali (Full Black & White Page) .... Rs. 1,000/- (One Time)
9. Messages For Remembrance/Shardhanjali - Half Page (Black & White) .... Rs. 500/- (One Time)

VIJAY HURIA

Convener of Sub Committee of Derawal Patrika | Mob 9810248610

Mahinder Budhiraja

Guiness, OMG & Talent World Record Holder

Patron : ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)
Editor : DERAWAL PATRIKA, ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)
Dy. District Governor : LIONS INTERNATIONAL, Distt. 321 A-3 (2023-25)
Chairman : LIONS CLUB DELHI WEST, Lions Intl., Distt. 321 A-3
President : DELHI PRINTERS' ASSOCIATION Regd. (2019-20)
President : DELHI PRINTERS' CLUB
Chief Patron : KIRTI NAGAR RESIDENTS WELFARE ASSN.
Patron : RETIRED PERSONS WELFARE ASSN., Kirti Nagar
Vice President : F-BLOCK KIRTI NAGAR RESI. WELFARE ASSN.
Org. Secy. : THE INDIAN BROTHERHOOD OF MAGICIAN. (Regd.)
Distt. Governor : ALLIANCE CLUBS INTL.,Distt.-139 (2018-19)

- **EMKAY PRINTERS**
- **ROYAL ART PRESS**
- **BUDHIRAJA ENTERPRISES**
- **ABM EVENTS**

F-75, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015 (INDIA)
Tel. : 011-41425446 | (M) 9312241788, 9958466777

E-mail : anujf75@gmail.com

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (REGD.)

DONATION RECEIVED DETAILS FROM JANUARY TO MARCH 2025

R.No.	Name	Amount (Rs.)
44471	PHYSIOTHERAPY, (JANUARY' 2025)	4750
44484	PHYSIOTHERAPY, (FEBRUARY' 2025)	5680
44608	PHYSIOTHERAPY, (MARCH' 2025)	5560
44472	HOMOEOPATHY (JANUARY' 2025)	36100
44486	HOMOEOPATHY , (FEBRUARY' 2025)	44935
44609	HOMOEOPATHY , (MARCH' 2024)	42605
44468	EYE CARE, (JANUARY' 2025)	1400
44482	EYE CARE, (FEBRUARY' 2025)	70
44469	DENTAL, (JANUARY' 2025)	810
44483	DENTAL, (FEBRUARY' 2025)	500
44611	DENTAL, (MARCH' 2025)	1400
44470	ALLOPATHY (JANUARY'2025)	900
44485	ALLOPATHY (FEBRUARY'2025)	210
DONATION		
44464	SHRI JATIN BUDHIRAJA	2000
44465	MAHILA SATSANG MANDALI	500
44473	MAHILA SATSANG MANDALI	500
44477	SHRI VIRENDER PULYANI	500
44479	SHRI INDRESH CHANDER NANGIA	7000
44481	MRS. DIVYA MEHTA	2000
44488	MAHILA SATSANG MANDALI	500
44492	SHRI VINOD RAJPAL	21000
44493	SHRI MADAN LAL DHINGRA	1000
44495	SHRI DHARAM PAL MINOCHA	2100
44496	SMT. SUDESH BHUTANI	5100
44498	M/S. PHILCO INDUSTRIES	5100
44602	SHRI SUDHIR KUMAR SACHDEVA	5000
44590	SHRI LOKESH SACHDEVA	6000
44619	SHRI DINESH KHERA	111000
44500	GULLAK	5000
ADVT.		
44466	SHRI HARVINDER KUMAR SAINI	8500
44474	SHRI RAHUL NANGIA	8500
44476	SHRI NAMIT VERMA (ART OF LIVING)	5500
44489	SHRI NAMIT VERMA (ART OF LIVING)	5500
44494	SHRI KAPIL ARYA (ART OF LIVING)	7500
66604	SHRI NAMIT VERMA (ART OF LIVING)	5500
44605	SHRI PANKAJ KAUSHIK	34000
LIFE MEMBERSHIP		
44491	SHRI RAHUL NANGIA	2100
44499	BRIG. SUDHIR KUMAR SACHDEVA	2100
44601	SHRI SANJIV SACHDEVA	2100
44607	DR. (MRS.) NIRMALA GERA	2100

— **SUNIL DUTT TRIPATHI,** Manager

DONATION (HARIDWAR)

R.No.	Name	Amount (Rs.)
42231	SHRI RAJESH KUMAR SACHDEVA	100000

— **JEEWAN LAL MEHTA,** Manager

DERAWAL SEWA SANGH (Regd.)

38/13, East Patel Nagar, New Delhi-110008

DONATIONS RECEIVED LIST

S.No.	Name	Amount (Rs.)
DONATIONS RECEIVED - JANUARY, 2025		
1.	SH. K.N. NAGPAL (Kirti Nagar)	500/-
2.	MRS. SUSHMA NAGPAL (Kirti Nagar)	300/-
3.	MRS. KOKILA BHUTANI (Ashok Nagar)	200/-
4.	SH. JATIN BUDHIRAJA (Kirti Nagar) In Memory of his Mother Smt. Shashi Budhiraja	1000/-
DONATIONS RECEIVED - FEBRUARY, 2025		
1.	SH. K.N. NAGPAL (Kirti Nagar)	500/-
2.	SMT. SUSHMA NAGPAL (Kirti Nagar)	300/-
3.	MRS. KOKILA BHUTANI (Ashok Nagar)	200/-
4.	MRS. DIVYA MEHTA (Punjabi Nagar) In Memory of her Husband Sh. Nitin Mehta	2000/-
DONATIONS RECEIVED - MARCH, 2025		
1.	SH. K.N. NAGPAL (Kirti Nagar)	500/-
2.	SMT. SUSHMA NAGPAL (Kirti Nagar)	300/-
3.	MRS. KOKILA BHUTANI (Ashok Nagar)	200/-

— **K.N. NAGPAL**
For Secretary, Derawal Sewa Sangh (Regd.)
Mobile : 9811744480

With best compliments from :

K.K. AHUJA

ABISHEK AHUJA

AHUJA IMPEX PVT. LTD.

18, Arihant Nagar,
Rothak Road, Punjabi Bagh,
New Delhi-110026

Phone No. :

9811060959, 9911812430

निःस्वार्थ सेवा

हमारे जीवन का दृष्टिकोण कैसा होना चाहिये? हमारी शिक्षा ऐसी हो कि हम अपने को हर कार्य में दक्ष और कुशल बनायें। विज्ञान की उपलब्धि और सरल शुद्ध भावनाओं से जीवन व्यतीत करने के साथ-साथ अपने संस्कारों और संस्कृति को जीवित रखने के लिये दूसरों की प्राणीजात की निःस्वार्थ सेवा भी करें। सेवा एक ऐसा माध्यम है जिससे मनुष्य अपने जीवन की शक्ति और समय का उचित रूप से प्रयोग कर सकता है।

एक बार महात्मा गांधी जी से किसी जिज्ञासु ने प्रश्न किया कि इस जीवन में सबसे कठिन काम क्या है? गांधी जी ने उत्तर में यही कहा कि मनुष्य के लिये परिश्रम करके दूसरों को भाषण देना, सीख सिखाना सरल है। पढ़ लिख कर ज्ञान अर्जित करना भी सरल है किन्तु निःस्वार्थ भाव से सेवा करनी कठिन है। संत तुलसीदास जी ने भी इस बात का समर्थन किया

'सेवा धर्म कठिन जग जाना'

हमारे राष्ट्रपिता गांधी जी के जीवन की यह महत्त्वपूर्ण घटना है। सेवाग्राम में एक व्यक्ति अत्यन्त रोगी हो गया।

गांधी जी दिन रात उसके उपचार और सेवा में व्यस्त रहते उधर कांग्रेस समिति की आवश्यक बैठक थी और सारी कांग्रेस समिति गांधी जी की प्रतीक्षा में थी। जवाहरलाल नेहरू बहुत झल्लाए और क्रोधित हो गांधी जी से कहा कि आप वैसे तो सभी को समय पर ध्यान करने के लिये समझाते हैं। कांग्रेस समिति की बैठक में आप ही आने में विलम्ब क्यों कर रहे हैं, यह तो उचित नहीं। गांधी जी ने शान्त स्वर में कहा कि आप समिति का कार्य आरम्भ करवा सकते हो। मेरे लिये भी कांग्रेस का कार्य महत्त्वपूर्ण तो है किन्तु इतना भी नहीं मेरे लिये इस रोगी की सेवा इस समय अधिक महत्त्वपूर्ण है। इसका रोग दूसरों को न लग जाये इसलिये आश्रम में दूसरे लोगों ने इसके पास आने से इन्कार कर दिया है तथा कांग्रेस समिति से मेरे लिये इसका उपचार करना अधिक महत्त्वपूर्ण है।

हम सब अमेरिका वासी यदि राष्ट्रपति लिंकन के विषय पर विवरण देखें तो यही सेवा भाव उनके मन में भी था। संसद की एक बैठक के लिये वह अपनी घोड़े की बग्गी में बैठकर राजधानी के लिये जा रहे थे। रास्ते में उन्होंने देखा कि एक सुअर की गर्दन एक नाले के अन्तिम भाग में बुरी तरह से फंसी हुई है। राष्ट्रपति ने सोचा कि यदि इसे किसी ने बाहर न निकाला तो वह शीघ्र ही दम तोड़ देगा। लिंकन बग्गी से उतरे, और उस सुअर को धक्के से बाहर निकाल दिया। सुअर जैसे ही उछल कर बाहर भागा कि सारी कीचड़ के

धब्बे लिंकन की राष्ट्रीय वस्त्रों पर गिर गये। क्षण भर के लिये सोचा किन्तु संसद में समय पर पहुंचना भी आवश्यक समझ कर उसी तरह कैपिटल में पहुच गये। सभी लोग इधर उधर ताक झांक कर रहे थे कि राष्ट्रपति ने कहना शुरू किया कि यह तो एक पशु ही था जिसे मैंने गन्दे नाले से बचाया। मेरा उत्तरदायित्व है कि मैं अपनी प्रजा की रक्षा करना ही मेरा कर्त्तव्य है। प्रसंग में सेवा की भावना है। प्रतिदिन की दिनचर्या में आप कितने भी व्यस्त क्यों न हो सेवा की भावना को अपने मन में उतारे।

ज्ञानी व्यक्ति सबकी सेवा करना सबसे प्रेम रखना ही सच्ची भगवान् पूजा भी है। समाज में कई व्यक्ति प्रशंसा पाने के लिये, कई अपने दु:खों का निवारण करने के लिये सेवा करते हैं किन्तु सच्ची और नि:स्वार्थ सेवा शुभ भावनाओं और हृदय से होती है। क्योंकि

सेवक स्वामी एक मत, मत में मत मिलि जाय।
चतुराई रीझे नहीं, रीझै मन के माय।।

कबीरदास जी ने प्राणीजात को यही शिक्षा दी चालाकी से नहीं परन्तु हार्दिक सेवा भक्ति से ही भगवान् प्रसन्न होते हैं और आपको आत्मसन्तोष भाव का अनुभव होता है।

– महिन्दर बुद्धिराजा

HAVE A HEALTHY & BLISSFUL LIFE

- K.N. Nagpal

- If you care for your lungs avoid smoking.
- If you care for your heart, avoid excess salt.
- If you care for your liver, avoid excessive fatty food.
- If you care for your stomach, avoid cold food.
- If you care for your intestine, replace junk food with vegetables.
- If you care for your pancreas, avoid overfeeding.
- If you care for your kidney drink a lot of water during the day; drink less water at night; empty your bladder before going to bed.
- If you care for your brain, sleep for 8hrs between every 16hours.
- If you care for others, tell them these.

Have a healthy & blissful life!!.......

गूढ़ चेतना से ब्रह्मांड के अस्तित्व की ओर

1. **सुबह – जल्दी उठिए :** उठते ही अपने लिए 45 मिनट निकालिए, यह आपका अनमोल समय है, इसे सोशल मीडिया पर बरबाद न करें। प्रकृति के खुले वातावरण में जाइए, जहाँ शुद्ध, ताजी हवा और हरियाली आपको ऊर्जा से भर दें।
2. **सुबह की धूप :** यह आपके मूड, ऊर्जा और स्वास्थ्य के लिए उत्तम है। यह आपके दिल – दिमाग में खुशी के हार्मोन पैदा करता है। अपने आंगन में बैठकर चाय का आनंद लें।
3. **वर्तमान में जियो (LIVE IN THE MOMENT)** : यह मन के द्वंद्व और तनाव को दूर करता है। जीवन आज है, बीता कल और आने वाला कल अनिश्चितय सिर्फ 'आज' का महत्त्व है।
4. **अपना फोकस बनाए रखें :** मानसिक और भावनात्मक मजबूती, शारीरिक सक्रियता से जुड़ी है। एक संतुलित आहार से सही पोषण मिलता है। सिर्फ 15 – 20 मिनट की तेज सैर या किसी मुस्कुराते मित्र से मुलाकात आपके दिन को रोशन कर देती है।
5. **आभार जताएं :** हम अक्सर अपनी कमियों और नकारात्मकताओं पर ध्यान देते हैं। छोटी – छोटी बातों का आभार मानें। ये आपके मन में सरलता और मधुरता भरते हैं। आपके कीमती कमेंट्स और रिव्यूज का स्वागत है!
6. **सजग रहें :** 'वर्ड हेल्थ के अनुसार' बिना किसी विशेष चीज पर धयान दिए, वर्तमान पल का अनुभव करें। धीरे – धीरे साँस लें और छोड़ें 'हर पल को खुशी से जीना सीखें।' यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया की शोध से पता चलता है कि ध्यान से तनाव, दर्द, उच्च रक्तचाप और अन्य मानसिक समस्याओं में राहत मिलती है। यह शांत, सुकून भरा जीवन प्रदान करता है।
7. **अपनी चेतना की गहराई में झाँकें :** एक सर्वे के अनुसार, दुनिया में केवल एक – तिहाई लोग अपने जीवन से संतुष्ट हैं, जबकि अधिकांश बाहरी दिखावे में उलझे हैं। अपने अंदर की जिज्ञासा और ऊर्जा को जगाइए ताकि आपकी चेतना प्रबुद्ध हो सके।
8. **गूढ़ चेतना से ब्रह्मांड से जुड़ें :** रुक कर सोचिए – जो कार्य आपको आनंद देते हैं, जैसे पेंटिंग, संगीत, बागवानी, लेखन, योग, प्राणायाम या प्रकृति का सानिध्यय ये आपके जीवन को खुशियों से भर देते हैं। ये अनुभव आपकी आंतरिक चेतना के विकास में सहायक हैं :
   - अपने दिल में जिज्ञासा और ऊर्जा बनाए रखें और ब्रह्मांड के अस्तित्व से जुड़ जाएँ।
   - याद रखिए, आपका जीवन का उद्देश्य आपके करियर से भिन्न है।
   - महर्षि पतंजलि कहते हैं कि गहराई से आत्मनिरीक्षण करना ही असली जीवन का मकसद है।

–प्रो. सुदेश गोगिया
बी – 4, सफ्दरजंग एन्कलेव, नई दिल्ली – 29

Derawal
Health Care Centre

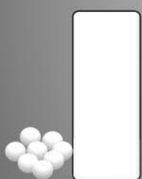
Devoted to the health Care of the Needy

Charitable Services

EYE CARE CENTRE
Tuesday and Friday
Timing :
05:00 pm to 06:00 pm

DENTAL UNIT
Monday-Thursday-Friday
Timing :
10:00 am to 11:30 am

ALLOPATHY
Monday To Saturday
Timing :
04:00 pm to 5:30 pm



HOMEOPATHY
Monday to Saturday
Timing :
04:30 pm to 06:00 pm

PHYSIOTHERAPY
Monday to Saturday
Timing :
04:00 pm to 06:00 pm

MEDICAL CHECKUP
Monday to Saturday
Timing :
10:00 am to 01:30 pm

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

Bank Details :	Name	:	All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.)
	Name of Bank	:	Union Bank of India
	Branch	:	Kirti Nagar, New Delhi-110015
	Account No.	:	520401000076469
	IFS Code	:	UBIN0905739

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

F-27&28, Kirti Nagar, New Delhi-110015 • Tel : (Delhi) 9250810522, (Haridwar) 01334-2272211, 9359946520
Email: delhi@derawalsahayaksabha.com • Web: www.derawalsahayaksabha.com

DERAWAL DAY'S FELICITATION AND THANKSGIVING CEREMONY

To celebrate the success of the 62nd Annual Derawal Day, the Sabha organized a Felicitation and Thanksgiving Ceremony on March 22, 2025, at the Banquet Hall in Naraina, New Delhi. It was a grand success. The event was organized to honor distinguished guests, including **Dera Atti Vashisht Brig. Sudhir Kumar Sachdeva as Chief Guest, Dera Vashisht Shri Rajiv Sachdeva as Guest of Honor,** and their brother **Shri Rajesh Sachdeva.**

The ceremony also recognized the selfless contributions of dedicated Sabha members, including Co-opted, Executives, and Managing Committee members, Patrons, Chief Patron, and Administrative Trustees. They were given collages and flowerpots as a token of appreciation.

HIGHLIGHTS OF THE PROGRAM :

- ***Honoring Our Distinguished Guests :*** *The Sachdeva brothers and their spouses have been honored by the Sabha for their contributions.* Shri Ravi Khera, the Chairman and Administrative Trustee, presented the Collage and Flowerpot as a gesture of appreciation, which creates unforgettable remembrances for them.
- ***Cultural Performances*** **:** A singer from a reputable musical group entertained the audience with beautiful songs throughout the program.
- ***Recognition of Dedicated Members*** : The Sabha honored **its dedicated members** and their spouses with a collage and flowerpots as tokens of appreciation by various dignitaries of the Sabha.
- ***Certificate of Appreciation*** : The Sabha has the privilege of honoring our Chairman and Administrative Trustee, **Mr. Ravi Khera, with a Certificate of Appreciation** for his untiring

services and valuable guidance throughout the years, which created an unforgettable memory in his life.

- *Entertainment* **:** Mesmerizing **Shero-Shayari** by **Mr. Ramesh Kathuria and Mr. Dharam Pal Minocha** was acclaimed with a lot of thumping applause. Mr. Jitender Minocha, Mrs. Sudesh Mehta, and Mr. Vinai Mehta, the Sabha members, **sang songs** and entertained the audience. Some guests danced to the melodies, adding to the cheerful atmosphere.
- **Mr. Parmod Bhatia,** the Sr. Vice President, and **Mr. Mohit Ahuja**, the Secretary, managed the Stage as anchors in a very perfect manner.

To recall the memories of the **62nd Derawal Annual Day event**, the Sabha displayed pictures of the Award presentation to distinguished Guests and Sabha Dignitaries on a big Screen.

The guests enjoyed tasty snacks throughout the program and a delicious dinner at the end.

–Ravi Khera

शुभ कामनाओं सहित

रिश्ते ही रिश्ते

विवाह सम्बन्धी सेवा के लिए सम्पर्क करें :

Prabhu Dayal Satija
चेयरमैन
(9871053202)

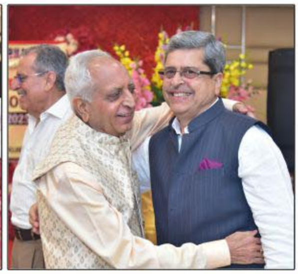
Ashutosh Sharma
महामंत्री
(9312105617)

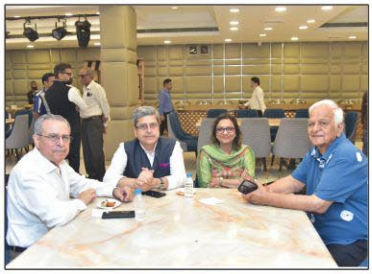
डेरावाल सहायक समिति (रजि०)

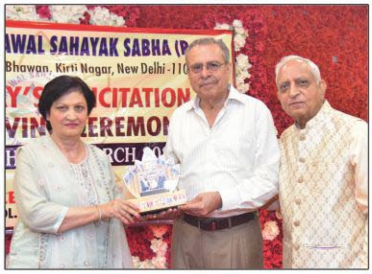
साउथ दिल्ली, पहली मंजिल, प्राचीन
शिव शक्ति मंदिर, लोधी होटल के सामने निजामुददीन, नई दिल्ली- 110013

शनिवार एवं प्रत्येक रविवार प्रातः 11 बजे से दोपहर 2 बजे

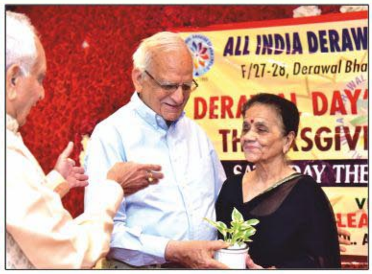
GLIMPSES OF DERAWAL DAY'S FELICITATION AND THANKSGIVING CEREMONY ON 22nd MARCH 2025

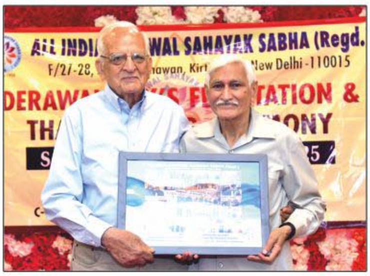


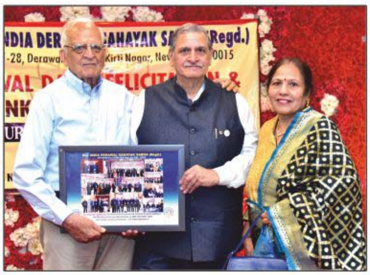


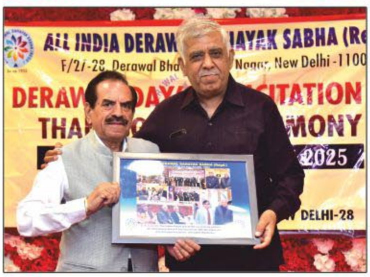


GLIMPSES OF DERAWAL DAY'S FELICITATION AND THANKSGIVING CEREMONY ON 22nd MARCH 2025









GLIMPSES OF DERAWAL DAY'S FELICITATION AND THANKSGIVING CEREMONY ON 22nd MARCH 2025

सेवा परमोधर्म

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

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

Since 1955

CERTIFICATE OF APPRECIATION

All India Derawal Sahayak Sabha expressing heartfelt gratitude to Shri Ravi Khera, revered as DERA RATTAN, for his tireless dedication and invaluable guidance as Chairman and Administrative Trustee. His leadership has been a beacon of motivation, inspiring the entire management team and committee members to strive for excellence.

Under his visionary leadership, the Sabha has achieved remarkable milestones fostering a sense of community and solidarity among its members. His selfless commitment to the Sabha's growth and development is truly commendable.

As a token of appreciation, the Sabha acknowledges Shri Ravi Khera's instrumental role in boosting the morale of its members, installing a sense of pride and purpose within the organization.

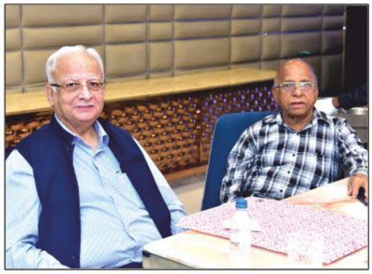
SHRI RAVI KHERA

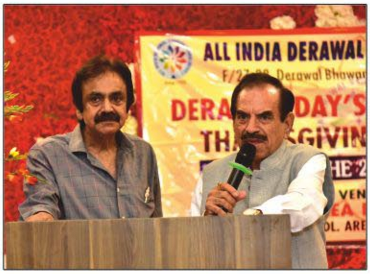
Chairman & Administrative Trustee

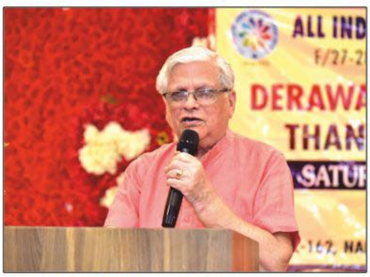
22nd March, 2025

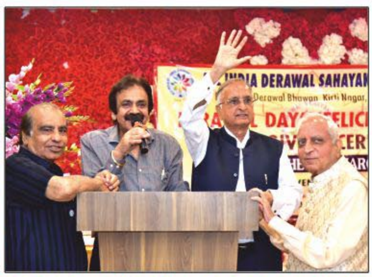
BHARAT BHUSHAN AHUJA	PRAMOD BHATIA	SAMEER GROVER	RAMESH KATHURIA	MOHIT AHUJA	SURESH KR. GULATI	MOHNISH TARNEJA
President	Sr. Vice President	Vice President	Gen. Secretary	Secretary	Treasurer	Jt. Secretary

GLIMPSES OF DERAWAL DAY'S FELICITATION AND THANKSGIVING CEREMONY ON 22nd MARCH 2025









GLIMPSES OF SHRI SUNDAR KAND PATH ON THE EVE OF HOLI ON11th MARCH 2025

GLIMPSES OF SHRI SUNDAR KAND PATH ON THE EVE OF HOLI ON11th MARCH 2025

IN LOVING MEMORY OF

LATE SMT RADHA BAI BHUTANI

(1912 to 07-01-1971)

M/o Late Shri Dharm Vir Bhutani

LATE SHRI FATEH CHAND BHUTANI

(1904 to 01-06-1980)

First Auditor of Derawal Sahaya Sabha (1960)

F/O Late Shri Dharm Vir Bhutani

Their Warmth, Kindness and Laughter Will Forever Remain in Our Hearts

Fondly Remembered by :

SUDESH BHUTANI

(Daughter-in-Law)

and

Grand Daughters & Great Grand Children

REMEMBRANCE IN EVERLASTING AND LOVING MEMORY OF

(10-06-1914, 14-03-1972)

LATE SHRI BHAGWAN DASS MEHTA

(CHIEF ACCOUNTANT IN DALMIA CEMENT (BHARAT) LTD.,
NEW DELHI

One of the Founding Fathers of

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

Derawal Bhawan, Kirti Nagar New Delhi-110015

DERAWAL BHAWAN HARIDWAR

and

FOUNDER OF DERAWAL SEWA SANGH (Regd.)

38/13, East Patel Nagar, New Delhi-110008

Deeply missed and fondly remembered by :

PREM BHUTANI
(H/o LATE SMT. JUGESH BHUTANI)
57/9, RAJPUR ROAD, DEHRADUN (UTTRAKHAND)

REKHA MEHTA
(W/o LATE SH. YASHPAL MEHTA)

GIRISH MEHTA & MAMTA MEHTA
38/13, EAST PATEL NAGAR, NEW DELHI-110008

Grand Children
RASHMI MEHTA
SANJAY BHUTANI

NEETU KHATTRI (U.S.A.)
PANKAJ MEHTA

NEHA MEHTA CHOPRA
DR. NAINA MEHTA (MBBS & MD)

नाभी कुदरत की एक अद्‌भुत देन है

एक 62 वर्ष के बुजुर्ग को अचानक बांई आंख से कम दिखना शुरू हो गया। खासकर रात को नजर न के बराबर होने लगी। जांच करने से यह निष्कर्ष निकला कि उनकी आंखे ठीक है परंतु बांई आंख की रक्त नलीयां सूख रही है, परन्तु रिपोर्ट में यह सामने आया कि अब वो जीवन भर देख नहीं पायेंगे।.... मित्रों यह सम्भव नहीं है..

मित्रों हमारा शरीर परमात्मा की अद्‌भुत देन है. ..गर्भ की उत्पति नाभी के पीछे होती है और इस नाभी का उसके माता के साथ जुडी हुई नाडी से पोषण मिलता है इसलिए मृत्यु के तीन घंटे तक नाभी गर्म रहती है।

गर्भधारण के नौ महीनों अर्थात 270 दिन बाद एक सम्पूर्ण बाल स्वरूप बनता है। नाभी के द्वारा सभी नसों का जुडाव गर्भ के साथ होता है। इसलिए नाभी एक अद्‌भुत भाग है।

नाभी के पीछे की ओर पेचूटी या navel button होता है जिसमें 72000 से भी अधिक रक्त धमनियां स्थित होती है। अगर सारी धमनियों को जोड़ा जाए तो उनकी लम्बाई इतनी हो जायेगी कि पृथ्वी के गोलाई पर दो बार लपेटा जा सके।

नाभी में गाय का शुद्ध घी या तेल लगाने से बहुत सारी शारीरिक दुर्बलता का उपाय हो सकता है : –

1. **आंखों का शुष्क हो जाना, नजर कमजोर हो जाना, चमकदार त्वचा और बालों के लिये उपाय...**

   सोने से पहले 3 से 7 बूंदें शुद्ध घी और नारियल के तेल नाभी में डालें और नाभी के आसपास डेढ ईंच गोलाई में फैला देवें।

2. **घुटने के दर्द में उपाय :**

   सोने से पहले तीन से सात बूंद इरंडी का तेल नाभी में डालें और उसके आसपास डेढ ईंच में फैला देवें।

3. **शरीर में कमपन्न तथा जोड़ों में दर्द और शुष्क त्वचा के लिए उपाय : –**

   रात को सोने से पहले तीन से सात बूंद राई या सरसों का तेल नाभी में डालें और उसके चारों ओर डेढ ईंच में फैला देवें।

4. **मुंह और गाल पर होने वाले पिम्पल के लिए उपाय: –**

   नीम का तेल तीन से सात बूंद नाभी में उपरोक्त तरीके से डालें।

नाभी में तेल डालने का कारण :

हमारी नाभी को मालूम रहता है कि हमारी कौन सी रक्त वाहिनी सूख रही है, इसलिए वो उसी धमनी में तेल का प्रवाह कर देती है।

जब बालक छोटा होता है और उसका पेट दुखता है तब हम हिंग और पानी या तैल का मिश्रण उसके पेट और नाभी के आसपास लगाते थे और उसका दर्द तुरंत गायब हो जाता था। बस यही काम है तेल का ।

'घी और तेल नाभी में डालते समय ड्रापर का प्रयोग करें, ताकि उसे डालने में आसानी रहे।'

लेख : **योगाचार्य हरिश भाई वैद**, बडौदा

प्रस्तुत कर्ता :

विश्वकर्मा भाई सावरकूंडला

गुजरात।

PRAVEEN KATARIA
9311540758
Showroom Mobile
7011102280
BRANDED MILLS AUTHORISED SHOWROOM
FANCY
CLOTH EMPORIUM
Retailer & Wholesaler
★ Fabrics
★ Readymade
★ Sarees
★ Bed Sheets
★ Towels
★ Gift Packs
★ Office Uniform
★ (Male & Female)
Shop No.30, C-4-E DDA Market,
Janak Puri, New Delhi-110058,
Near Prem Chinese Food.
E-mail : fancyjanakpuri@yahoo.in

DERAWAL SAHAYAK SAMITI (REGD.) SOUTH DELHI

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

FREE MATRIMONIAL SERVICES

Every Saturday & Sunday 11 AM to 2 PM

PROFESSIONALS/PVT. SERVICE/GOVT. SERVICE BOYS :

01. 32(+) years (17.12.92, Noida), Height 5'-11", Fair, Normal Built, MBA in operation management, Working with Taj Hotels and Resort as Assistant at New Delhi, Earning Rs. 8.00 Lakhs PA, Contact, Ph. 9911699123, 7503726468, Suitable working girl required.

02. 28(+) years (20.05.96, 07.40 AM, Delhi), Height 5'-7", Fair, MBA, Working with British Council, Earning Rs.05.00 Lakhs PA, Contact his father Sh. Ajay Khera, Ph. : 9899109354, Suitable working girl required.

03. 29(+) years (08.03.96, Delhi), Height 5'-6", Fair, Slim, B.Tech from GGSIPU, Singhal family boy, working as Sr. Project Engineer with a MNC in Gurugram, Earning Rs.10.00 Lakhs PA, Contact his father Sh. Ashish Kumar Singhal, Ph. : 9212305640, 9212474342, Suitable working girl required.

04. 33(+) years (05.08.91, 07.00 AM, Prayagraj), Height 5'-9", Fair, Normal Body, PGDBA(MBA), Working as Senior Executive with DTDC at Delhi, Earning Rs.6.00 Lakhs PA, Contact Ph. : 9807787194, Suitable working girl required.

05. 32(+) years (26.06.92, 11.42 AM, Delhi), Height 5'-8", Fair, Slim, Using Specs, Masters from USA, Dera Ghazi Khan family boy, Working as Sr. Software Engineer in USA, Earning $90,000/- PA, Contact his father Sh. Ramesh Kumar, Ph. : 9968280134, 9717647071, Suitable educated girl willing to shift to USA required.

06. 30(+) years (08.05.94, 10.38 AM, Delhi), Height 5'-10", Fair, 75 Kgs., CA, Layalpur family boy, Working as Finance Manager in company at Okhla, Earning Rs.19.00 Lakhs PA, Contact his father Sh. Bhupender Nath Mehndiratta, Ph. : 9868432401, Suitable working girl required.

07. 27(+) years (28.08.97, 06.00 AM, Delhi), Height 5'-2", Fair, Medium body, B.Tech.(CSE), Using specs, Dera Ghazi Khan family boy, Working as Software Engineer with Bank of Australia in Banglore, Earning Rs. 20.00 Lakhs PA, Contact His Father Sh. Dinesh Kumar Wadhwa, Ph. : 9818451030 , Suitable working girl required.

08. 29(+) years (24.04.94, 06.10 AM, Delhi), Height 5'-11", Fair, Normal Built, BA, Working as Store Manager, Earning Rs.45,000/- PM, Contact his father Sh. Moolchand Nasa, Ph. : 9891544259, Suitable girl required.

09. 34(+) years (27.12.90, 02.35 PM, Delhi), Height 5'-7", Fair, Normal Built, MBA from ICFAI University, B.Tech from Apeejay College, Working as Senior Consultant with US Based MNC, Earning Rs.30.00 Lacs PA, Contact his mother Smt. Shashi Sharma, Ph. : 9999931415, Brother Sh. Tushar Sharma, Ph. : 9916349955, Suitable girl required.

10. 37(+) Years (30.11.87, 06.45,PM Delhi), Height 6', Fair, B.Com Working with Customer Service Consultant, Earning Rs. 5 LPA , Father Sh. Charanjeet Bhutani Mother (Housewife) Brother 1 (Married) settled in USA, Own house at Noida, Contact:. 9899565268, 9811738830

11. Pahuja Boy 40(+) Years (23.12.84, 09.15, AM Delhi), Height : 5'-9", Weight : 69 Kg., B.Com from Delhi University & Post Graduate Diploma in 3D Animation and Visual Effects works as Lead Graphic Designer, Package : INR 7,00,000/- at Polygon Media, Noida Owned House : Pitampura & Flat in Noida, Contact : 88848 35654.

12. 33 (+) 7.11.1991, Height 5'-11", (Time: 5:58 PM, Delhi), M.Com, CA-INT, Self Employed, Earning Rs.15 to 17 Lakh PA, Dera Ghazi Khan Family Oriented, Understanding Girl preferred, Contact Mrs. Rajpal, Mob.: 09213105067, 9213903469. Service girl required.

BUSINESS BOY :

01. 42(+) years (14.02.83, 03.00 PM, Delhi), Height 5-8", Fair, Normal Weight, Graduate, Dera Ghazi Khan family boy, Doing business of News Paper Distribution at GK-1, Earning Rs.5.00 Lakhs PA, Contact his father Sh. Hari Kishan Chugh, Ph. : 9990511380, 8368835717, Suitable girl required.

02. 31(+) years (17.08.93, 11.22 AM, Delhi), Height 5'-8", Fair, Medium built, MBA, LLB, Running his own business at Okhla, Sangam Vihar, Earning Rs.25-30 Lakhs PA, Contact his father Sh. Suresh Kumar Arora, Ph. : 9810930930, Suitable working/non-working girl required.

03. 40(+) years (05.05.84, 06.35 AM, Delhi), Height 5'-10", Fair, Slim, 12th Pass, Dera Ghazi Khan family boy, Running his own business of Water Supply at Sriniwas Puri, Earning Rs.30-40,000/- PM, Contact his father Sh. Uttam Kumar Ahuja, Ph. : 9810407869, 9899304411, Suitable girl required.

04. 31(+) years (14.09.93, 03.11 AM, Delhi), Height 5'-10", Fair, Strong built, BA in programming from Delhi University, B.Ed. from CCU, Dera Ghazi Khan family boy, Business partner in Motilal Oswal, Doing business of Mutual

Fund, Earning Rs.30,000/- PM, Contact his father Sh. G.K. Ahuja, Ph. : 9650752375, 8826458261, 011-24370028, Suitable educated girl required.

05. 30(+) years (08.11.94, 05.25 PM, Sri Dungar Gargh, Rajasthan), Height 6'-1", Fair, Medium body, Using specs, M.Com., Rajasthan family boy, Doing his own business of computer parts at Nai Sarak, Earning Rs.10 to 12 Lakhs PA, Contact his father Sh. Pardeep Pugalia, Ph. : 9810145532, suitable educated girl required.

06. 31(+) years (20.08.93, 12.44 PM, Delhi), Height 5'-10", Fair, Average built, MBA, Assist. father in family business of Paints Manufacturing at Okhla, Earning Rs.30.00 Lakhs PA, Contact his mother Smt. Arya (Arora), Ph. : 9873484948, 011-40000696, Suitable working/non- working girl required.

07. 36(+) years (26.10.88, 07.05 AM, Delhi), Height 5 feet, Fair, Normal built, 12th pass, Doing Retail Business of Garments at New Friends Colony, Earning Rs.20-25 Lacs PA, Contact his father Sh. Rajinder Arora, Ph. : 9810066373, Suitable girl required.

MANGLIK BOY :

01. 32(+) Years (11.10.92, 05.34 PM, Delhi), Height 5'-6", Fair, Healthy body, MBA, Dera Ghazi Khan family boy, Working with MNC in Gurugram, Earning Rs.10-15 Lacs PA, Contact his father Sh. Deepak Arora, Ph. : 9868664562, Suitable working girl required.

02. 32(+) years (25.10.92, 12.15 AM, Delhi), Height 5'-8", Fair, Slim, Using specs, MBA, Dera Ghazi Khan family boy, Working with Pacific BPO, Noida, Currently work from home, Earning Rs. 50,000/- PM + Rental income, Contact his father Sh. Raj Kumar Arora, Ph. : 9911883709, 9990762327, Suitable girl required.

03. 30(+) years (01.08.94, 02.40 PM, Delhi), Height 5'-11", Fair, Normal built, B.TECH., MBA from ITM Mumbai, Working as Channel Partner Manager with IT product company, Earning Rs.20 Lacs PA, Contact his father Sh. Girdhar Gopal Sharma, Ph. : 9811111389, Suitable girl required.

GIRLS

PROFESSIONALS/PVT. SERVICE/GOVT. SERVICE/TEACHER

01. 27(+) years (13.02.98, 11.45 AM, Delhi), Height 5'-2", Fair, Slim, M. Science, B.Ed. in Biotech, Dera Ghazi Khan family girl, Working as a Teacher in reputed Pvt. School at Pusprning Vihar, Earning Rs.76,000/- PM, Contact her father Sh. Sanjay Taneja, Ph. : 9810173285, Suitable educated, Well settled boy required.

02. 29(+) years (25.10.95, 04.10 PM, Delhi), Height 4'-9", Fair, Slim, MCA, Working with Patent Department in Delhi, Earning Rs.4.20 Lacs PA, Contact her father Sh. Navneet Nayyar, Ph. : 9910846212, Suitable boy required.

03. 27(+) years (28.08.97, 06.00 AM, Delhi), Height 5'-2", Fair, Medium built, B.Tech., CSE, Working as Data Engineer with Bank of Australia in Banglore, Earning handsome salary, Contact her father Sh. Dinesh Kumar Wadhwa , Ph. : 9818451030, Suitable boy required.

04. 27(+) years (25.07.97, 05.00 PM, Delhi), Height 4'-8", Fair, Normal built, MA, DEIED, Rajasthan Family Girl, Working as Teacher in Govt. School at Nehru Nagar, Earning, Rs.20.00 Lakhs PA, Contact her father Sh. Ved Prakash, Ph. : 8860414621, Suitable boy required.

05. 28(+) years (03.01.97, 10.50 AM, Delhi), Height 5'-1", Fair, Slim, B. Design (4 year) Course from Apeejay University, Working as Fashion Designer with a Design House in Punchsheel Park, Earning Rs.32,000/- PM, Contact her mother Smt. Suman Taneja, Ph. : 9899404382, Suitable boy required.

06. 28(+) years (17.11.95, 02.40-02.45 AM, Delhi), Height 5'-2", Fair, Slim, MBA in Finance, Working with MNC, Earning Rs.6.25 Lacs PA, Contact her mother Smt. Jyoti Magun, Ph. : 7533027012, Suitable boy required.

07. 27(+) years (04.08.97, 11.14 AM, Delhi), Height 5'-1", Fair, Slim, BA, Pursuing MA, Working as Admin. Manager in Reliance Industries, Earning Rs.30,000/- PA, Contact her mother Smt. Mamta, Ph : 9971319742, Suitable boy required.

08. 26(+) years (16.12.98, Delhi). Height 5'-6", Fair, Slim, B.Ed, from Delhi University, Derawal family girl, Working in G.D. Goenka School as English Teacher, Contact her mother Mrs. Seema Sehra, Ph : 9818639407, Suitable boy required.

DIVYANG GIRL :

01. 40(+) Years (27.03.85, Delhi), Height 5'-1", Fair, Slim, BA, MA in Music, 70% handicap girl, Working with All India Radio, Earning Rs.20,000/- PM, Contact her father Sh. Shri Prakas, Ph. : 9971160685, Suitable boy required.

– **Ashutosh Sharma**

9312105617

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

OUR SOURCE OF INSPIRATION

सभा उन सदस्यों को भी श्रद्धांजलि दे रही है जिनका डेरावाल पत्रिका के पिछले प्रकाशन (जनवरी–फरवरी–मार्च) के बाद निधन हो गया था।

Your warmth, kindness and loving nature are etched in our memory

DATE	NAME & ADDRESS
10-02-2025	**LATE SMT. KUSUM LATA PULYANI** W/o Late Sh. Baldev Raj Pulyani, WZ-23, Gali No.8, Krishna Puri, Tilak Nagar, New Delhi-110018
22-02-2025	**LATE SH. NITIN MEHTA** Husband of Smt. Divya Mehta Punjabi Bagh, New Delhi-110026
26-02-2025	**LATE SMT. USHA ARYA** Mohter of Pinku, Anu and Preeti

APRIL

सभा के पूर्व मार्गदर्शक

हमारी प्रेरणा स्रोत

Your contribution to All India Derawal Sahayak Sabha is a great inspiration for all of us.

13-04-1987	**LATE SH. AMAR NATH MEHTA** One Of Our Founding Fathers & Former Vice President & Editor of Derawal Patrika Kirti Nagar, New Delhi
22.04.2000	**LATE SH. YASH PAL MEHTA** Guest of Honour at Annual Derawal Day (1999), & Former Patron, East Patel Nagar, New Delhi-110008.
26-04-2004	**LATE SH. TIRATH DAS MEHTA** One Of Our Founding Fathers Former Patron & President, Kirti Nagar New Delhi
13-04-2019	**LATE SH. MOHAN LAL MEHTA** One Of Our Founding Fathers & Life Time Achievement Awardee (2015), Kirti Nagar, New Delhi
25-04-2021	**LATE SH. A. S. CHAUDARY** Dera Bhushan Awardee (2015), Former Patron & Recipient of Trophy & Shawl Saropa, Rajender Ngr., New Delhi

DATE	NAME & ADDRESS
	डेरावाल बिरादरी–समाज सेवी
28.04.1993	**LATE SH. GOPAL DAS DHINGRA** Kirti Nagar, New Delhi
17.04.1995	**LATE SMT. LAXMI DEVI** Ramesh Nagar, New Delhi
04.04-1996	**LATE SH. PURAN CHAND SACHDEVA** Kirti Nagar, New Delhi
20-04-1986	**LATE SMT. SONI BAI MEHTA** West Patel Nagar, New Delhi
01.04.1998	**LATE SH. JAGNAN NATH HASIJA** Greater Kailash, New Delhi
16.04.2004	**LATE SH. JAGAN NATH MEHTA** West Patel Nagar, New Delhi
17-04-2004	**LATE SH. ASHOK MEHTA** Kirti Nagar, Kirti Nagar
19.04.2005	**LATE OM PARKASH MEHTA** Janakpuri, New Delhi
02.04.2006	**LATE SH. RAMESH AHUJA** Ramesh Nagar, New Delhi
16-04-2006	**LATE SMT. SARLA SEHRA** Janakpuri, New Delhi
07-04-2010	**LATE SH. YASH PAL GROVER** Old Rajender Nagar, New Delhi
08-04-2010	**LATE SH. YASH PAL WADHWA** East Patel Nagar, New Delhi
30-04-2012	**LATE SH. SUDHIR MAKHIJA** Mansarover Garden, New Delhi
16-04-2018	**LATE SMT. VIDYAWATI KHERA** Kirti Nagar, New Delhi
01-04-2019	**LATE SH. DURGA PARSAD RAJPAL** Kirti Nagar, New Delhi
12-04-2021	**LATE SH. RAJENDER MEHTA** Maya Enclave, New Delhi
26-04-2021	**LATE SH. MANOHAR LAL KUMAR** Kirti Nagar, New Delhi
27-04-2021	**LATE SMT. SUNILA NAGPAL** Kirti Nagar, New Delhi
05-04-2022	**LATE SH. MADAN LAL BHUTANI** Kirti Nagar, New Delhi
18-04-2023	**LATE SH. HARISH HURIA** Elder brother of Sh. Vijay Huria, Patron AIDSS. (Pennsylvania USA)

डेरावाल बिरादरी-समाज सेवी

DATE	NAME & ADDRESS
23.04.2023	**LATE SH. YUDHIR NATH (DIMPLE)** Son-in-law of Sh. Guru Dutt Rakheja in Surat (Gujrat)
15.04.2024	**LATE SH. VINOD KUMAR SETHI** H.No. 69, 1st Floor, Street No. 6, Krishna Park Extn., New Delhi-11008
24.04.2024	**LATE SH. VIJAY KUMAR MAHAJAN.** Block No. 8, Mandir, Moti Nagar, New Delhi-110015
27.04.2024	**LATE SH. PRITAM LAL BHATIA** Uncle of Sh. Parmod Bhatia, Exc.Member, K-84, Kirti Nagar, New Delhi-110015
15-04-2025	**LATE SMT. SANTOSH KUMARI SHARMA** Mother of Sh. Ashutosh Sharma B-24, Dayanand Colony, Lajpat Nagar-IV, New Delhi-110024
16-04-2025	**LATE SMT. SUSHIL BHUTANI** W/o Sh. Y.K. Bhutani Resi.: F-53, Kirti Nagar, New Delhi-110015
18-04-2025	**LATE SH. MAHIPAL BUDHRAJA** of Mother Divine Public School, Rohini Resi.: C-2090A, Sushant Lok-1, Gurgaon
22-04-2025	**LATE SH. NARINDER KUMAR KHANNA** Brother-in-Law of Late Sh. M.M. Mehta Resi.: E-15, Moti Nagar, New Delhi-110015

MAY

सभा के पूर्व मार्गदर्शक
हमारी प्रेरणा स्रोत

You were Noble soul of God. An outstanding Personalities, Educationist & Philanthropis.

DATE	NAME & ADDRESS
21.05.2000	**LATE SHRI SHAM LAL MEHTA** Former Patron & President, West Patel Nagar, New Delhi
27.05.2005	**LATE SMT. SHANTI DEVI MEHTA** Guest of Honour at Annual Derawal Day 1993, W/o Late Sh. Sham Lal Mehta, Former President, West Patel Nagar, New Delhi
24-05-2011	**LATE SH. RADHEY SHAM DHINGRA** One Of Our Founding Fathers, Special Invitee & Recipient of Tropy & Shawal Saropa, Kirti Nagar, New Delhi
23-05-2022	**LATE SMT. SHAKUNTLA BHATIA** Guest of Honour at Annual Derawal Day (2015), Pitampura, New Delhi

डेरावाल बिरादरी-समाज सेवी

DATE	NAME & ADDRESS
28.05.1998	**LATE SMT. RAM DEVI MEHTA** W/o Late Shri Hira Nand Mehta, One of our Founding Fathers, Kirti Nagar, New Delhi
27.05.2002	**LATE SMT. BIMLA RANI SETHI** W/o Late Sh. Mohan Lal Sethi, Patron, Kirti Nagar, New Delhi
15-05-2003	**LATE SH. JATINDER K. SACHDEVA** Kirti Nagar, New Delhi
20.05.2005	**LATE SH. PEAREY LAL GUGLANI** U.S.A
14-05-2011	**YASHWANTI CHHABRA** Kirti Nagar, New Delhi
03-05-2012	**LATE SMT. ASHA CHHABRA** Kirti Nagar, New Delhi
04-05-2015	**LATE SH. BALDEV RAJ BHATIA** Pitampura, New Delhi
17-05-2016	**LATE SH. PUSHP RAJ MEHTA** West Patel Nagar, New Delhi
18-05-2017	**LATE SMT. SHANTI DEVI MEHTA** Kirti Nagar, New Delhi
13-05-2018	**LATE SMT. SANTOSH MEHTA** Moti Nagar, New Delhi
13-05-2018	**LATE SH. J. SARIA** Kirti Nagar, New Delhi
18-05-2018	**LATE SH. N. D. NANGIA** Kirti Nagar, New Delhi
28-05-2018	**LATE SMT. SAVITRI MADAN** W/o Sh. D. N. Madan, Guest of Honour at Annual Derawal Day (2015) Tarun Enclave, New Delhi
04-05-2021	**LATE SMT. SAROJ SEHRA** Janakpuri, New Delhi
09-05-2021	**LATE SH DAVINDER GIRDHAR** Faridabad, Haryana
13-05-2021	**LATE COL. UPENDER K. VERMA** Pitampura, New Delhi

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

OUR SOURCE OF INSPIRATION

डेरावाल बिरादरी-समाज सेवी

DATE	NAME & ADDRESS
29-05-2021	**LATE SMT. SANGEETA CHAUDHARY** Daughter in law of Late Sh. A.S. Chaudhrary, Awardee of Dera Bhushan(2015) & Former Patron, Rajender Nagar, New Delhi
04.05.2022	**LATE SH. BAL KISHAN TANEJA**
05.05.2023	**LATE SMT. SHASHI HANS** W/o Sh. Hemant, F-10 Kirt Nagar, New Delhi

Your presence is left inour heart's day & night. On this day we pray to God to grant peace to your Noble Soul. Deeply missed by

JUNE

सभा के पूर्व मार्गदर्शक

हमारी प्रेरणा स्रोत

"Your warmth, kindness and loving nature is etched in our memory.

DATE	NAME & ADDRESS
01-06-1980	**LATE SH. FATHE CHAND BHUTANI** Former 1st Internal Auditor & F/o Late Sh. Dharmvir Bhutani. (Patron) Ramesh Nagar, New Delhi
07-06-2004	**LATE SH. HUKAM CHAND BHUTANI** 1st DERA RATTAN, Admn. Trustee, Former Chairman & Chief Patron , Greater Kailash, New Delhi
01-06-2012	**LATE SH. M. L. GUGLANI** Former Patron & President, Rohini
01-06-2015	**LATE SH. PREM SAGAR WADHWA** Guest of Honour 1988, Rajender Nagar New Delhi
14-06-2019	**LATE SH. B. R. PULYANI** Former Patron, President. Recipient of Trophy, Shawal Saropa, and Posthumous Dera Vibhushan Awardee in 2023. Krishna Park, Vikaspuri, New Delhi
15-06-2019	**LATE SH. RAM KISHAN TARNEJA** Life Time Achievement Awardee 2018, Former President & Celebrity, Kirti Nagar, New Delhi-110015

डेरावाल बिरादरी-समाज सेवी

DATE	NAME & ADDRESS
05-06-1962	**LATE SH. NAWNIT RAI CHAWLA** New Delhi
22.06.1996	**LATE SHRI RAM KISHAN GUGLANI** Social Worker, Kirti Nagar, New Delhi
04-06-2003	**LATE SMT. AARTI DEAVI PULYANI** M/o Late Shri B. R. Pulyani, Former Patron & President, Krishna Park, Tilak Nagar, New Delhi
10-06-2004	**LATE SH. BANSI DHAR KHURANA** Janakpuri, New Delhi
22.06.2004	**LATE SH. JAGDISH BHUTANI** Kirti Nagar, New Delhi
13.06.2006	**LATE SMT. AVINASH MAKHIJA** Rajendra Park, New Delhi
15.06-2006	**LATE SMT. RADHA DEVI AHUJA** Faridabad, Haryana
16-06-2009	**LATE SH. NAND LAL CHHABRA** Jangpura, New Delhi
28-06-2010	**LATE SMT. VAS DEVI KHURANA** Kirti Nagar, New Delhi
19-06-2011	**LATE SH. JAGAN NATH CHAWLA** F/o Sh. Madan Mohan Chawla, President, Kirti Nagar, New Delhi
30-06-2011	**LATE SMT. KUNTI DEVI MEHTA** Ghazibad, U.P.
04-06-2012	**LATE SH. TEJ BHAN RAWAL** Paschim Vihar, New Delhi
12-06-2014	**LATE SH. BHIM SEN SEHRA** Janakpuri, New Delhi
24-06-2015	**LATE SHRI BANSI LAL DHINGRA** Exc. Member Recipient of Shawl Saropa, Om Vihar, New Delhi
27-06-2018	**LATE SMT. KIRAN BALA DHINGRA** W/o Sh. Inder Dhingra, Former President.Kirti Nagar, New Delhi
02-06-2019	**LATE SMT. PREM LATA KATHURIA** Tarun Enclave
11-06-2019	**LATE SH. A.P. LAL** Pant Nagar, Jangpura Extn.
15-06-2019	**LATE SH. VED VARAT MANCHANDA** Naraina Vihar, New Delhi

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

OUR SOURCE OF INSPIRATION

डेरावाल बिरादरी–समाज सेवी

DATE	NAME & ADDRESS
17-06-2020	**LATE SH. DALEEP GUGLANI** Paschim Vihar, New Delhi
17-06-2020	**LATE SMT. SHYAMA GUGLANI** Sister in Law of Late Sh. Dharm Vir Bhutani, Patron, Paschim Vihar, New Delhi
20-06-2020	**LATE SMT. RENU DEWAN** W/o Sh. Manish Dewan, President of Annual Derawal Day(2007), & Recipient of Shawal Saropa, Mansarovar Garden, New Delhi
28-06-2020	**LATE SH. RAVINDER GUGLANI** Brother-in-Law of Late Sh. Dharm Vir Bhutani, Patron, Paschim Vihar, New Delhi

डेरावाल बिरादरी–समाज सेवी

DATE	NAME & ADDRESS
10-06-2021	**LATE SHRI JAGAN NATH MEHTA(JAGGU)** Brother of Sh. Jeewan Mehta, Dera Karamveer Awardee (2015)
17-06-2021	**LATE DR. DIVIJ MEHTA** Maya Enclave, New Delhi
13.06.2024	**LATE SMT. KRISHNA BATRA** **Mother in law of** Sudhir Grover, Special Invitee & Mother of Sneha

Your presence is left inour heart's day & night. On this day we pray to God to grant peace to your Noble Soul. Deeply missed by

"You all were strong personalities & great soul. Taught us the value of honesty, dedication & reliability. Never let us down. Helped everyone. We missed you all every day".

FOR & ON BEHALF OF

RAVI KHERA
Chairman & Admn. Trustee

RAMESH AHUJA
Chief Patron

ADMINISTRATIVE TRUSTEES

Girish Mehta, Dharam Pal Minocha, L.N. Mehta, Surender Kr. Mehta & Anurag Chawla
All Patrons, Celebrities, MCM, Executive, Co-opted,Special Invites & Life Members.

Remembrance details of our Derawal Brethern and others given in the Derawal Patrika are published after stringent verifications. However, the omission would be inadvertent either due to the availability of records or the possibility of delayed information received by the A.I.D.S.S.(REGD.) office from the members. The Sabha is always eager for corrections.

आत्म निरीक्षण

प्रातःकाल उठ कर यदि आप अपने उद्यान में जायें और देखें कि फूलों के ऊपर ओस की बूंदे पड़ी होती है किन्तु देखते देखते ही जैसे जैसे सूर्य उदय होता है मोती के समान चमकने वाली बूंदे कहां चली जाती हैं वैसे ही यह जीवन भी चलते चलते अचानक कहां समाप्ति की ओर बढ़ता चल रहा है। कभी व्यक्ति रोग ग्रस्त होता है। 'कभी गर्वित हो अभिमानी कभी व्यक्तिगत जीवन में झूठी पद प्रतिष्ठा और सम्मान पाकर जीना चाहता है' कभी उसे मानसिक रोग सताने लगते हैं। परिस्थिति वश शोकग्रस्त मनुष्य अपने आपको बेसहारा असहाय समझ बैठता है और उसे जीवन व्यर्थ सा लगने लगता है और तब वह दूसरों को दोष देने लगता है किन्तु अपने दोष दिखाई ही नहीं देते संत कबीर ने दो ही शब्दों में इस तथ्य को कह डाला : –

बुरा जो देखन मैं चला, बुरा न मिलियो कोई।
जो दिल खोजा आपना, तो मुझ से बुरा न कोई।।

इस दुनिया में सांसारिक षड़यन्त्र का चक्रव्यूह है किन्तु कई व्यक्ति कांटे बीज कर फूल ग्रहण करना चाहते हैं। इस प्रसंग में एक हास्यकथा है एक वृद्ध व्यक्ति को खांसी का रोग हो गया। सभी परिवार वाले झुंझला जाते और शिकायत करते कि उनकी रात की नींद खराब होती है। शान्ति भंग होती है किन्तु वह वृद्ध व्यक्ति विवश था।

एक रात को तीन चोर उस घर में घुस आये तो जब वृद्ध व्यक्ति ने जोर से खांसी की तो चोर घबरा गये कि पकड़े जायेंगे। वह यह समझ नहीं पाये कि वह निद्रा में खांसी कर रहा है। यदि व्यक्ति विवेकपूर्ण अपने दोषों को देखने लगे तो समय पर वह लाभकारी हो सकते हैं। यदि आप दूसरों को सीख देने का प्रयत्न करते रहें और उनमें दोष देखते रहें तो आप निराश नहीं होंगे। अपनी बुद्धि से मन को पवित्र और शुद्ध विचारों पर आचरण करेंगे तो दूसरों के दोष नहीं देख पायेंगे। यदि हम दूसरों की परिस्थिति और उनके दृष्टिकोण को समझेंगे तो संशय और भ्रम दूर हो जायेंगे। यह मानवीय दुर्बलता है कि वह स्वार्थ की चकाचौंध में अपने दोष नहीं देखता और भटक सा जाता है।

आपका अनुभव होगा कि क्या इस संसार में कोई भी ऐसा व्यक्ति है जिसमें कोई दोष न हो जिसने अपने जीवन में गल्तियां न की हों इसलिये यदि हम दूसरों में दोष न देखें तो शान्त मन से सब से स्नेह का व्यवहार कर सकते हैं।

प्रेम सहानुभूति, सम्मान, हित त्याग और सत्य के व्यवहार से आपका मन प्रसन्न और चित्त शान्त रह सकता है दूसरों की त्रुटियां न देखकर तुम सब के साथ ऐसा व्यवहार करो जैसा कि आप अपने लिये चाहते हो। यदि आप अपने जीवन को सुखी बनाना चाहते हो तो दूसरों में विशेषताओं और गुणों को देखो, आप प्रेम चाहते हो तो सभी से प्रेम करो अपना हित चाहते हो तो सबका हित सोचो तो कल्याण अवश्यम्भावी है।

–सुरेन्दर बुद्धिराजा

With best compliments from :

HARISH KR. CHHABRA

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

HARISH KR. CHHABRA **MANISH CHHABRA**
SHASHI CHHABRA **ISHTA CHHABRA**

57-F, PLOT NO. 9, GADODIA ROAD, ANAND PARBAT, NEW DELHI-110005

Mobile : 9818401848, 8586093551

मानव की तीन शक्तियाँ

जीवन में मनुष्य का प्रधान लक्ष्य आनन्द प्राप्ति है। प्रत्येक इन्सान यह चाहता है कि हमें हर ओर से सुख, हंसी खुशी और आनन्द प्राप्त हो। यह सुख वह आत्मिक तत्व है जिससे मनुष्य को संतोष मिलता है। ज्ञान के आधार पर प्रत्येक मानव को ईश्वर ने तीन शक्तियां प्रदान की हैं। सरल शब्दों में :-

(1) करने की शक्ति
(2) जानने की शक्ति
(3) मानने की शक्ति

(1) करने की शक्ति : प्रत्येक मनुष्य को अपने अनुसार कर्म करने की स्वतन्त्रता है कि वह जैसा चाहे अपने जीवन यापन कर सकता है। किन्तु बुद्धि से हमें यह सोचना है कि हमें क्या करना है और क्या नहीं करना? अपना पारिवारिक और सांसारिक कर्त्तव्य तो हम अच्छी तरह से निभायें और साथ ही साथ अध्यात्मिक क्षेत्र में भी उन्नति करें। पुण्य और शुभ कर्मों की फसल हमें सुखी बनाती है और पाप कर्म की फसल दु:ख देती है। भगवान् की दी हुई इस शक्ति का हम सुचारू रूप से प्रयोग करें ।

(2) जानने की शक्ति : इस जानने की शक्ति का संकेत है ज्ञान योग से। ज्ञान प्राप्त करने की शक्ति भी भगवान् ने हमारे मस्तिष्क में सबको दी है। स्वयं को पहिचाने की मैं कौन हूं? मैं कहां से आया? मुझे अन्त में जाना कहां है?

इस बात पर विचार करें कि मैं शरीर नहीं मैं आत्मा हूं, मैं जड़ नहीं, चेतन हूं। जीवन का हर क्षण एक उज्जवल भविष्य की संभावना लेकर आता है। प्रत्येक घड़ी एक महान मोड़ का समय हो सकता है। समय को व्यर्थ बिताना जीवन के अमूल्य क्षणों को नष्ट करना है। जब जीवन के क्षण व्यर्थ बातों में, आलस्य में बिता दें तो वह लौटकर वापिस नहीं आते आज के काम के लिये आज का दिन ही निश्चित है कर्त्तव्यों को भूलकर उसे कल पर न टालें।

कल करे सो आज कर, आज करै सो अब।
पल में परलय होवेगी, बहुरि करेगा कब?

यही ज्ञान हमारे जीवन को पवित्र बनाता है। ज्ञान के बिना मुक्ति नहीं और ज्ञान के बिना शांति भी नहीं। अर्थात् इस शरीर का अन्त तो आना ही है इसलिये इस जीवन में इसे ठिकाने लगाने का प्रयत्न कर। इसे सेवा में और ईश्वर के गुणगान से सुन्दर बना लो।

(3) मानने की शक्ति : मानने की शक्ति हमें ईश्वर ने उसमें विश्वास के लिये दी है इसका सम्बन्ध भक्तियोग से है। भगवान् ही हमारा रक्षक, पालनहारा और आश्रय और सच्चा सहारा है। भक्त का विश्वास है :-

भगवान् तेरे सिवाये बस दूसरा नहीं है।
आधार एक तू है बस दूसरा नहीं है।।

ईश्वर नित्य है, शाश्वत है, अजन्मा है, सनातन है ऐसा मानना ही इस मानने की शक्ति को पहिचानना है और उसमें जो दृढ़ विश्वास और आस्था रखता वही इस शक्ति का सदुपयोग करता है। ईश्वर को सदा अपना हितैषी माने कि वह जो भी कर रहा है उसमें हमारा कल्याण है।

असम्भव भी सम्भव बने यदि कृपा हो जाये।
ज्यों मोती बने सीप में पत्थर भी हीरा कहलाये।।

भगवान् के द्वारा प्राप्त की गई इन तीन शक्तियों के द्वारा व्यक्ति अपने जीवन को सुधार सकता है। ना है।

– विमल बुद्धिराजा

अमृतवाणी

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

सौजन्य से – **डी.पी. मिनोचा**

SUNITA WILLIAMS SHOCKING REVELATION - SHARED AS RECEIVED

Sunita Williams's statement to reporters after returning from a week-long mission after spending 9 months in space is now a hot topic of discussion around the world.

"I feel like it's God's will for me to be stranded in space." When I was 20 days old, I lived as if I was facing death. When I thought about how I would continue now that my food and water supplies were running out, I remembered the sanatan fasting month of chaitra navratri, From that day on, I would eat a little food and drink water in the evening and a little water in the morning. After a month, I was healthy and cheerful. I realized that I could hold on a little longer.

"While I was waiting for death, I opened my computer thinking that one day I would read the Bible." I had read it many times before, so I got bored after reading a single page. Then I felt like reading the Ramayana and Bhagwati Gitaji again (I feel like it gave me some kind of strength now). I downloaded it (English translation) and started reading it. After reading 10-15 pages, I was amazed. The embryology, deep sea and sky in it were amazing. I felt like I had to tell the world about it.

"When seen from space, the sun looks like it is sitting in a puddle of mud." Sometimes I hear some sounds from above, like chanting mantras, which I thought were sanskrit hindi. My travel companion, Barry Wilmore, told me that this was happening because I read the ramayana and bhagwati gitaji every day. After that, I decided to read the ramayana and gitaji deeply and downloaded the tafsirs. It was an amazing experience. I immediately called Elon Musk and told him about this. He said that he would share this with his ex soon. 'Now you will be shocked... Some days we will be terrified to see huge meteorites rushing towards our space station.' As there was no other way, we prayed to God and miraculously, some small spherical lights (which looked like stars) flew down and destroyed everything inside. When we looked at it, it felt like we were throwing stars at it. It surprised us. NASA has promised that more investigations will be conducted on this subject soon. So after 8 months, I read the entire Ramayana and Bhagwati Gitaji. I began to feel like I could return to Earth. I felt an extraordinary confidence fill me. In the month of April, as the sun was setting, a creature resembling a lion with mataji with trishul appeared to descend from above to Earth. After it

reached the Earth's atmosphere, it was no longer visible. I did not understand where it was coming from, so my Barry Willimore and I started watching it. It seemed to me that it was coming down from a special layer above, and I understood that the sky has more than one layer. No matter how much we thought about it, we still couldn't understand why these flying horses weren't there. Then I saw a New York Times report about the crescent moon appearing over the Hudson River and the news that the sanatani fast had begun on March 2. Since then, Nangal has been observing this phenomenon. Later, we realized that it was time to break the fast on Earth. I think they are angels coming with God's blessings.

"Now I feel like the sanatan bhagwat gitaji is true." Now my research will be on the science of the vedas. Embryology, deep sea science. I want to learn everything about astronomy. It has been proposed to start a new department at NASA to find out the supernatural powers of the Vedas. Sunita also shared her concerns about whether the Trump administration will allocate the necessary funds for it..BBC...

*Respect Vedas, Bhagwat Gita ji, Ramayana, Shiv Mahapuran and Upnishad.... etc. **– Kiran Bhasin**

हवा प्रदूषण से बचने के घरेलू उपाय

- गुड़ एक ऐसा पदार्थ होता है, जो रोग-प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। गुड़ हमारे शरीर से प्रदूषण के होने वाले दुष्प्रभाव को कम करता है।
- बढ़ते प्रदूषण से बार-बार जुखाम सम्बन्धित बीमारियाँ होती है, जिससे अदरक का सेवन करने से बहुत ही लाभ होता है।
- लहसुन एक प्राकृतिक एंटीबायोटिक है। वह प्रदूषण से होने वाले कफ को बनने से रोकता है।
- काली मिर्च सबसे अच्छा घरेलू उपाय है जो प्रदूषण से होने वाले कफ, जो छाती में जम जाते हैं, उसे निकालने में मदद करता है।
- सर्दियों में विटामिन सी एवं ओमेगा थ्री का सेवन भी करना चाहिए। यह रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाती है।
- शहद का सेवन भी हमें इस समय इन बीमारियों से बचाने में अहम योगदान निभाता है।

– प्रभु दयाल सतीजा

खिलखिलाइए, खुशियाँ आपके द्वार, दस्तक देंगी

– प्रो. सुदेश गोगिया

कहकहें लगाइए,
विषाद दूर होंगे प्रफुल्लता से गुनगुनाएं
जिंदगी अद्‌भुत है, दोस्तों !

केवल हम ही नही कह रहें,
दुनियां भर से कई शोध कर्ताओं ने
तस्दीक किया है कि खिलखिलाने से
आपकी खुशियां आपके ही द्वार
दस्तक देंगी!

आपके कितने दोस्त हैं ?
बहुत खुशनसीब लोग हैं वे,
जो दोस्तों के संग गुनगुनाते हैं
दोस्त न सिर्फ मूड बेहतर बनातें हैं,
आपके सोशल दायरे में इजाफा होता है।

आप दोस्तों के बीच रूमानियत भरी मुस्कुराहट
की चाशनी में डूबी रोमांटिक चर्चे करतें हैं
उम्र की कोई सीमा नहीं, कोई inhibitions नहीं,
बंदिशें नहीं, बस खुशियां ही खुशियां हैं।

सर्वे बताते हैं दोस्तों,
आपकी हेल्थ में उम्र में इजाफा करतें हैं दोस्त,
बस नियमित रूप से मिलते – जुलते रहिए
नग्में मुहब्बत के गुनगुनाते रहिए।

अभी हाल में कोलंबिया यूनिवर्सिटी की
एक रिसर्च ने निष्कर्ष निकाला है,
जो लोग मित्रों से नियमित रूप से
संपर्क में हैं और मिलते – जुलते रहतें हैं,
यें लोग जिंदगी में कहीं अधिक
प्रफुल्लित व प्रसन्नचित हैं,
उनके मुकाबले में जिनके
कोई सखा मित्र या दोस्त नहीं हैं.
खुशियां आपके पास हैं
कुमुदिनी के फूल की तरह

खुशियों की मिठास व लगाम
अपने पास रखिए
कोई संस्था फाउंडेशन या ग्रुप जहां लोग
प्राकृति के सानिध्य में मिलते हों
बस खुलें हृदय के भाव से पार्टिसिपेट करिए.
आप का मानसिक भावनात्मक
तनाव दूर होगा, वक्त बिताइए।

ऐसा इसलिए है खुशियां हमारे अंतर्मन में
गहरे स्तर पर छिपी बैठी थीं,
अपने उस कुमुदिनी के फूल को खिलने दिया...
जीन्स, स्वभाव और जिंदगी की
परिस्थितियां का आपने मिश्रण
मिला कर गुलशन में
हवा का झोंका भर दिया
गुल खिल उठा!

परिवार का संग
एक और सर्वेक्षण के अनुसार
पाया गया है जो लोग अपने परिवार के सदस्यों
के साथ मिल – जुल कर खाना खातें हैं,
वे ज्यादा खुश और संतुष्ट रहतें हैं।

सप्ताहांत छुट्‌टी के दौरान,
परिवार व मित्रों संग पिकनिक पर

हंसी खुशी वक्त बिताइए,
जिंदगी खूबसूरत अफसाना बन जाएगी ...!

शाकाहार और स्वास्थ्य

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

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

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

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

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

शाकाहारी बने, स्वस्थ्य रहें, लम्बी आयु मिलेगीं। **–करूणा पाहवा**

ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)

F/27-28, KIRTI NAGAR, New Delhi-15, Mobile : 9250810522
E-mail : info@derawalsahayaksabha.com, delhi@derawalsahayaksabha.com
Web : www.derawalsahayaksabha.com

APPLICATION FORM

Reg. No.

FOR LIFE MEMBERSHIP

PHOTO

Dear Sir,

Please enroll me as a member of the Sabha. My particulars are appended below: -

(I) Name in Full (Capital Letters) ....

(ii) Father's / Husband Name..

(iii) Date of Birth.......................... Age.................. Aadhaar No..

(iv) Occupation: Service / Business..

(v) Residential Address : .... Pin Code................

Mob. No.........................Tel.No........................Email ID...

(vi) Office Name & Address :..

Mob. No.........................Tel.No........................Email ID...

(vii) Is / Were your Father / any of the Family members / Relative, already a Member / Life member of the Sabha, if yes / No. Please give his / her name and membership No............. Relation... Shri / Smt. ....

I confirm that I will abide by the rules and regulations of the Sabha.

Yours Faithfully.

Signature of the Applicant

RECOMMENDED BY - MEMBER GENERAL BODY

Signature .... Signature ....

Name in Capital .... Name in Capital ....

Membership No. .... Membership No. ....

Kindly send the payment of Rs.2100/- by Cheque in favor of **"ALL INDIA DERAWAL SAHAYAK SABHA (Regd.)**
F/27-28, Kirti Nagar, New Delhi-110015 or Deposit On-Line in.

UNION BANK OF INDIA, A/C No. 520401000076469, IFSC Code UBIN0905739

ESTD. 1989

with best compliments from

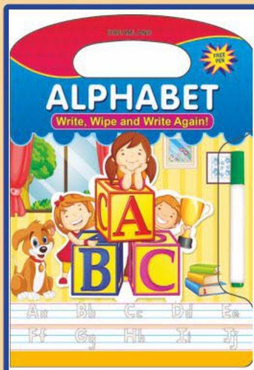
JYOTI'S NODDY
Play School

MANAGED BY EX-SPRINGDALIANS

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

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

F-100, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110015 | PH. : 011-45566339, 9899266339
www.bestplayschool.in

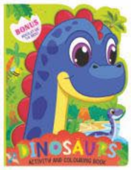


DREAMLAND

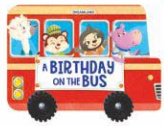
CHILDREN BOOKS

INTERNATIONAL QUALITY BOOKS & CHARTS FOR QUALITY EDUCATION

More than 2500 Titles



DREAMLAND PUBLICATIONS
J-128, KIRTI NAGAR, NEW DELHI-110 015, INDIA
PHONE : +91-11- 2510 6030, 2510 6050, Mob. 9810038847
E-mail : dreamland@eamlandpublications.com
Shop online at www.dreamlandpublications.com
Follow us on www.instagram.com/dreamland.publications



DERAWAL PATRIKA

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

Printer, Publisher & Place : Sh. Ravi Khera, D-85, Kirti Nagar, New Delhi- 110015 for All India Derawal Sahayak Sabha (Regd.) Derawal Bhawan, F/27-28, Kirti Nagar, New Delhi-110015 Edited by : Sh. Mahinder Budhiraja, F-75, Kirti Nagar, New Delhi-110015
Printed at : Emkay Printers, F-75, Kirti Nagar, New Delhi- 110015