भावना – बुजुर्गों का परिवार

भावना संदेश

अक्टूबर–2025

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति की त्रैमासिक पत्रिका

भावना

वरिष्ठ नागरिकों व निर्बल एवं असहायजनों के हितों को समर्पित
अखिल भारतीय समाजसेवी समिति

अनौपचारिक शिक्षण केन्द्र पर आयोजित
स्वतंत्रता दिवस 15.08.2025 की कुछ झलकियाँ

(सदस्यों में केवल आन्तरिक वितरण हेतु)

भावना संदेश

वर्ष–25 अंक–04 **अक्टूबर 2025**

सम्पादन समिति

इं0 अमर नाथ – प्रधान संपादक
प्रो0 (डॉ0) राम सजीवन शुक्ल – सम्पादक
प्रो0 (डॉ0) अवनीश अग्रवाल – सह सम्पादक
श्री आदित्य प्रकाश सिंह – सह सम्पादक

प्रकाशक

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति

पंजीकृत कार्यालय– पी 2/1010, चन्द्रा पैनोरमा, सुशान्त गोल्फ सिटी, शहीद पथ, लखनऊ – 226030, दूरभाषः 9335902137

प्रशासनिक कार्यालय (पत्राचार हेतु) अध्यक्ष 2/518 विजय खण्ड, गोमती नगर, लखनऊ

प्रमुख महासचिव : एफ 909, शालीमार गैलेंट, महानगर, लखनऊ

पंज़ीकरण संख्याः 666/2000–01

वेबसाइट : **www.bhavanaindia.org**

ई–मेल : welcome@bhavanaindia.org

Facebook page : Bharatiya Varishtha Nagrik Samiti

Bhavana Google Group : bhavanamembers@googlegroups.com

मुद्रक

श्री केशव प्रिंट प्वाइंट

जी–7, आरिफ चैम्बर्स, सेक्टर–एच, अलीगंज, लखनऊ

मो. : **9335532342**

ईमेल : **hariom.printingpress9@gmail.com**

भावना का संकल्प गीत

भावना सहयोग, सेवा, स्वावलम्बन से चले,
भावना की राह में संकल्प का दीपक जले।
भावना में डूब के इतने सहिष्णु हम हुए,
आस्था, विश्वास के साँचे में हम फिर–फिर ढले।
भावना ये है बुजुर्गों को किसी भी हाल में,
इस बदलते दौर की तल्ख़ी न रत्ती भर खले।
भावना का एक ही सन्देश है सबके लिए,
शेष जीवन भर कोई अब जिन्दगी को न छले।
विश्व में इक मंच देने को वरिष्ठों के लिए,
भावना की 'शान्त' पलकों पे कई सपने पले।

– इं. देवकी नन्दन 'शान्त'

भावना सूत्र वाक्य

सन्देश नहीं मैं यहाँ स्वर्ग का लाया।
इस धरती को ही स्वर्ग बनाने आया।।

– श्री मैथिली शरण गुप्त

अनुक्रम

क्र.	विषय	पृ.सं.
1	भावना का संकल्प गीत	1
2	सम्पादकीय	2
3	अनौपचारिक शिक्षणकेन्द्र में 79वां स्वतन्त्रता दिवस मनाये जाने की संक्षिप्त रिपोर्ट	3
4	भावना के 26वें स्थापना दिवस समारोह का कार्यवृत्त	4–6
5	दि. 18.09.2025 को आयोजित कोर ग्रुप की बैठक की कार्यवृत्ति	7
6	प्रमुख समाचार/श्रम का महत्व	9
7	तुम न जाने किस जहाँ में खो गये	10
8	अप्रैल 2025 से 22.09.2025 तक भावना के बनाए गये नये सदस्यों की सूची	11
9	युक्ति युक्त नीति	17
10	अपनी वसीयत/जीवन के रंग	18
11	योगाभ्यास एवं स्वास्थ्य	19
12	दि. 01.04.2025 से 22.09.2025 तक भावना के दान दाताओं की सूची	22
13	प्रबन्ध कारिणी की बैठक की सूचना/बुजुर्ग की सीख	24–25
14	प्रबन्ध कारिणी के निर्वाचित तथा मनोनीत सदस्य	26
15	प्रबन्ध कारिणी का प्रकोष्ठकार विवरण	27
16	भावना का संरक्षक मण्डल	30
17	भावना के संस्थागत सदस्य	32
18	भावना की शाखायें	33
19	बुजुर्गों के खुशहाल रहने के उपाय	34
20	शोक समाचार	35
21	लघु कथा – लिप्सा	36

भावना के वरिष्ठ पदाधिकारियों के मोबाइल नं.

पद	नाम	मो. नं.
अध्यक्ष	श्री रामलाल गुप्ता	9335231118
वरिष्ठ उपाध्यक्ष	श्री तुंग नाथ कनौजिया	9936942923
उपाध्यक्ष प्रथम	श्री देवेन्द्र स्वरूप शुक्ला	9198038889
उपाध्यक्ष द्वितीय	श्री अशोक कुमार मल्होत्रा	9451133617
प्रमुख महासचिव	श्री सुधीर कुमार वर्मा	9415084699
महासचिव (प्रशासन)	श्री जगमोहनलाल जायसवाल	9450023111
महासचिव (कार्यान्वयन)	श्री प्रभात किरण चौरसिया	9451244670
महासचिव (एडवोकेसी)	श्री सतपाल सिंह	9839043458

संपादकीय

'वाचं में सर्वमङ्गला' श्री दुर्गा सप्तशत्यां देव्याः कवयम्–26

देवी सर्वमंगला हमारी वाणी की रक्षा करें। भावना सन्देश के यशस्वी सम्पादक श्रीयुत् पुरुषोत्तम केसवानी इस धराधाम को छोड़कर अनन्त यात्रा पर चले गए हैं। परब्रह्म परमेश्वर से प्रार्थना है कि वे केसवानी जी की इस यात्रा को सुखद व सुफल बनाएँ।

जीवन अमूल्य है। प्रत्येक व्यक्ति जागतिक बन्धन की मर्यादाओं का पालन करते हुए अपने को सजाता व सवाँरता हुआ एक दिन जीवन की इतिश्री कर लेता है, परन्तु निकष तक नहीं पहुँच पाता। इसी व्यवस्था का नाम आवागमन है। केसवानी जी ने समय–समय पर भावना सन्देश को समृद्ध सम्पादकीय देकर इसका कलेवर बढ़ाने में अप्रतिम योगदान किया है। हँसना सीखिए, संसार का हर प्राणी अपने आप में विशिष्ट है, पहला बड़ा सुख निरोगी काया, विमान दुर्घटनाएँ व पीड़ित परिवार और महाकुम्भ 2025 आदि उनकी लेखनी से निकले उत्कृष्ट सम्पादकीय है। इन्हीं और अन्य बहुत सारी प्रस्तुतियों के निमित्त वे चिरकाल तक हमारे स्मृति पटल पर छाये रहेगें। स्मृति एक दैवीय आभा मण्डल है।

या देवी सर्वभूतेषु स्मृति रूपेण संस्थिता।
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमोनमः।।

– तन्त्रोक्त देवी सूक्ते–22

'भावना' भारतीय वरिष्ठ जनों का एक राष्ट्रीय मंच है। मूलतः यह बुजुर्गों का परिवार है। 'सर्वे भवन्तु सुखिनः' 'सर्वे सन्तु निरामयाः' की थीम पर

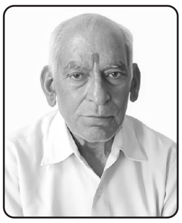
जीवेम शरदः शतम् – हम 100 वर्ष तक जियें
पश्याम शरदः शतम् – हम 100 वर्ष तक देखें
श्रृणुयाम शरदः शतम् – हम 100 वर्ष तक सुनें

के शुभ भाव सहित शतायु होने की मंगल कामना के साथ चरैवेति–चरैवेति इसका लक्ष्य है। भावना का लक्ष्य यह भी है कि हम 100 वर्षों तक सक्रिय रहते हुए जीवन यापन करें–

कुर्वन्नेवेह कर्माणि जिजीविशेत शतम् समाः

'भावना' सहयोग, सेवा और स्वावलम्बन का संकल्प लेकर विश्व मंच पर इसे एक वैश्विक संस्था के रूप में स्थापित करने के लिए प्रतिबद्ध है। दुनिया के तमाम देशों में बुजुर्गों के बड़े बड़े मंच सुने जाते हैं। निकषतः बुजुर्ग किसी समाज का हारा या थका हुआ व्यक्ति नहीं होता है, उसमें मार्गदर्शन की अपार सम्भावनाएँ है। उसके मार्गदर्शन में चलता हुआ समाज प्रगति के पथ पर उत्तरोत्तर अग्रसर होता है। न्यायमूर्ति कमलेश्वर नाथ जैसे यशोधन आज हमारा सतत मार्गदर्शन कर रहे हैं। यशोवृद्ध, तपोवृद्ध, आयुवृद्ध, ज्ञानवृद्ध और वयोवृद्ध आदि वरिष्ठजनों के साथ प्रयुक्त होने वाले प्रसिद्ध उपसर्ग है।

शौर्य पर्व दशहरा (विजय दशमी) और प्रकाशपर्व दीपावली की आप को हार्दिक बधाई। शक्ति पूजा नवरात्र मंगलमय हो।



प्रोफेसर/डॉ0 राम सजीवन शुक्ल

भावना द्वारा संचालित अनौपचारिक शिक्षणकेन्द्र में 79वां स्वतंत्रता दिवस मनाये जाने की संक्षिप्त रिपोर्ट

प्रत्येक वर्ष की भांति इस वर्ष भी भावना द्वारा संचालित व रतनखंड संत गाडगे जलाशय पार्क में स्थित, अनौपचारिक शिक्षण केन्द्र में, 15 अगस्त 2025 को स्वतंत्रता दिवस (79वां) उल्लाापूर्वक मनाया गया.इस अवसर उक्त पार्क मे चल रहे अनौपचारिक शिक्षण केन्द्र के बाल विद्यार्थियो, प्रशिक्षक गण के साथ भावना के पदाधिकारियों ने मिलकर उक्त आयोजन सम्पन्न किया।भावना के अध्यक्ष श्री रामलाल गुप्ता जी द्वारा राष्ट्रीय ध्वज फहराया गया और विद्यार्थियो के साथ मिलकर सभी ने राष्ट्रगान गाते हुए ध्वज का अभिनंदन किया।ध्वजारोहण के बाद श्री रामलाल गुप्ता, श्री वी के शुक्ला ,आचार्य चंद्रभूषण तिवारी व अन्य उपस्थित गणमान्य व्यक्तियों द्वारा बच्चों को आशीर्वाद स्वरूप दो शब्द कहे गये.तत्पश्चात शिक्षण केन्द्र के छात्राओं द्वारा विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए।

नंदिनी, शबीना, सावित्री, अनिता, वंदना व सुलेखा द्वारा – जो शहीद हुए सरहद पर– देशभक्ति गीत।

रितु, शबीना, अनिता, सावित्री, वंदना और शहनाज द्वारा – बेटी हिन्दुस्तान की.... देशभक्ति गीतः,
शबीना, रितु, नंदनी, अनीता, रुबीना, वंदना, राम शुक्ला व रघु द्वारा – बड़ा नीक लागे आपन देशवा की माटी... देशभक्ति गीत।

वंदना, शबीना, रितु और सावित्री द्वारा – आधी रोटी कम खइहै, बेटा बेटी को पढ़िये जरूर.. प्रेरक गीत।

नंदिनी, राधा, रीतू, अर्चना, अनिता, शबीना, वंदना, सावित्री और वैभव द्वारा – तिरंगा ऊंचा रहेगा, भारत मेरा नहीं झुकेगा... देशभक्ति गीत।

वंदना द्वारा – स्वतंत्रता दिवस पर संक्षिप्त भाषण।

नंदिनी बिटिया द्वारा – यूपी में क्या है....सामयिक गीत.. प्रस्तुत किया गया।

सांस्कृतिक कार्यक्रम मे शामिल सभी 14 बच्चों को श्री आर पी जायसवाल भावना के विशिष्ट सदस्य द्वारा उपहार वितरित किए गये तथा दो वर्तमान व एक पूर्व प्रशिक्षक को उपहार स्वरूप छाते भी दिये गये। इसके उपरांत विभिन्न पदाधिकारियों एवं अन्य गणमान्य व्यक्तियों द्वारा लाए गये लड्डू व विभिन्न खाद्य पदार्थ और उपहारों के वितरण के बाद समारोह संपन्न हुआ। इस अवसर पर भावना के पदाधिकारियों में भावना के अध्यक्ष श्री रामलाल गुप्ता, पूर्व राष्ट्रीय अध्यक्ष व संस्थापक श्री वी.के. शुक्ला, महासचिव एडवोकेसी श्री सतपाल सिंह, श्री जे.पी. वर्नवाल, श्रीकृष्ण प्रसाद, श्री आर.पी. जायसवाल, श्री मती नीना अग्रवाल, श्री चन्द्र भूषण तिवारी, श्री अमरनाथ, के साथ श्री ए.के. बाली, श्रीमती अनिता बाली, संगीता राज, पंकज राज, सुशीला राज, आदित्यराज, श्री मनी राम प्रजापति, शारदा सहाय, डा. सिया राय, श्रीमती बीना शुक्ला, श्रीमती कामाक्षी चौहान, श्री अयोध्या प्रसाद के अतिरिक्त स्थानीय निवासी भी उपस्थित थे।

कार्यक्रम का संयोजन, आयोजन और संचालन श्री सतपाल सिंह जी द्वारा किया गया।

सतपाल सिंह
महासचिव (एडवोकेसी)
भावना

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति (भावना) के 26वें स्थापना दिवस समारोह दि. 19.08.2025 का कार्यवृत्त

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति (भावना) का 26वां स्थापना दिवस समारोह दिनांक 19 अगस्त 2025, मंगलवार को इंस्टीट्यूशन ऑफ इंजीनियर्स, रिवर बैंक कॉलोनी लखनऊ के सभागार में आयोजित किया गया। इस अवसर पर श्री डॉ0 रामकृष्ण स्वर्णकार, अपर पुलिस महानिदेशक (पी.ए.सी.) लखनऊ मुख्यालय को मुख्य अतिथि के रूप में आमंत्रित किया गया। समारोह में भावना के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री राम लाल गुप्ता, विशिष्ठ अतिथि हेल्पेज इंडिया के श्री अनूप चन्द्र पंत, भावना के संरक्षक माननीय न्यायमूर्ति श्री कमलेशवर नाथ, माननीय न्यायमूर्ति श्री करण लाल शर्मा, संरक्षक एवं संस्थापक सदस्य श्री विनोद कुमार शुक्ला, श्री सुशील शंकर सक्सेना, पूर्व अध्यक्ष श्री जगमोहन लाल वैश्य, भावना के उपाध्यक्ष श्री देवेन्द्र स्वरूप शुक्ला, प्रमुख महासचिव श्री सुधीर कुमार वर्मा अन्य पदाधिकारीगण सदस्यगण आमंत्रित अतिथिगण मीडिया के प्रतिनिधि विभिन्न सम्बन्धित स्कूलों के आचार्यगण शिक्षा सहायता प्राप्त करने वाले छात्र–छात्राएं व उनके अभिभावकगण तथा अन्य अनेक लोग उपस्थित रहे। शिक्षा सहायता प्राप्त करने हेतु नेशनल ब्लाइंड एसोसिएशन के दृष्टिहीन छात्र भी उपस्थित रहे। सभागार अपनी पूरी क्षमता के अनुसार भरा हुआ था। सभागार की बालकनी में भी 40 से अधिक छात्र–छात्राएं बैठे थे।

मंच संचालन श्री जगमोहन लाल जायसवाल, महासचिव प्रशासन द्वारा किया गया। मुख्य अतिथि के अति आवश्यक कार्य में व्यस्तता के कारण उनकी अनुपस्थिति में कार्यक्रम अपने निर्धारित समय 11:00 बजे से प्रारम्भ कर दिया गया। सभी गण मान्य अतिथियों को मंच पर सादर आसन ग्रहण कराया गया तथा उनका पुष्प गुच्छ देकर स्वागत सत्कार किया गया। तत्पश्चात मंच के निवेदन पर सभी गणमान्यों द्वारा द्वीप प्रज्ज्वलित कर कार्यक्रम का श्रीगणेश किया गया।

भावना के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री रामलाल गुप्ता ने सभा को सबोधित करते हुए भावना के उद्देश्यों व कार्यक्रम की रूपरेखा निरूपित किया। उन्होंने बताया कि माननीय न्यायमूर्ति श्री कमलेशवर नाथ जी का 99 वर्ष की आयु में तथा माननीय न्यायमूर्ति श्री करण लाल शर्मा जी का लगभग 92 वर्ष की आयु में समारोह में सक्रिय रूप से भाग लेना सराहनीय व भावना के प्रति अटूट लगाव का द्योतक है। उन्होंने दोनों व्यक्तियों जो भावना के सहृदय व बड़े दान–दाता भी हैं की दीर्घ आयु व स्वास्थ की कामना की कि इनका आर्शीवाद इसी प्रकार भावना को मिलता रहेगा। अध्यक्ष महोदय ने सभा में उपस्थित दोनों संरक्षक व संस्थापक सदस्यों की भूरि–भूरि प्रशंसा की जिनकी बदौलत आज भावना इस रूप में दिखाई दे रही है। उन्होंने मंचासीन अन्य गणमान्यों श्री अनूप चन्द्र पंत, स्टेट हेड हेल्पेज इंडिया, श्री जगमोहन लाल वैश्य पूर्व अध्यक्ष भावना, श्री देवेन्द्र स्वरूप शुक्ला, उपाध्यक्ष भावना व सभी पदाधिकारीगणों, सदस्यगणों, प्यारे विद्याथियों, अभिभावकों व आचार्यगणों का अभिवादन के साथ स्वागत किया। अन्त में अध्यक्ष जी ने समारोह की व्यवस्था में सहयोग देने के लिए प्रमुख महासचिव श्री सुधीर कुमार वर्मा, महासचिव प्रशासन श्री जगमोहन लाल जायसवाल, महासचिव कार्यान्वयन श्री प्रभात किरण चौरसिया, महासचिव एडवोकेसी श्री सतपाल सिंह तथा श्री राजदेव स्वर्णकार, श्री राम मूर्ति सिंह, श्री आदित्य प्रकाश सिंह भावना के अन्य स्टाफ व इंस्टीट्यूशन ऑफ इंजीनियर्स सभी की मुक्त कंठ से प्रशंसा की और माननीय श्री विनोद कुमार शुक्ला से भावना के इतिहास व उसकी गतिविधियों पर प्रकाश डालने का अनुरोध किया।

इस अवसर पर भावना के संरक्षक व संस्थापक सदस्य श्री विनोद कुमार शुक्ला ने भावना के

इतिहास व कार्यकलापों पर समुचित व सारगर्भित प्रकाश डालते हुए बताया कि भावना द्वारा बुजुर्गों और वरिष्ठों की समस्याओं के निराकरण हेतु अनेक कार्य किये जाते हैं। इसके साथ ही भावना अनेकों सामाजिक कार्य भी करती है जिसमें विभिन्न गैर सरकारी सहायता प्राप्त स्कूलों के निर्धन मेधावी छात्र–छात्राओं को फीस प्रति पूर्ति के हेतु आर्थिक सहायता दी जाती है तथा प्रति वर्ष 10वीं व 12वीं कक्षा में सवोत्कृष्ट व सर्वोत्तम प्रदर्शन करने वाले छात्रों को विशेष प्रोत्साहन पुरस्कार भी दिये जाते हैं। भावना के ग्राम्यॉंचल व निर्धन जन सेवा प्रकोष्ठ द्वारा लखनऊ व आसपास के जनपदों के विभिन्न चयनित ग्रामों में ग्रामवासियों को एकत्रित करके उनको सरकार की विभिन्न उपयोगी योजनाओं की जानकारी दी जाती है तथा निर्धन वरिष्ठजनों विधवाओं व विकलांगो को ठंड से बचाव हेतु नये ऊनी कंबलों तथा दान दाताओं द्वारा दिये गये पुराने उपयोग योग्य वस्त्रों का वितरण भी किया जाता है। प्रति वर्ष भावना द्वारा लगभग 1000 कंबल वितरित किये जाते हैं। मुख्य बात यह है कि सभी कार्यक्रम भावना के विभिन्न सह्रद दान दाताओं से प्राप्त दान राशि से ही किये जाते हैं। इस हेतु किसी भी प्रकार की सरकारी सहायता अथवा डोनेशन नही लिया जाता है। उन्होने कहा कि 25 वर्ष के लम्बे अंतराल में संस्था पर एक भी पैसे की हेरा फेरी का मामला नही आया है।

इसके पश्चात सभा को माननीय न्याय मूर्ति श्री कमलेशवर नाथ, न्यायमूर्ति श्री करण लाल शर्मा, संरक्षक व संस्थापक श्री सुशील कुमार सक्सेना, भावना के पूर्व राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री जगमोहन लाल वैश्य, हेल्पेज इंडिया के स्टेट हेड श्री अनूप चन्द्र पंत ने भी संबोधित किया और भावना द्वारा कराये जा रहे सामाजिक व वरिष्ठजन हितैषी कार्यों की सराहना की और भावना को सदैव सहयोग देते रहने का आश्वासन दिया।

समारोह के अगले चरण में विभिन्न स्कूलों के चयनित विद्यार्थियों को स्कूल फीस की आंशिक प्रति पूर्ति हेतु निर्धारित धन राशि की शिक्षा सहायता की प्रथम किश्त वितरित की गई। वर्तमान वर्ष 2025–26 में निम्नलिखित विद्यालय भावना की शिक्षा सहायता योजना से लाभान्वित हुए।

1. लखनऊ अकेडमी हाईस्कूल, त्रिवेणी नगर लखनऊ
2. ब्राइटलैण्ड इण्टर कॉलेज, त्रिवेणी नगर लखनऊ
3. सरस्वती माण्टेसरी स्कूल, कुण्डरी रकाबगंज, लखनऊ
4. न्यू पब्लिक अकेडमी इण्टर कॉलेज, राजीव नगर, कल्याणपुर लखनऊ
5. सेण्ट माइकेल्स स्कूल, बड़ा चांदगंज, लखनऊ
6. बाल निकुंज इंगलिश स्कूल, पलटन छावनी, लखनऊ
7. बाल निकुंज इण्टर कॉलेज, मोहिबुल्लापुर, लखनऊ
8. ब्लू बेल्स स्कूल, महानगर, लखनऊ
9. माता भगवती देवी प्राथमिक विद्यालय, (समर्पण ट्रस्ट) बाबू खेड़ा कोठी, पी.जी.आई., लखनऊ
10. भगवान बख्श सिंह इण्टर कॉलेज, बन्धा रोड, फैजुल्लागंज, लखनऊ
11. महेन्द्र नीलम सिंह शिक्षण सेवा संस्थान, कृष्णलोक कालोनी, फैजुल्लागंज, लखनऊ
12. नेशनल एसोसिएशन फार द ब्लाइंड, उत्तर प्रदेश
13. बाल निकुंज विद्यालय, बेलीगारद, सेक्टर–पी., अलीगंज, लखनऊ
14. फ्लोरेन्स नाइटिंगेल इण्टर कॉलेज, त्रिवेणी नगर, लखनऊ
15. दयानन्द इण्टर कॉलेज, महानगर, लखनऊ

16. सरस्वती विद्या मंदिर इण्टर कॉलेज, इन्दिरा नगर, लखनऊ
17. ओम साईं मार्डर्न पब्लिक स्कूल, संदना, सीतापुर
18. एलडोरेडो इण्टर कॉलेज, गाजीपुर बलराम, फैजुल्लागंज, घैला रोड, लखनऊ

उपरोक्त विद्यालयों के कक्षा 1 से 8 तक के 102 विद्यार्थियों को रूपया 61,200.00, कक्षा 9 से 10 तक के 37 विद्यार्थियों को रूपया 33,300.00, कक्षा 11 से 12 तक के 05 विद्यार्थियों को कुल रूपया 99,500.00 की शिक्षा सहायता प्रदान की गई, जिसके चेक संबंधित स्कूलों के प्रधानाचार्यों/उनके प्रतिनिधियों को इस अनुरोध के साथ हस्तगत कराये गये कि वे उनके स्कूल की चयनित सूची में उल्लिखित विद्यार्थियों को स्कूल फीस में तद्नुसार लाभ देने की कृपा करें।

शिक्षा सहायता की प्रथम किश्त के वितरण के पश्चात वर्ष 2024–25 में 10वीं और 12वीं कक्षा में सर्वोकृष्ट व सर्वोत्तम प्रदर्शन के लिए निम्नलिखित प्रतिभावान विद्यार्थियों को विभिन्न दान–दाताओं द्वारा प्रायोजित विशिष्ट प्रोत्साहन पुरस्कार व प्रशस्ति पत्र प्रदान किये गये।

क्रमांक	विद्यार्थी का नाम	कक्षा	श्रेणी	पुरस्कार का विवरण	धनराशि रु0
1.	कु0 अनन्या यादव	12	सर्वोत्कृष्ट	श्री विपिन कुमार पाण्डेय जी द्वारा उनके पिता जी की स्मृति में प्रायोजित, स्व0 डॉ0 कृष्ण दत्त पाण्डेय स्मृति पुरस्कार	21,000.00 तथा प्रशस्ति पत्र
2.	कु0 नन्दिनी गौतम	12	सर्वोत्तम	श्री अमित तिवारी जी द्वारा उनके पिता जी की स्मृति में प्रायोजित, स्व0 रमेश चन्द्र तिवारी स्मृति पुरस्कार	15,000.00 तथा प्रशस्ति पत्र
3.	शिवम राजभर	10	सर्वोत्कृष्ट	श्री विपिन कुमार पाण्डेय जी द्वारा उनकी माता जी की स्मृति प्रायोजित, स्व0 गायत्री देवी पाण्डेय स्मृति पुरस्कार	11,000.00 तथा प्रशस्ति पत्र
4.	कु0 सलोनी कनौजिया	10	सर्वोत्तम	श्री अमित तिवारी जी द्वारा उनकी माता जी की स्मृति में प्रायोजित स्व0 वीना तिवारी स्मृति पुरस्कार	10,000.00 तथा प्रशस्ति पत्र

शिक्षा सहायता एवं विशिष्ट पुरस्कार वितरण के पश्चात भावना के उपाध्यक्ष श्री देवेन्द्र स्वरूप शुक्ला ने मंच पर उपस्थित सभी विशिष्ट अतिथियों, पदाधिकारियों तथा सक्रिय सहयोग देने वाले सभी सदस्यों को धन्यवाद ज्ञापित किया तथा अध्यक्ष जी की अनुमति से सभा समापन की घोषणा करते हुए भावना के सदस्यों व अतिथियों को भोजन हेतु आमंत्रित किया। विभिन्न स्कूलों से आये हुए विद्यार्थियों, अभिभावकों व प्रधानाचार्य/उनके प्रतिनिधियों को लंच पैकेट वितरित किये गये।

इस प्रकार समारोह का सफलतापूर्वक आयोजन तथा सोल्लास समापन हुआ।

जग मोहन लाल जायसवाल
महासचिव (प्रशासन), भावना

दिनांक 18-09-25 गुरुवार को भावना के कोर ग्रुप की आयोजित विशिष्ट बैठक की कार्यवृत्ति

दिनांक 18.09.25 दिन गुरुवार को **"आइस एंड स्पाइस" रेस्टोरन्ट** अलीगंज सेक्टर–के, में भावना के कोर ग्रुप व कतिपय अन्य आमंत्रियों की विशेष बिन्दुओं पर विचार विमर्श हेतु एक बैठक आयोजित की गई जिसमें उपस्थिति निम्नानुसार रही–

1. श्री राम लाल गुप्ता .... राष्ट्रीय अध्यक्ष भावना
2. श्री सुधीर कुमार वर्मा .... प्रमुख महासचिव
3. श्री जगमोहन लाल जायसवाल .... महासचिव प्रशासन
4. श्री प्रभात किरण चौरसिया .... महासचिव कार्यान्वयन
5. श्री चन्द्रशेखर आजाद .... कोषाध्यक्ष
6. श्री राजदेव स्वर्णकार .... उप महासचिव
7. श्री अमर नाथ .... मुख्य संपादक भावना संदेश
8. प्रो0 डा. राम सजीवन शुक्ल .... विशेष आमंत्री
9. श्री अमर नाथ धवन .... विशेष आमंत्री
10. श्री अनिल कुमार सिंह .... विशेष आमंत्री

श्री तुंग नाथ कनौजिया– वरिष्ठ उपाध्यक्ष, श्री देवेन्द्र स्वरूप शुक्ला – उपाध्यक्ष, श्री अशोक कुमार मल्होत्रा– उपाध्यक्ष, श्री सतपाल सिंह– महासचिव एडवोकेसी ने विभिन्न व्यक्तिगत कारणों से उपस्थित होने में असमर्थता बताई।

भावना के राष्ट्रीय अध्यक्ष की अनुमति से महासचिव प्रशासन ने बैठक में आये महानुभावों का स्वागत किया और सभा की कार्यवाही प्रारम्भ की जिसका बिन्दुवार वर्णन निम्नलिखित है–

1. इंस्टीट्यूशन ऑफ इंजीनियर्स रिवर बैंक कालोनी में दिनांक 19.08.2025 (मंगलवार) को आयोजित भावना के 26वें स्थापना दिवस पर एक संक्षिप्त टिप्पणी पूर्व में निर्गत की गई थी। इसी क्रम में स्थापना दिवस का विस्तृत कार्यवृत्त तैयार करके बैठक में सुनाया गया जिसका सभी उपस्थित व्यक्तियों द्वारा सर्वसम्मति से अनुमोदन किया गया।

2. **भावना संदेश** प्रत्रिका के संपादक के आकस्मिक निधन से रिक्त पद पर विचार किया गया। अध्यक्ष जी तथा महासचिव प्रशासन ने अवगत कराया कि उन्होंने अपने स्तर से अनेक सदस्यों जिनकी साहित्यिक पृष्ठभूमि रही, से संपर्क करके **भावना संदेश** के संपादक का कार्यभार संयोजन का आग्रह किया गया। किन्तु सभी ने विभिन्न व्यक्तिगत कारणों अथवा व्यस्तता के चलते इसमें रूचि नही दिखाई। इसके पश्चात महासचिव प्रशासन द्वारा प्रेरित किये जाने के फलस्वरूप डा0 राम सजीवन शुक्ला द्वारा इस कार्य हेतु रूचि दिखाई गयी और विशेष बैठक में संपादन का कार्यभार स्वीकार्य करते हुए सार्वजनिक रूप से अपनी सहमति व्यक्त की जिसका उपस्थित जनों करतल ध्वनि से अनुमोदिन किया।

3. वाह्य संपर्क प्रकोष्ठ के सचिव के रिक्त पद को भरने हेतु महासचिव प्रशासन द्वारा प्रसारित अपील पर श्री सुभाष मणि तिवारी से लिखित सहमति प्राप्त होने पर इस पद हेतु उनका नाम प्रस्तावित किया

गया जिसका सभी ने अनुमोदन किया। सभा को सूचित किया गया कि श्री तिवारी, श्री अशोक कुमार मल्होत्रा, उपाध्यक्ष एवं श्री सतपाल सिंह, महासचिव एडवोकेसी के मार्गदर्शन में व उनसे विचार विमर्श करके कार्य करेंगे और निरन्तर उनके संपर्क में रहेंगे।

4. सचिव ग्राम्यांचल एवं निर्धन जन सेवा प्रकोष्ठ के रिक्त पद हेतु प्रमुख महासचिव श्री सुधीर कुमार वर्मा जी द्वारा श्री अमर नाथ धवन का नाम प्रस्तावित किया गया। इस पद हेतु श्री अमर नाथ धवन द्वारा दी गई सहमति के परिपेक्ष्य में सभी सदस्यों द्वारा करतल ध्वनि से अनुमोदन किया गया।

5. सदस्यों द्वारा आपत्ति की गई कि सभा में विलम्ब से आने वाले पदाधिकारियों को सभा को रोक कर सभा की कार्यवाही से ब्रीफ कराना पड़ता है जिसके कारण अन्य सभी उपस्थित जनों का समय व्यर्थ होता है और सभा की कार्यवाही विलम्बित होती है। अतः सर्वसम्मति से निर्णय लिया गया कि किसी भी पदाधिकारी/सदस्य के विलम्ब से आने पर तत्समय सभा की कार्यवाही को ब्रीफ कराने में समय नष्ट कर सभा की कार्यवाही को बाधित नही किया जायेगा। सभा के पश्चात महासचिव प्रशासन ब्रीफिंग का कार्य कर सकते हैं।

6. वाह्य संपर्क प्रकोष्ठ के सदस्य श्री पुरुषोत्तम केसवानी के असामयिक निधन से रिक्त हुए पद पर प्रतिष्ठापन हेतु कोई प्रस्ताव नहीं आया। इसको प्रबन्ध कारिणी की समिति में प्रस्तुत कर प्रस्ताव प्राप्त किये जायें और उपलब्ध प्रस्तावों पर विचार कर रिक्त पद को पूर्ण किया जाय।

7. सहयोग एवं सेवा प्रकोष्ठ के सदस्यों के निम्नलिखित क्षेत्रवार पदों पर स्थापित सदस्यों के निष्क्रिय होने अथवा इन पदों के रिक्त होने के कारण प्रकोष्ठ के कार्य बाधित हैं।

(क) विकास नगर क्षेत्र– श्री योगेन्द्र सिंह चौहान पुत्र श्री बी. एन. सिंह निष्क्रिय हैं। कार्य बाधित है

(ख) निराला नगर क्षेत्र– श्री योगेन्द्र सिंह चौहान पुत्र श्री बी. एन. सिंह निष्क्रिय हैं। कार्य बाधित है

(ग) त्रिवेणी नगर, सीतापुर रोड, आई.आई.एम. रोड के दोनों ओर के क्षेत्र– के सदस्य एवं प्रभारी पद पर श्री योगेन्द्र प्रताप सिंह की सहमति के आधार पर उनके मनोनयन का निर्णय हुआ।

(घ) इन्दिरा नगर क्षेत्र– श्री जीवन गोस्वामी, निष्क्रिय हैं। कार्य बाधित है

(च) गोमती नगर तथा विस्तार क्षेत्र– श्री सुभाष मणि तिवारी निष्क्रिय हैं। कार्य बाधित है

इन पदों पर सदस्यों को नामित किया जाना है, निर्णय हुआ कि इस बिन्दु को प्रबन्ध कारिणी की बैठक में रखा जाय तथा प्राप्त प्रस्तावों पर विचारोप्रान्त चयन किया जाय।

8. श्री सतपाल सिंह महासचिव एडवोकेसी ने स्वास्थ कारणों से इस बैठक में सम्मिलित होने में असमर्थता व्यक्त की। उन्होंने कतिपय बिन्दुओं पर ध्यान आकर्षित करते हुए इंगित किया कि वर्तमान में भावना की लगभग 8 (आठ) व्हाट्सएप ग्रुप संचालित हो रहे हैं जिनमें कई ग्रुपों में अनेक सदस्यों के नाम कॉमन हैं। श्री सिंह ने सुझाव दिया इन ग्रुपों की समीक्षा कर यथासंभव कई ग्रुपों को सम्मिलित (मर्ज) किये जाने पर विचार किया जाय। राष्ट्रीय अध्यक्ष सहित अनेक सदस्यों ने इससे सहमति जताई। अतः निर्णय हुआ कि दोनों नोटिस बोर्ड प्रबन्ध कारिणी तथा प्रकोष्ठों के नाम से ही ग्रुप संचालित किये जायेगे। अन्य किसी प्रकार का ग्रुप संचालित नही रहेगा।

9. संसाधन प्रबन्ध प्रकोष्ठ के संयोजक श्री नरेन्द्र कुमार रस्तोगी द्वारा भावना के कार्यों में अरूचि एवं असमर्थता व्यक्त किये जाने के कारण उक्त पद रिक्त हो गया है। इस पद पर प्रतिष्ठापन हेतु प्रबन्ध

कारिणी समिति की बैठक में बिन्दु रखकर इच्छुक सदस्यों का प्रस्ताव लिये जायें। प्राप्त प्रस्तावों पर विचार और समीक्षा करके उचित व्यक्ति को इस पर मनोनीत किया जाये।

10. भावना की प्रबन्ध कारिणी की आगामी बैठक दिनांक 12.10.25 रविवार को आयोजित करने का निर्णय लिया गया। महासचिव प्रशासन द्वारा बैठक का स्थान, समय तथा एजेंडा राष्ट्रीय अध्यक्ष की सहमति और सम्मति प्राप्त करके किया जायेगा।

सर्वसम्मति से तय किया गया कि इन सभी प्रस्तावों तथा निर्णयों को कार्य कारिणी की बैठक में प्रस्तुत कर अनुमोदन प्राप्त किया जायेगा।

जग मोहन लाल जायसवाल
महासचिव (प्रशासन), भावना

प्रमुख समाचार

(1) Annual General Meeting ISU3A
Indian Society of U3AS on 13.12.25 at UDAIPUR (Rajasthan)

Please Contact- (1) Sri A. K. Malhotra - 6393480489
(2) Sri Sat Pal Singh - 9839043458

श्रम का महत्व

मगध में भयंकर अकाल पड़ा। भीषण गरमी से धरती जलने लगी और क्षुधा के कारण प्रजा त्राहि–त्राहि करने लगी। सम्राट चंद्रगुप्त ने अपने राजकोश को प्रजा की सहायता के लिए खोल दिया और साथ ही सबको स्थान–स्थान पर यज्ञ करने का निर्देश दिया, ताकि वरुण देव उनसे पुष्ट होकर वृष्टि करने में सक्षम हों। पाटलिपुत्र में भी यज्ञ का आयोजन किया गया, जिसमें सात दिन तक निराहार व्रत का पालन करते हुए सम्राट ने मुख्य यजमान की भूमिका निभाई।

इसके बाद सम्राट व साम्राज्ञी ने बंजर भूमि पर हल चलाना प्रारंभ किया। हल के जमीन पर लगते ही वहाँ एक आकृति प्रकट हुई और सम्राट को संबोधित करते हुए बोली – "लोग श्रम की उपेक्षा कर रहे हैं, इसीलिए यह दुर्भिक्ष उपस्थित हुआ है। यदि प्रजा पुनः श्रम करना आरंभ कर दे तो खुशहाली के दिन पुनः वापस आ जाएँगे।" यह दृश्य देखकर प्रजा को श्रम का महत्त्व ज्ञात हुआ और सभी श्रम करने में जुट गए। थोड़े परिश्रम से नहर खोद ली गई और बंजर भूमि पर पानी की धारा बह निकली। श्रम के देवता ने सबको पुनः समृद्ध कर दिया।

'' तुम न जाने किस जहाँ में खो गये''

श्री पुरुषोत्तम केसवानी
सम्पादक भावना सन्देश
भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति 'भावना'

हमारे भावना परिवार के अत्यन्त कर्मठ सदस्य समर्पित कार्यकर्ता, अत्यन्त मृदुभाषी तथा अध्यात्मिक प्रवृत्ति के सहृदय सदस्य श्री पुरूषोत्तम केसवानी जी का परलोक गमन दिनांक 24 अगस्त 2025 को हो गया था।

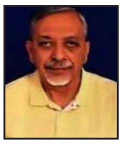
श्री पुरुषोत्तम केसवानी जी का जन्म 17 अक्टूबर 1947 को पाकिस्तान के रोहरी में हुआ। वे दो बहनों– श्रीमती प्रेमी देवी बजाज और श्रीमती शांति आहूजा के साथ बड़े हुए। उन्होंने कानपुर में पढ़ाई की और बी.कॉम. एवं C.A. (I.I.B) की डिग्री प्राप्त की। पढ़ाई के साथ–साथ उन्होंने आयकर विभाग में चार वर्श कार्य किया, और फिर 1970 में सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया से जुड़ गए। नौकरी के हिस्से के रूप में उन्होंने भारत के विभिन्न हिस्सों की यात्रा की। तीन दशक की सेवा के बाद, उन्होंने 2001 में स्वेच्छा से सेवानिवृत्ति ली।

उनका जीवन और भी सुन्दर तब हुआ जब उन्होंने 1970 में श्रीमती मीना केसवानी से विवाह किया। वे केवल उनकी पत्नी ही नहीं बल्कि उनकी सच्ची साथी और सखी थीं। दोनों ने मिलकर अपने दो बच्चों– दीपा और आनंद को प्यार से पाला और पूरे समर्पण से पारिवारिक जिम्मेदारियाँ निभाईं। लेकिन अगर यह कहा जाए कि उन्हें सबसे अधिक आनंद किस बात से मिला, तो वह था उनका सामाजिक सेवा का भाव, विशेष रूप से हरी ओम मंदिर से उनका गहरा जुड़ाव। 2001 से लेकर अंतिम दिन तक वे मंदिर से जुड़े रहे, असीम भक्ति के साथ। उन्होंने हरि ओम मन्दिर की प्रबंध समिति के साथ और महासचिव के रूप में अथक परिश्रम किया, और प्रेम, आदर व अपनापन से भरे रिश्ते बनाए। उनका समर्पण हम सबके लिए प्रेरणा है। हमेशा अपनी जड़ों से जुड़े रहे और दूसरों को भी सिंधी संस्कृति को संजोने और आगे बढ़ाने की प्रेरणा देते रहे। वे नियमित रूप से गुरुद्वारों में जाते, गुरबाणी का पाठ करते और उन सिद्धांतों को अपने जीवन में उतारते। मंदिर के अलावा भी उन्होंने समाज की अनेक संस्थाओं में सेवा दी– चाहे सेण्ट्रल बैंक रिटायरीज एसोसिएशन हो, भावना पत्रिका के संपादक के रूप में योगदान हो या अन्य संस्थाएँ।

श्री केसवानी जी भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति (भावना) के पत्रांक प– 010 / अ–815दि0 31. 03.2020 द्वारा कार्यकारिणी सदस्य बनाये गये तथा आपकी सदस्य संख्या P-26 / 422 थी। आपने भावना संदेश के सम्पादक के रूप में अप्रैल–जुलाई 2020 के सम्पादन का कार्य शुरु किया और जुलाई 2025 तक के अंक का सम्पादन पूर्ण निष्ठा और समर्पण से किया। अचानक न्युमोनिया की चपेट में आने के कारण आप 24–25 अगस्त 2025 को मध्य रात्रि में हम सभी को बिलखता छोड़ गये। ईश्वर आपकी आत्मा को सद्गति प्रदान करे।

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः।

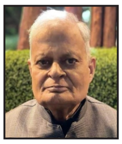
अप्रैल 2025 से 20.09.2025 तक भावना के बनाए गये नये सदस्यों की सूची

क्रम	सदस्य का नाम / सदस्यता संख्या / श्रेणी	जन्मतिथि / विवाह तिथि	पूर्ण पता / टेलीफोन नंबर / ईमेल	फोटोग्राफ
1	श्री अजय अग्रवाल ए–112 / 1097 (आजीवन)	05.07.1960 / 01.12.1984	ए–1005, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9423484932 ईमेल : ajaikorwa@gmail.com	
2	श्रीमती अन्जू अग्रवाल ए–113 / 1098 (आजीवन)	08.06.1964 / 01.12.1984	ए–1005, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9423484932 ईमेल : ajaikorwa@gmail.com	
3	श्री गोपाल सिंह जी–29 / 1099 (आजीवन)	13.01.1955 / 07.06.1979	एफ–205, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415424353 ईमेल : gopalsingh_13@yahoo.com	
4	श्रीमती पुष्पा सिंह पी–61 / 1100 (आजीवन)	13.12.1957 / 07.06.1979	एफ–205, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415424353 ईमेल : gopalsingh_13@yahoo.com	
5	श्री प्रमोद कुमार सिंह पी–62 / 1101 (आजीवन)	01.07.1959 / 27.05.1986	एल–701, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9451217076 ईमेल : pksingh12258@gmail.com	
6	श्रीमती रंजना सिंह आर–135 / 1102 (आजीवन)	06.07.1964 / 27.05.1986	एल–701, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9451217076 ईमेल : pksingh12258@gmail.com	
7	श्री विकास मेहरोत्रा वी–74 / 1103 (आजीवन)	16.12.1955 / 11, मई	ई–402, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415034544, 9838504119 ईमेल : vikasmehrotra@gmail.com	
8	श्रीमती इति मेहरोत्रा आई–14 / 1104 (आजीवन)	10.02.1959 / 11, मई	ई–402, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415034544, 9838504119 ईमेल : vikasmehrotra@gmail.com	

अप्रैल 2025 से 20.09.2025 तक भावना के बनाए गये नये सदस्यों की सूची

क्रम	सदस्य का नाम / सदस्यता संख्या / श्रेणी	जन्मतिथि / विवाह तिथि	पूर्ण पता / टेलीफोन नंबर / ईमेल	फोटोग्राफ
9	श्री राम दुलार यादव आर–136 / 1105 (आजीवन)	10.03.1960 /	के–202, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415901439 ईमेल : yadavrd10@gmail.com	
10	श्रीमती नीलिमा यादव एन–55 / 1106 (आजीवन)	01.06.1965 /	के–202, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415901439 ईमेल : yadavrd10@gmail.com	
11	श्रीमती विनीता कुमारी वी–75 / 1107 (विशिष्ट)	01.12.1971 / 1 दिसम्बर	4 / 229, विशाल खण्ड, गोमतीनगर, लखनऊ मो. : 8076230044 ईमेल : kpddsw@gmail.com	
12	श्री कृष्ण प्रसाद के–79 / 1108 (विशिष्ट)	08.07.1965 / 1 दिसम्बर	4 / 229, विशाल खण्ड, गोमतीनगर, लखनऊ मो. : 8076230044 ईमेल : kpddsw@gmail.com	
13	श्री दया शंकर त्रिपाठी डी–41 / 1109 (आजीवन)	15.12.1959 / 19.04.1986	डी–903, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9956565415 ईमेल : tripathids1961@gmail.com	
14	श्रीमती शशि प्रभा त्रिपाठी एस–23 / 1110 (आजीवन)	03.04.1967 / 19.04.1986	डी–903, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9956565415 ईमेल : tripathids1961@gmail.com	
15	श्री विकास टण्डन वी–76 / 1111 (आजीवन)	22.04.1968 / 30.01.1996	एल–501, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9930034994 ईमेल : vikastandon@yahoo.co.uk	
16	श्रीमती जया टण्डन जे–34 / 1112 (आजीवन)	20.03.1971 / 30.01.1996	एल–501, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9930034994 ईमेल : vikastandon@yahoo.co.uk	

अप्रैल 2025 से 20.09.2025 तक भावना के बनाए गये नये सदस्यों की सूची

क्रम	सदस्य का नाम / सदस्यता संख्या / श्रेणी	जन्मतिथि / विवाह तिथि	पूर्ण पता / टेलीफोन नंबर / ईमेल	फोटोग्राफ
17	श्री आलोक कुमार अग्रवाल ए–114 / 1113 (आजीवन)	20.03.1962 / 21.04.1995	एच–304, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415107722 ईमेल : agarwalalok62@gmail.com	
18	श्रीमती नन्दा अग्रवाल एन–56 / 1114 (आजीवन)	05.01.1970 / 21.04.1995	एच–304, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415107722 ईमेल : agarwalalok62@gmail.com	
19	श्री अमर नाथ धवन ए–115 / 1115 (आजीवन)	20.12.1944 /	एम.आई. 148, सेक्टर–डी, निकट पुरनिया फ्लाईओवार, अलीगंज, लखनऊ मो. : 9935378375 ईमेल :	
20	श्री अखिल कुमार गुप्ता ए–116 / 1116 (आजीवन)	07.01.1963 / 01.12.1979	वी–402, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9935054979 ईमेल : guptaakhil2008@gmail.com	
21	श्रीमती दीपा गुप्ता डी–42 / 1117 (आजीवन)	03.01.1968 / 01.12.1979	वी–402, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9935054979 ईमेल : guptaakhil2008@gmail.com	
22	डॉ0 अनिल कुमार सक्सेना ए–117 / 1118 (आजीवन)	01.12.1964 / 24.07.1979	एच–706, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415026303 ईमेल : saksena54@yahoo.co.in	
23	श्रीमती अल्का सक्सेना ए–118 / 1119 (आजीवन)	24.09.1956 / 24.07.1979	एच–706, शालीमार गैलेन्ट, विज्ञानपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 मो. : 9415026303 ईमेल : saksena54@yahoo.co.in	
24	श्री अशोक कुमार ओझा ए–119 / 1120 (विशिष्ट)	01.08.1954 / 02.03.1976	2 / 231, विराट खण्ड, गोमतीनगर, लखनऊ मो. : 9918200275 ईमेल : akojha1954@yahoo.com	

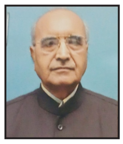
अप्रैल 2025 से 20.09.2025 तक भावना के बनाए गये नये सदस्यों की सूची

क्रम	सदस्य का नाम / सदस्यता संख्या / श्रेणी	जन्मतिथि / विवाह तिथि	पूर्ण पता / टेलीफोन नंबर / ईमेल	फोटोग्राफ
25	श्रीमती इन्दिरा ओझा आई–15 / 1121 (विशिष्ट)	02.06.1960 / 02.03.1976	2 / 231, विराट खण्ड, गोमतीनगर, लखनऊ मो. : 9918200275 ईमेल : akojha1954@yahoo.com	
26	श्री दिनेश चन्द्र राठौर डी–43 / 1122–(विशिष्ट)	01.01.1947 12.03.1980	58 / 3 प्रयाग नारायण रोड एफ–2 बैंक आफ इण्डिया कालोनी लखनऊ – 226001 मो0–9415548124 ईमेल..........	
27	श्रीमती रश्मि सिंह राठौर आर–137 / 1123–(विशिष्ट)	14.04.1954 12.03.1980	58 / 3 प्रयाग नारायण रोड एफ–2 बैंक आफ इण्डिया कालोनी लखनऊ – 226001 मो0–9415548124 ईमेल..........	
28	श्री नीरज श्रीवास्तव एन–57 / 1124	12.12.1965 02 / 2003	जी / 01 ब्लाक–जी, शालीमार गैलेंट महानगर, लखनऊ –226006	
29	श्रीमती मनीषा श्रीवास्तव एम–77 / 1125	6.2018 02.2003	जी / 01 ब्लाक–जी, शालीमार गैलेंट महानगर, लखनऊ –226006	
30	श्रीश कुमार श्रीवास्तव एस–232 / 1126	30.06.1964 30.01.1990	11 / 432 से–2, हाउस नं. 432, विकास नगर लखनऊ 226022 मो0: 8874265648 ईमेल : srishkumarsrivastava1197@gmail.com	
31	श्रीमती भावना श्रीवास्तव बी–47 / 1127	18.12.1970 30.01.1990	11 / 432 से–2, हाउस नं. 432, विकास नगर लखनऊ 226022 मो0: 8874265648 ईमेल : srishkumarsrivastava1197@gmail.com	
32	श्रीमती सुमन जायसवाल एस–233 / 1128	11.05.1951 06.07.1979	538 क / 214 त्रिवेणी नगर–2, निराला नगर लखनऊ मो0: 8687517026 ईमेल : srishkumarsrivastava1197@gmail.com	

अप्रैल 2025 से 20.09.2025 तक भावना के बनाए गये नये सदस्यों की सूची

क्रम	सदस्य का नाम / सदस्यता संख्या / श्रेणी	जन्मतिथि / विवाह तिथि	पूर्ण पता / टेलीफोन नंबर / ईमेल	फोटोग्राफ
33	श्री सिद्धेश दूबे एस–234 / 1129	10.09.1960 20.02.1988	406 धई स्ट्रीट राजेन्द्र नगर, लखनऊ–226004 मो0: 7905003207 ईमेल : dubeysidish@gmail.com	
34	श्रीमती किरन दुबे के–79 / 1130	01.01.1967 20.02.1988	406 धई स्ट्रीट राजेन्द्र नगर, लखनऊ–226004 मो0: 7905003207 ईमेल : dubeysidish@gmail.com	
35	श्री कृष्ण चन्द्रवर्मा के–80 / 1131–(विशिष्ट)	09.01.1962 20.06.1986	3 / 148 विशाल खण्ड गोमती नगर, लखनऊ मो0: 9415010675 ईमेल : krishnachandra1962@gmail.com	
36	श्रीमती सरोजनी वर्मा एस–235 / 1132–(विशिष्ट)	15.02.1963 20.06.1986	3 / 148 विशाल खण्ड गोमती नगर, लखनऊ मो0: 9415010675 ईमेल : krishnachandra1962@gmail.com	
37	श्री रवि कुमार अरोड़ा एस–138 / 1133	15.08.1956 12.05.1980	ई 602 शालीमार गैलेंट विज्ञानपुरी महानगर लखनऊ मो0: 7506357670 ईमेल : aroraravi15@yahoo.co.in	
38	श्रीमती रीना अरोड़ा आर–139 / 1134	07.05.1956 12.05.1980	ई 602 शालीमार गैलेंट विज्ञानपुरी महानगर लखनऊ मो0: 7506357670 ईमेल : aroraravi15@yahoo.co.in	
39	श्री नीरेन्द्र कुमार निषाद एन–57 / 1135	25.10.1958 21.04.1995	खसरा सं0 3396 वद्रीनगर नादरगंज, अमौसी सरोजनी नगर लखनऊ मो0: 9452101029 ईमेल : nkn1958@rediffmail.com	
40	श्रीमती डॉ0 नीरज वर्मा एन–58 / 1136	01.01.1965 21.04.1995	खसरा सं0 3396 वद्रीनगर नादरगंज, अमौसी सरोजनी नगर लखनऊ मो0: 9452101029 ईमेल : nkn1958@rediffmail.com	

अप्रैल 2025 से 20.09.2025 तक भावना के बनाए गये नये सदस्यों की सूची

क्रम	सदस्य का नाम/ सदस्यता संख्या/श्रेणी	जन्मतिथि/ विवाह तिथि	पूर्ण पता/ टेलीफोन नंबर/ ईमेल	फोटोग्राफ
41	श्री शिव मोहन वाजपेयी एस–236/1137	31.08.1948 12.12.1977	3/439 विशाल खण्ड–3 गोमती नगर लखनऊ मो0: 9451310586 ईमेल : shivamohanbajpai@gmail.com	
42	श्री रामप्रकाश कटियार आर–140/1138	02.06.1941	ई–आई/ए.आई वाई ब्लाक रीवर बैंक कालेनी, लखनऊ–226018 मो0: 9140399292	
43	मेसर्स एडवाण्टे रियल्टी इण्डिया, प्राइवेट लिमिटेड ए–120/1139 संस्थागत	.....	625, एम.जी.एफ. इमराल्ड प्लाजा, सेक्टर–65 गुड़गाँव, हरियाणा–122018	

मानव / मानवता

मानवता का आधार है सहृदयता। जो पाप में फँस जाता है मानव है, जो उस पर खेद प्रकट करता है, देवता है, जो उस पर घमण्ड करता है, दानव है। केवल मनुष्य ही एक ऐसा है जो दया व सेवाभाव लेकर जन्मा है। त्याग व बलिदान मात्र उसी में है। यही उसकी विशेषता और महानता है। जिसके भीतर यह वृत्ति न हो, तो अपनी क्षुद्रताओं को देखकर लज्जित होता है, व अपूर्णताओं को पूर्ण करता है। वह अकेला मनुष्य ही है, जो दूसरों के दुख को देखकर दुखी होता है और उन्हें सुखी बनाने के लिये अपने को जोखिम में डालता है। यह उसकी गरिमा और महत्ता है।

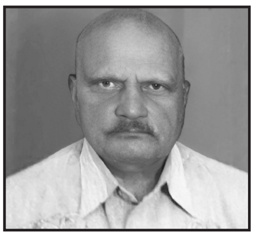
''युक्ति युक्त नीति''

द्वारिकापुरी में एक संध्या भगवान श्री कृष्ण और अर्जुन समुद्र के किनारे टहल रहे थे, तभी उन्होंने देखा कि समुद्र के दूसरे छोर से बहुत बड़ा बवन्डर उठा और उसमें से एक भयानक दैत्य निकलकर उनकी ओर बढ़ा। मगध के राजा जरासंघ के कहने पर, "कालयवन" नामक यह बलशाली दैत्य, जिसे वरदान प्राप्त था कि वह किसी अस्त्र–शस्त्र से नही मारा जायेगा, श्री कृष्ण पर आक्रमण करने के लिये, उनकी ओर तीव्र गति से बढ़ने लगा। उसको तीव्र गति से बढ़ते देखकर अर्जुन ने कहा– भगवन् आप इस पर शीघ्र अपने सुदर्शन से प्रहार करके उसका वध कर दीजिये। श्री कृष्ण ने कहा कि सुदर्शन से वार करना इसके संहार का उपाय नही है। श्री कृष्ण जानते थे कि कालयवन को किसी भी अस्त्र–शस्त्र से नहीं मारा जा सकता, क्योंकि उसे भगवान शिव का वरदान प्राप्त था। इसलिये उन्होंने युद्ध के मैदान से भागने का बहाना बनाया और उसे एकान्त में ले जाने के लिये दौड़ाया। अर्जुन भी उनके पीछे–पीछे भागने लगे। भागते–भागते दोनों एक गुफा में घुस गये।

उस गुफा में त्रेतायुग के महान राजा मुचुकुन्द, जिन्होंने अनेकों वर्षो तक देवासुर संग्राम में, देवताओं का साथ दिया था और अनवरत युद्ध की थकान के कारण, हजारों वर्षों की योगनिद्रा में सो रहे थे। उनको देवताओं का वरदान प्राप्त था कि जो उनकी निद्रा भंग करेगा वह उनकी प्रथम दृष्टि से भस्म हो जायगा।

श्री कृष्ण ने अपना उत्तरीय सोये हुये राजा मुचुकुन्द को ओढ़ाया और वे तथा अर्जुन एक स्थान पर जाकर छिप गये। कालयवन भी पीछे दौड़ते हुये गुफा में घुस गया। उसने देखा कि उत्तरीय ओढ़े कोई सोया है, और उन्हें श्री कृष्ण समझ कर लात मार दी जिससे उनकी निद्रा भंग हो गई। नींद से जागते ही मुचुकुन्द ने क्रोध में कालयवन पर दृष्टि डाली और वह भस्म होकर राख हो गया। इस प्रकार श्री कृष्ण ने कालयवन को प्राप्त वरदान की रक्षा करते हुये भी उसका संहार कर दिया।

इसके बाद श्री कृष्ण ने राजा मुचुकुन्द को दर्शन देकर वरदान दिया और उन्हें सारी घटना से अवगत कराया। बाद में श्री कृष्ण ने अर्जुन को बताया कि जब शत्रु अधिक बलशाली हो और उसे अपने बाहुबल से हराना सम्भव न हो तो युक्ति युक्त नीति से काम लेना उचित होता है।



संकलन कर्ता
प्रभात किरण चौरसिया
(महासचिव कार्यान्वयन)

‘‘अपनी वसीयत’’

कड़वी हकीकत ये है कि बिना ‘सही वसीयत या विवादित वसीयत के साथ’ के मरना किसी मार्केट क्रैश से ज्यादा संपत्ति नष्ट कर सकता है। कानूनी लड़ाई में पैसा और समय दोनों लगता है। यह लड़ाइयां अक्सर सालों तक चलती रहती हैं, जबकि संपत्ति फ्रीज रहती है। जिस परिवार को शोक मनाना चाहिए, वह अदालतों में एक–दूसरे से लड़ता है और वकील ही एकमात्र गारंटीड विजेता होते हैं। फिर भी इन स्पष्ट जोखिमों के बावजूद, भारतीयों में वसीयत बनाना आश्चर्यजनक रूप से असामान्य है। कुछ सर्वे बताते हैं कि 20 प्रतिशत से भी कम वयस्कों ने वसीयत बनाई है। यहां तक कि पर्याप्त संपत्ति वाले लोगों के मामले में भी ऐसा है। मेरे व्यक्तिगत अनुभव के आधार पर, ये आंकड़ा भी ज्यादा लगता है। इसके कारणों में मौत पर चर्चा करने के अंधविश्वास से लेकर साधारण टालमटोल तक शामिल हैं। लेकिन परिणाम हमेशा एक जैसे होते हैं– परिवार के जीवित सदस्यों के लिए गैर–जरूरी कष्ट।

मैं जो बहाना सबसे ज्यादा सुनता हूं वो ये है कि भरतीय उत्तराधिकार कानून स्वतः ही निकट परिवार के सदस्यों का पक्ष लेते हैं, जिससे वसीयत गैर–जरूरी हो जाती है। इससे उत्तराधिकार के काम करने के वास्तविक तरीके के बारे में एक खतरनाक गलतफहमी का पता चलता है। बिना वसीयत आपकी संपत्ति जटिल कानूनी फार्मूले के अनुसार बांटी जाती है जिसमें आपकी इच्छाओं की झलक नहीं दिख सकती। समाधान आसान है। वसीयत बनाएं। अगले साल नहीं, रिटायरमेंट के बाद नहीं, बल्कि अभी ऐसा करें। एक सामान्य वसीयत कुछ हजार रुपये में बन जाती है और सही कानूनी मार्गदर्शन से घंटों में पूरी हो सकती है। ज्यादातर लोगों के लिए, दस्तावेज जटिल नहीं होते, बस ये बताना होगा कि क्या किसे मिलना चाहिए और कार्यवाही या वसीयत प्रबंधक नियुक्त करना पर्याप्त है। ज्यादातर लोगों के काम आने वाली साधारण वसीयतों के आनलाइन विकल्प सस्ते, तेज और काफी अच्छे हैं।

जीवन के रंग

जीवन एक अवसर है –उसे खोइये मत
जीवन एक चुनौती है–उसका सामना कीजिए
जीवन एक सफर है–उसे पूरा कीजिए
जीवन एक वरदान है–उसे स्वीकार कीजिए
जीवन एक पहेली है–उसे सुलझाइये
जीवन एक कथा है–उसे सुनिये
जीवन एक प्रण है–उसका पालन कीजिए
जीवन एक आत्मा है–उसका बोध कीजिए
जीवन एक कटु सत्य है–उससे संघर्ष कीजिए
जीवन एक दुख है–उसे भोगिये
जीवन एक अनुभव है–उसे संजोइये

योगाभ्यास एवं स्वास्थ्य (भाग 13)
(भावना संदेश जुलाई 2025 से आगे)

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति, भावना के वर्तमान सदस्यों की औसत आयु लगभग 70 वर्ष है। सामान्यतः 65 वर्ष की उम्र के बाद शरीर में स्वाभाविक परिवर्तन तेजी से आने लगते हैं और वृद्धावस्था–जन्य रोग प्रकट होने लगते हैं। यह परिवर्तन और रोग निम्नलिखित हो सकते हैं।

– रक्त नलिकाओं का कठोर व संकरा होना– उच्च रक्तचाप व हृदय रोग।
– पाचक ग्रंथियों की शिथिलता– एसिडिटी, उच्च कोलेस्ट्रॉल, मोटापा, अल्सर, एनीमिया, मधुमेह।
– बड़ी आंत का स्पंदन कमजोर– कब्ज, गैस, कोलाइटिस, बवासीर, भगंदर, Bowl Syndrome।
– हड्डियों का कमजोर,पतला व सख्त होना– ऑस्टियोपोरोसिस, आर्थराइटिस, कैल्शियम– विटामिन D की कमी।
– स्नायु दुर्बलता – सिरदर्द, चक्कर, स्मृति ह्रास (डिमेंशिया)।
– फेफड़ों की कार्यक्षमता घटने से – दमा, क्षय रोग।
– ज्ञानेंद्रिय क्षीणता – दृष्टि व श्रवण दोष।
– अन्य समस्याएँ – जैसे पार्किन्सन, अनिद्रा, तनाव, अवसाद, अकेलापन।

इन परिवर्तनों को पूरी तरह से रोका तो नहीं जा सकता, परन्तु योगाभ्यास, व्यवस्थित दिनचर्या व संतुलित भोजन से उनकी गति को कम और नियंत्रित किया जा सकता है।

पिछले अंकों में वरिष्ठ नागरिकों हेतु व्यवस्थित दिनचर्या और आहारचर्या का य तथा टांगों, घुटनों, कमर, भुजाओं, कंधों व गर्दन की यौगिक सूक्ष्म क्रियाएँ, कुछ सरल आसनों एवं महत्वपूर्ण प्राणायामों के अभ्यास की सरलीकृत विधि, लाभ व सावधानियों का , वर्णन किया जा चुका है।

अब इस अंक में चित्त की शुद्धि हेतु ध्यान – साधना और ध्यान के लिए कुछ सहायक क्रियाओं पर चर्चा की जा रही है।

ध्यान (Meditation)–

ध्यानः, अनुभव की अवस्था है। जब मन शांत होता है, तभी ध्यान घटित होता है। ध्यान चित्त की निर्विचार अवस्था है।
संस्कृत में धी (बुद्धि / चेतना) + यान (मार्ग / साधन) – मन को विशिष्ट दिशा में ले जाना ही ध्यान है।

ध्यान से :–
– मन शांत और अंतर्मुखी तथा निर्विषय होता है
– चित्त निर्विकार बनता है।
– शांति व आनंद की अनुभूति होती है।
– शारीरिक और मानसिक तनाव तत्काल दूर होता है।

संयुक्त राष्ट्र महासभा (UN) ने भारत की पहल पर 21 दिसम्बर को **विश्व ध्यान दिवस** घोषित किया

है। दिनांक 21/12/2025 को पूरा विश्व **द्वितीय विश्व ध्यान दिवस** मनाएगा। यह दिन **शीतकालीन संक्रांति** का भी प्रतीक है।

कई वैज्ञानिक परीक्षणों में यह बताया गया है कि ध्यान से–

– तनाव कम, हृदय की गति व ऑक्सीजन की खपत नियंत्रित होने लगती है।
– मस्तिष्क में अल्फा तरंगें बनती हैं।
– प्रतिरोधक शक्ति बढ़ती है।
– कैंसर, डिप्रेशन व अनिद्रा और मानसिक रोगों पर सकारात्मक प्रभाव होता है ।

ध्यान की प्रमुख विधियाँः

दिनचर्या दर्शन, प्रातःकृत ध्यान, विचार ध्यान, भाव ध्यान, ओंकार जप, मंत्र ध्यान, श्वास ध्यान; चक्र ध्यान साधना , त्राटक ध्यान, हृदय पर ध्यान, सहज ध्यान साधना, योगनिद्रा, शिथिलीकरण, नाद योग आदि।

इस अंक में– **संक्षिप्त योगनिद्रा (शवासन)** और **हृदय पर ध्यान** की सहज विधि प्रस्तुत है।

1. **शवासन/संक्षिप्त योगनिद्राः–**

विधि

आसन पर पीठ के बल सीधे लेटें। पैरों में सुविधाजनक फासला बनाएं, पैर ढीले, हाथ शरीर से थोड़े अलग, हथेलियाँ ऊपर।
आंखें बंद कर श्वासों को सामान्य करें। पूरे शरीर को ढीला करें।
शरीर का पैरों से सिर तक व सिर से पैरों तक 2 से 3 बार मानसिक अवलोकन करें।
बार–बार भाव लाएँ कि शरीर शिथिल व मन शांत हो रहा है।
श्वासों का दृष्टा भाव से कुछ देर मानसिक अवलोकन करें।
अब श्वास के साथ **ओंकार (ॐ) का मानसिक जाप** प्रारंभ करें (अंदर जाते समय ॐ, बाहर आते समय गिनती 1,2,3)
11–21 श्वासों तक अभ्यास करें।

अंत में कोई शुभ संकल्प लें, और उसे एक बार दोहरा लें। अब पूरे शरीर का एक साथ मानसिक अवलोकन करें। धीरे–धीरे अंगों को हिलाएँ, शरीर को स्ट्रेच करें, करवट लेकर बैठ जाएँ और धीरे धीरे अपनी आँखें हथेलियों के अंदर खोल लें।

लाभः

– तन–मन की थकान दूर, मन शांत।
– पाचन व चंद्र नाड़ी संतुलित।
– प्राण ऊर्जा का स्तर बढ़े।
– रक्तचाप, हृदय रोग, जोड़ों का दर्द, अनिद्रा, माइग्रेन व तनाव में लाभकारी।
– भोजन के बाद पाचन में सहायक।

2. **हृदय पर ध्यान**

श्रीमद्भागवत गीता के श्लोक 18.61 और 10.20 में भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं किः–

ईश्वरः सर्वभूतानां हृद्देशेऽर्जुन तिष्ठति– अर्थात् हे अर्जुन परमात्मा सभी प्राणियों के हृदय में निवास करते हैं।

अहमात्मा गुडाकेश सर्वभूताशयस्थितः– अर्थात् हे अर्जुन, मैं सब प्राणियों के हृदय में स्थित आत्मा हूँ। अन्य सभी धर्म भी इस ही बात को स्वीकार करते हैं कि मनुष्य के हृदय में ही ईश्वर वास करता है।

विधिः–

शांत स्थान पर सुखपूर्वक बैठें। मोबाइल बंद कर लें। कोमलता से अपनी आँखें बंद करें और रिलैक्स हो जाएं।

पैरों से सिर तक क्रमशः अंगों को धीरे धीरे शिथिल करें।

धरती माता की आरोग्यकारी ऊर्जा का अनुभव करें।

पूरे शरीर को ढीला कर अंतर्मुखी बनें।

अब हृदय में विद्यमान दिव्य प्रकाश की कल्पना करें, जो हमारे हृदय में पहले से ही मौजूद है और हमें भीतर से आकर्षित कर रहा है।

इसी अहसास में डूबे रहें, अन्य कोई विचार आने पर उनसे न उलझें बल्कि स्वयं को याद दिलाएं कि हम हृदय में मौजूद दिव्य प्रकाश के श्रोत पर ध्यान कर रहें हैं।

अंततः भीतर की खामोशी में स्थिर रहें और तब तक ध्यान में ही रहें जब तक कि यह न लगने लगे कि यह पूर्ण हो गया है ।

अरविंद कुमार अग्रवाल

सदस्य, वैकल्पिक चिकित्सा प्रकोष्ठ, **भावना**

क्षेत्रीय प्रधान, भारतीय योग संस्थान, लखनऊ

मो. 9450631486

प्रार्थना – प्रार्थना ही आत्मा की खुराक हैं।
प्रतिभा – प्रतिभा ही प्रगतिशीलता की आधारशिला है।
प्रशंसा – स्तुति करना आसान है, प्रशंसा करना कठिन।
प्रयास – संतोष प्रयास करने में है, उपलब्धियों में नहीं।
लगन – यदि सच्ची लगन है तो सफलता स्वयं आप के पाँव चूमेगी।
साधना – साधना ही मनुष्य को सफल बना सकती है।
साहस – साहस ही मनुष्य की प्रगति का साधन है।
सभ्यता – सभ्यता चरित्र का वह रूप है जो मनुष्य को कर्तव्य मार्ग दर्शाता है।

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति -
आर्थिक दान-दाताओं की सूची 01-04-2025 से 22-09-2025

S. No.	Name	Member No.	Shiksha Sahayata (Rs.)	Nirdhan Janseva (Rs.)	Prasad Sewa (Rs.)	Informal Education (Rs.)	Others (Rs.)	Total (Rs.)
1	Sri Kumar Anjanay C/o Sri RK Anand	R-112/899			1000			1000
2	Sri Shailendra Saxena c/o Sri S.M. Dayal	S-89/446				5000		5000
3	Justic Sri Dinesh Kumar Trivedi	D-25/589-V	6000	5000				11000
4	Sri Guru Dayal Shukla	G-23/800	2000	1000				3000
5	Sri Vijay Pratap	V-32/390		5000				5000
6	Sri Surendra Kumar Jain	S-90/451		5000				5000
7	Sri Subhash Mani Tiwari	S-121/555		3000				3000
8	Sri Dilip Kumar Bhatnagar	D-14/234		5000				5000
9	Sri Vinod Kumar Mittal	V-34/409		2000				2000
10	Sri Ramlal Gupta	R-16/150-V	2500	2500				5000
11	Sri Upendra Kumar Vajpayee	U-21/934-V	6000					6000
12	Sri Amod Kumar	Non-member	15000					15000
13	Justice Karan Lal Sharma	K-24/449-V	5000.00					5000.00
14	Sri Khajan Chandra	K-34/574					11000.00	11000.00
15	Sri Bipin Kumar Pandey	NM	32000.00					32000.00
16	Sri Satya Dev Tiwari	S-76/394	1000.00					1000.00
17	Sri Sushil Shankar Saxena	S-1/2-V	6000.00					6000.00
18	Sri Anand Jain	S-99/1026	1200.00	1200.00				2400.00
19	Smt. Saroj Devi	S-42/215V	5000.00					5000.00
20	Justice Sri Kamleshwar Nath	K-21/324V	60000.00					60000.00
21	Smt. Anil Kumari Sharma	A-58/617V	1800.00	1200.00				3000.00
22	Sri Jagmohan Lal Jaiswal	J-17/533V	2000.00	1000.00				3000.00
23	Smt. Veena Yadav	V-72/1049	1500.00	1500.00				3000.00
24	Sri Rajdeo Swarnkar	R-51/414	6000.00	1000.00				7000.00
25	Sri Virendra Mohan Saxena	V-8/84	5000.00					5000.00
26	Sri Amit Tiwari	NM	25000.00					25000.00
27	Sri Raj Kumar	R-99/808	2000.00					2000.00
28	Sri Prem Swaroop Sharma	P-58/1016	1200.00					1200.00

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति - आर्थिक दान-दाताओं की सूची 01-04-2025 से 22-09-2025

S. No.	Name	Member No.	Shiksha Sahayata (Rs.)	Nirdhan Janseva (Rs.)	Prasad Sewa (Rs.)	Informal Education (Rs.)	Others (Rs.)	Total (Rs.)
28	Sri Prem Swaroop Sharma	P-58/1016	1200.00					1200.00
29	Sri Ramesh Prasad Jaiswal	R-79/633V	5000.00					5000.00
30	Sri Ram Babu Gangwar	R-14/124	2400.00					2400.00
31	Sri Anandeshwar Shankar Prasad	A-84/804V	1800.00					1800.00
32	Sri Sumer Agrwal	S-104/604	10000.00					10000.00
33	Sri Chandra Shekhar Azad	C-17/1018	3000.00	2000.00				5000.00
34	Sri Sushil Kumar Sharma	S-140/625	1200.00					1200.00
35	Sri Prabhat Kiran Chaurasia	P-36/609V	5000.00					5000.00
		TOTAL	215800.00	36400.00	1000.00	5000.00	11000.00	↓

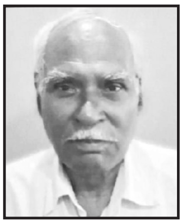
TOTAL 269,200.00

भावना के सभी सम्माननीय सदस्यों एवं सहृदय नागरिकों से सविनय अनुरोध है कि आर्थिक व अन्य सहायता (तन, मन, धन) से देकर **भावना** के कार्यक्रमों को सफल बनाने में सहयोग दें।

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति (भावना) को की गई दान राशि आयकर अधिनियम की धारा 80जी के अन्तर्गत कर मुक्त है।

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति के लिए ऑनलाईन दान राशि भी स्वीकार्य है। इसका विवरण इस प्रकार हैः–

1. खाते का नाम : भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति
2. बैंक का नाम और शाखा – एक्सिस बैंक, इन्दिरा नगर, लखनऊ
3. बचत खाता संख्या– 355010100011769
4. आई0एफ0एस0 कोड– **UTIB0000355**



चन्द्र शेखर आज़ाद
कोषाध्यक्ष **भावना**

पत्रांक– भावना / प–005 / 395 दिनांकः 25.09.2025

प्रबन्ध कारिणी की बैठक की सूचना

अध्यक्ष महोदय की सहमति से प्रबन्ध कारिणी के सभी निर्वाचित, मनोनीत स्थाई सदस्यों, स्थाई आमंत्रियों, संरक्षक सदस्यों, विशिष्ट सदस्यों तथा संस्थागत सदस्यों के अधिकृत प्रतिनिधियों एवं विशेष आमंत्रियों को एतद् द्वारा सूचित किया जाता है कि प्रबन्ध कारिणी की आगामी बैठक निम्नलिखित विवरणानुसार होगीः–

(क) बैठक का दिनांक एवं समयः रविवार, 12 अक्टूबर 2025 को अपरान्ह 4.00 बजे।

(ख) बैठक का स्थानः हाइडिल आफिसर्स क्लब, मन्त्री आवास के बगल में विभूति खण्ड गोमती नगर।

(ग) बैठक का एजेण्डाः

1. प्रबन्ध कारिणी की 5 जुलाई 2025 को हुई बैठक की कार्यवाही के विवरण का विचारोपरान्त अनुमोदन।

2. संसाधन प्रबन्ध प्रकोष्ठ के संयोजक श्री नरेन्द्र कुमार रस्तोगी के द्वारा कार्य भार में अरूचि दिखाने तथा दायित्व न निभाने के कारण उनके स्थान पर सहमति के आधार पर मनोनयन।

3. संस्था को जागरूक तथा आर्थिक सुधार के लिये सदस्यता अभियान पर विचार विमर्श किया जायेगा तथा पूर्व निर्णय कि प्रबन्ध कारिणी का प्रत्येक पदाधिकारी कम से कम दो नये सदस्य अवश्य बनायेगा की समीक्षा।

4. दिनांक 18.09.2025, गुरुवार को आइस एण्ड स्पाइस रेस्टोरेण्ट में आयोजित विशेष बैठक की कार्यवाही तथा निर्णयों पर विचार विमर्श एवं अनुमोदन।

5. कार्य कारिणी के निर्णय कि सभी पदाधिकारी कम से कम अपने पास के कम से कम दस सदस्यों की कुशलक्षेम का फोन इत्यादि के माध्यम से संपर्क करेंगे, की समीक्षा।

6. भावना के सभी प्रकोष्ठों द्वारा किये गये कार्यों की समीक्षा।

7. माह दिसम्बर के द्वितीय रविवार दिनांक 14.12.2025 को भावना तथा आस्था के संयुक्त तत्वावधान में प्रस्तावित चिकित्सा शिविर की व्यवस्था के लिये आयोजक समिति का गठन।

8. भावना द्वारा **सिंपली इंडिया होली–डे प्राइवेट लिमिटेड** के माध्यम से मध्य प्रदेश स्थित माण्डू, महेश्वर, उज्जैन, इन्दौर इत्यादि के भ्रमण का कार्यक्रम प्रस्तावित किया गया था। शर्त यह

थी कि लगभग 20 व्यक्तियों के हो जाने पर कार्यक्रम सम्पादित हो पायेगा। इस पर विचार विमर्श।

9. एन.सी.आर. शाखा, ओबरा शाखा, येडा शाखा के प्रगति पर विचार विमर्श।

10. अन्य बिन्दु अध्यक्ष महोदय की अनुमति से।

11. अध्यक्ष महोदय का उद्‌बोधन तदुपरान्त सभा का समापन एवं रात्रिभोज के लिए आमंत्रण।

सेवा में,

1. भावना के सभी निर्वाचित मनोनीत स्थायी पदाधिकारी, आमंत्री, संरक्षक सदस्य, विशिष्ट सदस्य एवं संस्थागत सदस्यों के अधिकृत प्रतिनिधि।
2. प्रबंध कारिणी की विगत बैठक के बाद से अब तक बने सदस्य।
3. अध्यक्ष/महासचिव एन. सी. आर. शाखा, ओबरा शाखा, उन्नाव शाखा तथा येडा शाखा।

जग मोहन लाल जायसवाल
महासचिव (प्रशासन), भावना

बुजुर्ग की सीख

बात उन दिनों की है, जब शिवाजी मुगलों के विरुद्ध छापामार युद्ध लड़ रहे थे। एक दिन वे छिपते–छिपाते एक वनवासी बुढ़िया की झोंपड़ी पर पहुँचे और उससे भोजन की प्रार्थना की। बुढ़िया ने प्रेमपूर्वक खिचड़ी बनाकर उन्हें परोस दी। शिवाजी को भूख बहुत जोरों से लगी थी, इसलिए जल्दी से खाने की आतुरता में उन्होंने खिचड़ी के बीच में हाथ डाल दिया और अपनी उँगलियाँ जला बैठे। बूढ़ी महिला ने यह दृश्य देखा तो उन्हें टोकते हुए बोली–'"तू दिखने में लगता शिवाजी जैसा है और काम भी उसी की तरह मूर्खता के करता है। यह सुनकर शिवाजी स्तब्ध रह गए।

उन्होंने बूढ़ी महिला से पूछा– "मैंने हाथ जलाए तो मुझे मूर्ख कहना समझ में आया, पर शिवाजी ने क्या मूर्खता की ?" वह वृद्ध महिला बोली– "तूने किनारे की ठंढी खिचड़ी खाने की जगह बीच में हाथ डाला और जला बैठा। यही मूर्खता शिवाजी की भी है। वह मुगल साम्राज्य के दूर बसे छोटे किलों को आसानी से जीतने की जगह बड़े किलों पर हाथ डालता है और मात खा बैठता है।" बात पते की थी। शिवाजी को अपनी रणनीतिक भूल का भान हुआ। बूढ़ी महिला को धन्यवाद देते हुए वे वहाँ से निकले और अपनी सामरिक नीति दोबारा से तैयार की। छोटे लक्ष्यों को निर्धारित कर उन पर विजय प्राप्त की और अंततः बड़ा मोर्चा जीतने में सफल रहे। यही नीति जीवन–संग्राम में भी साथ देती है और जो छोटे पर वास्तविक लक्ष्यों को लक्ष्य बनाकर चलते हैं, वे उन्हें जीतते हुए अंततः जीवन में बड़े उद्देश्यों को पूर्ण करने में सफल रहते हैं।

प्रबन्धकारिणी के निर्वाचित तथा मनोनीत सदस्य

अध्यक्ष सदस्यता क्र.– आर–16 / 150 (विशिष्ट सदस्य) श्री रामलाल गुप्ता उप कृषि निदेशक (से.नि.), उत्तर प्रदेश 2 / 518, विजय खण्ड, गोमती नगर, लखनऊ–226010 फोन : 0522–2392341 / 09335231118 ई मेलः guptarlguptalko@gmail.com	वरिष्ठ उपाध्यक्ष सदस्यता क्र.– टी–3 / 106 (विशिष्ट सदस्य) श्री तुंग नाथ कनौजिया अधिशासी अभियन्ता (से.नि.), उ.प्र. राज्य विद्युत उत्पादन निगम लि. 10 / 77, इन्दिरा नगर, लखनऊ–226016 फोन : 09936942923 / 08738948562 ई. मेलः kartikeya.investments@yahoo.co.in
उपाध्यक्ष (प्रथम) सदस्यता क्र.– डी–24 / 563 (विशिष्ट सदस्य) श्री देवेन्द्र स्वरूप शुक्ल अधीक्षण अभियंता (से.नि.), उ.प्र. राज्य विद्युत परिषद 15 / 51, इन्दिरा नगर, लखनऊ–226016 फोन : 0522–4006191 / 09198038889 ई.मेलः devpreet1977@yahoo.com	उपाध्यक्ष (द्वितीय) सदस्य, वाह्य सम्पर्क प्रकोष्ठ सदस्यता क्र.– ए–25 / 286 श्री अशोक कुमार मल्होत्रा चीफ़ मैनेजर (प्रोजेक्ट्स) (से.नि.), एच.ए.एल., लखनऊ 18 / 416, इन्दिरा नगर. लखनऊ–226016 फोन : 0522–2357738 / 09451133617 ई मेलः akmalhotra123@rediffmail.com
प्रमुख महासचिव / सचिव, ग्रामाचल एवं निर्धनजन सेवा प्रकोष्ठ प्रभारी, इन्दिरानगर तथा आसपास का क्षेत्र सदस्यता क्र.– एस–225 / 1050 (विशिष्ट सदस्य) श्री सुधीर कुमार वर्मा प्रबन्ध निदेशक (से.नि.) उ0प्र0 पावर कार्पोरेशन लि0 एफ–903, शालीमार गैलेंट अपार्टमेंट, महानगर (विज्ञानपुरी), लखनऊ फोनः 9415084699 ई.मेलः onlysudhir17@gmail.com	महासचिव (प्रशासन) सदस्यता क्र.– जे–17 / 533 (विशिष्ट सदस्य) श्री जगमोहन लाल जायसवाल सहायक अभियंता (से.नि.), सिंचाई विभाग, उ.प्र. 538क / 182, त्रिवेणी नगर–1, लखनऊ–226020 फोनः 09450023111 / 09140839653 ई.मेलः jmljaiswal@gmail.com
महासचिव (कार्यान्वयन) सदस्य, संसाधन प्रबंध प्रकोष्ठ सदस्यता क्र.– पी–36 / 609 (विशिष्ट सदस्य) श्री प्रभात किरण चौरसिया अधिषासी अभियन्ता (से.नि.), उ.प्र. सिंचाई विभाग 2 / 246, विकास खंड, गोमती नगर, लखनऊ–226010 फोन : 09451244670 ई.मेलः prabhatkiranchaurasia@gmail. com	महासचिव (एडवोकेसी) सदस्यता क्र.– एस–84 / 432 (विशिष्ट सदस्य) श्री सतपाल सिंह अधीक्षण अभियंता (से.नि.), सिंचाई विभाग, उ.प्र. बी–404, रोहतास हैम्पटन कोर्ट अपार्टमेंट्स, कानपुर रोड, लखनऊ–226012 फोनः 09839043458 ई.मेलः satpalsngh@yahoo.com
उप–महासचिव सम्बद्ध प्रमुख महासचिव संयोजक, संसाधन प्रबंध प्रकोष्ठ सदस्यता क्र.– एन–14 / 176 (विशिष्ट सदस्य) श्री नरेन्द्र कुमार रस्तोगी उप महाप्रबंधक (से.नि.), उ.प्र. पावर कॉर्पोरेशन लि., 12 / 5 / 3, मेट्रो सिटी, पेपर मिल कम्पाउन्ड, लखनऊ–226006 फोन : 0522–3917334 / 09452156978 ई मेलः nkrastogi1@gmail.com	उप–महासचिव सम्बद्ध महासचिव (प्रशासन) संयोजक, सहयोग एवं सेवा प्रकोष्ठ सदस्यता क्र.– आर–51 / 414 श्री राजदेव स्वर्णकार मुख्य प्रबंधक (से.नि.), सेन्ट्रल बैंक ऑफ इन्डिया सी–16, सेक्टर ई, अलीगंज, लखनऊ–226024 फोनः 0522–4045984 / 09450374814 ई.मेलः rajdeoswarnkar@gmail.com
उप–महासचिव सम्बद्ध महासचिव (कार्यान्वयन) सदस्यता क्र.– डी–34 / 770 श्री धनंजय द्विवेदी निजी उद्यम में सेवारत 538ख / 559क, शिवनगर, खदरा, सीतापुर रोड, लखनऊ–226020 फोनः 09260985710	उप–महासचिव सम्बद्ध महासचिव (एडवोकेसी) संयोजक, वाह्य सम्पर्क प्रकोष्ठ सदस्यता क्र.– आर–82 / 653 श्री राम मूर्ति सिंह सहायक अभियन्ता (से.नि.), उ.प्र. पावर कॉर्पोरेषन लि. डी–57, महानगर विस्तार, लखनऊ–226020 फोनः 09415438548 ई.मेलः rmmurtisingh231218@gmail.com

कोषाध्यक्ष एवं सदस्य, शिक्षा सहायता प्रकोष्ठ सदस्यता क्र.– सी–17/1018 श्री चन्द्र शेखर आज़ाद सहायक अभिन्ता यांत्रिक (से.नि.), सिंचाई विभाग उ.प्र. 532/196, चौधरी टोला, अलीगंज, लखनऊ–226022 फोनः 09450515312 ई.मेलः cs11azad@gmail.com	सदस्य भावना समिति सदस्यता क्र.– आर–55/428 श्री राजेन्द्र कुमार चुघ वरिष्ठ वाणिज्य प्रबंधक (से.नि.), उ.प्र. निर्यात निगम डी–43, महानगर विस्तार, लखनऊ–226006 फोनः 0522–2330614/09450020659 ई.मेल rajanchugh53@gmail.com
सम्प्रेक्षक सदस्यता क्र.– आर–117/930 (विशिष्ट सदस्य) श्री राकेश चन्द्र अग्रवाल उपमहाप्रबंधक (से.नि.), बैंकिंग सेवा 6/656, विकास नगर, लखनऊ–226022 फोन : 0522–2739873/09389484866 ई.मेलः neenaag.2009@gmail.com	**संयोजक, महिला सशक्तिकरण प्रकोष्ठ** सदस्यता क्र.– एन–46/931 (विशिष्ट सदस्य) श्रीमती नीना अग्रवाल निजी सचिव (से.नि.), उ.प्र. सचिवालय सेवा 6/656, विकास नगर, लखनऊ–226022 फोन : 0522–2739873/9415011189/9454410500 ई.मेलः neenaag.2009@gmail.com
सदस्य, शिक्षा सहायता प्रकोष्ठ एवं वाह्य सम्पर्क प्रकोष्ठ सदस्यता क्र.– वी–50/739 श्री विनोद कुमार कपूर फ़ेकल्टी (से.नि.), कॉलेज ऑफ़ टेक्नोलॉजी, पंतनगर बी–2, गुल पैलेस, 116बी, फैजाबाद रोड, विवेकानन्दपुरी, महानगर, लखनऊ–226006 फोनः 0532–2321002/09984245000 ई.मेलः vinodhkapur@rediffmail.com	**सदस्य,** सहयोग एवं सेवा प्रकोष्ठ– प्रभारी, महानगर तथा आसपास का क्षेत्र सदस्यता क्र.– ए–99/1026 श्री **आनन्द जैन** इन्जीनियर (से.नि.), एच.ए.एल. लखनऊ बी–951, सेक्टर ए, महानगर, लखनऊ–226006 फोनः 9453198352 ई.मेलः 13anandjain@gmail.com

प्रबंधकारिणी का प्रकोष्ठवार विवरण

1. भावना त्रैमासिक पत्रिका/विशेषांक प्रकाशन प्रकोष्ठ :

प्रमुख संपादक – श्री अमर नाथ, मो0ः संख्या 9451702105

संपादक – डा0 राम सजीवन शुक्ल मो0ः संख्या 9451919230

सह संपादक – प्रो.(डॉ0) अवनीश अग्रवाल, मो0 संख्या 9451244456/8887791897

सह संपादक – श्री आदित्य प्रकाश सिंह, मो0 संख्या 9628180153

2. पर्यावरण संरक्षण प्रकोष्ठ :

सचिव : श्री राजेन्द्र प्रताप सिंह , मो0 संख्या 9984537440

सदस्य : श्री पाल प्रवीण , मो0 संख्या 7309820581

सदस्य : श्री इन्द्र कुमार भारद्वाज , मो0 संख्या 9415911702

सदस्यः प्रोफेसर काशी राम कनौजिया मो0 संख्या 9411159498

सदस्य : डॉ0 दरोगा पाण्डेय , मो0 संख्या 9415793457

3. सांस्कृतिक कार्य प्रकोष्ठ :

सचिव : श्री उपेन्द्र कुमार बाजपेई, मो0 संख्या 9450760411/7054065111

सदस्य : श्री देवकी नंदन 'शान्त', मो0 संख्या 8935217841

सदस्य : श्री उदयभान पाण्डेय, मो0 संख्या 9415001459

सदस्य : श्रीमती रेखा मित्तल, मो0 संख्या 9415089151

सदस्य : श्री अशोक कुमार मेहरोत्रा, मो0 संख्या 9794122946

सदस्य : श्री सुशील कुमार शर्मा, मो0 संख्या 8765351190

सदस्य : श्री सुभाष मणि तिवारी, मो0 संख्या 9415086952 / 7054065111

4. **बाह्य संपर्क प्रकोष्ठ :**

सचिव : श्री सुभाष मणि तिवारी, मो0 संख्या 9415086592 / 7054065111

सदस्य : श्री सुभाष चन्द्र विद्यार्थी, मो0 संख्या 9415151323

सदस्य : श्री विनोद कुमार कपूर, मो0 संख्या 9984245000

सदस्य : रिक्त

सदस्य : श्री सत्यदेव तिवारी मो0 संख्या 9005601992

5. **प्रसादम सेवा प्रकोष्ठ :**

सचिव : श्री अशोक कुमार अरोड़ा, मो0 संख्या 8808053688

सदस्य : श्री ओम प्रकाश पाठक , मो0 संख्या 9415022932

सदस्य : श्री राम कृष्ण आनन्द , मो0 संख्या 9235631292

सदस्य : श्री विशाल सिंह , मो0 संख्या 9935888887

6. **संसाधन प्रबन्धन प्रकोष्ठ :**

संयोजक : श्री नरेंद्र कुमार रस्तोगी, मो0 संख्या 9452156978

सदस्य : श्री सुरेन्द्र कुमार शर्मा मो0 संख्या 9415104636

सदस्य : रमेश प्रसाद जैसवाल मो0 संख्या 9760617045

सदस्य : श्री सत्य नारायण गोयल, मो0 संख्या 9335243519

सदस्य : श्री सुमेर अग्रवाल मो0 संख्या 9415025151 / 9839225775

सदस्य : श्री खजान चन्द्रा मो0 संख्या 9415004395

7. **महिला सशक्तीकरण प्रकोष्ठ :**

सचिव : श्रीमती नीना अग्रवाल , मो0 संख्या 9415011189 / 9454410500

सदस्य : श्रीमती अंजली अग्रवाल, मो0 संख्या 9415900607 / 9935045146

सदस्य : श्रीमती प्रीति शुक्ला , मो0 संख्या 9198038889

सदस्य : श्रीमती बीना कुमारी गुप्ता, मो0 संख्या 8756125555

सदस्य : श्रीमती सुषमा गुप्ता , मो0 संख्या 9450295754

सदस्य : श्रीमती रेखा मित्तल , मो0 संख्या 9415089151

सदस्य : श्रीमती दया शुक्ला , मो0 संख्या 9335902137

सदस्य : श्रीमती मंजुला सक्सेना , मो0 संख्या 9415104198

8. **<u>ग्राम्यांचल एवं निर्धन जन सेवा प्रकोष्ठ :</u>**

सचिव : श्री अमरनाथ धवन मो0 संख्या 9935378375

सदस्य : श्री रमेश प्रसाद जायसवाल मो0 संख्या 9760617045

सदस्य : श्री ओम प्रकाश शर्मा मो0 संख्या 9335918885 / 8004745922

सदस्य : श्री आदित्य प्रकाश सिंह मो0 संख्या 9628180153

सदस्य : श्री सुनील कुमार उप्रेती मो0 संख्या 8368314558 / 7042022583

सदस्य : श्री चन्द्र शेखर आजाद मो0 संख्या 9450515312

सदस्य : श्री सुरेन्द्र नाथ श्रीवास्तव मो0 संख्या 9415024619

9. **<u>शिक्षा सहायता प्रकोष्ठ :</u>**

सचिव : श्री प्रमोद कुमार गुप्ता मो0 संख्या 9450295754

सदस्य : श्री चन्द्रशेखर आजाद मो0 संख्या 6450515312

सदस्य : श्री राम मूर्ति सिंह मो0 संख्या 9415438548

सदस्य : श्री राज कुमार गुप्ता मो0 संख्या 9838550289

सदस्य : श्री विनोद कुमार कपूर मो0 संख्या 9984245000

सदस्य : श्री गुरु दयाल शुक्ला मो0 संख्या 9415003605

सदस्य : श्री पंकज जेटली मो0 संख्या 9455446877

10. **<u>अनौपचारिक शिक्षा प्रकोष्ठ :</u>**

सचिव : श्री अमर नाथ , मो0 संख्या 9451702105

सदस्य : श्री राजेन्द्र प्रताप सिंह , मो0 संख्या 9984537440

सदस्य : श्री चन्द्र भूषण तिवारी , मो0 संख्या 9415910029

11. **<u>वैकल्पिक चिकित्सा प्रकोष्ठ :</u>**

संयोजक : डॉ0 अंजली गुप्ता मोबाइल संख्या 9935224997

सदस्य : श्री अरविन्द कुमार अग्रवाल मोबाइल संख्या 9450631486

12. **<u>सहयोग एवं सेवा प्रकोष्ठ :</u>**

<u>संयोजक :</u> श्री राज देव स्वर्णकार ,उपमहासचिव , मो0 संख्या 9559696802

<u>सदस्य एवं प्रभारी:</u> कानपुर एवं रायबरेली रोड के दोनों तरफ का क्षेत्र–

श्री राजेन्द्र प्रताप सिंह, मो0 संख्या 8433206973

<u>सदस्य एवं प्रभारी:</u> जानकीपुरम (विस्तार सहित) एवं आस पास का क्षेत्र–

श्री सुशील कुमार शर्मा, मो0 संख्या 8765351190

<u>सदस्य एवं प्रभारी:</u> विकास नगर एवं आस पास का क्षेत्र – रिक्त

<u>सदस्य एवं प्रभारी:</u> निराला नगर एवं आस पास का क्षेत्र – रिक्त

<u>सदस्य एवं प्रभारी:</u> महानगर एवं आस पास का क्षेत्र –

श्री आनन्द जैन, मो0 संख्या 9453198352

<u>सदस्य एवं प्रभारी:</u> अलीगंज एवं आस पास का क्षेत्र –

श्री आदित्य प्रकाश सिंह , मो0 संख्या 9628180153

<u>सदस्य एवं प्रभारी:</u> त्रिवेणी नगर एवं आस पास के क्षेत्र सहित सीतापुर रोड एवं आईआईएम रोड के दोनों तरफ का क्षेत्र –

डॉ श्री योगेन्द्र प्रताप सिंह, मो0 संख्या 9412417108

<u>सदस्य एवं प्रभारी:</u> इन्दिरा नगर एवं आस का क्षेत्र – रिक्त

<u>सदस्य एवं प्रभारी:</u> गोमती नगर एवं गोमती नगर विस्तार का क्षेत्र –

श्री सुभाष मणि तिवारी, मोबाइल संख्या 9415086952 / 7054065111

भावना का संरक्षक मण्डल

पद्मभूषण श्री विजय कृष्ण शुंगलू, भारत के नियंत्रक एवं महालेखापरीक्षक (निवर्तमान), अब अध्यक्ष, दिल्ली पब्लिक स्कूल सोसायटी, फोन : 0120-2513838/9810711820, ई. मेलः vkshunglu@yahoo.co.in	पदमश्री प्रो० महेन्द्र सिंह सोढा, पूर्व उप कुलपति इन्दौर, लखनऊ एवं भोपाल विश्वविद्यालय, फोन : 0522-2788033 ई.मेलः msodha@rediffmail.com
न्यायमूर्ति श्री कमलेश्वर नाथ, न्यायाधीश (से.नि.), इलाहाबाद उच्च न्यायालय, फोन : 0522-2789033/9415010746, ई. मेलः justicekn@gmail.com	श्री ज्ञानेन्द्र कुमार खरे, अध्यक्ष (से.नि.), रेलवे बोर्ड, भारत, फोन : 0532 2624020/9335157680, ई.मेलः kharegk.ald@gmail.com
न्यायमूर्ति श्री दिनेश कुमार त्रिवेदी, न्यायाधीश (से.नि.), इलाहाबाद उच्च न्यायालय, फोनः 0522-2302591/9415152086	श्री अरूण कुमार वशिष्ठ, अध्यक्ष (से.नि.), उ.प्र. राज्य विद्युत परिषद, फोनः 0522-4064325/9335025733/7007538757
श्री अशोक कुमार पाण्डेय, ब्रिगेडियर(से.नि.), भारतीय सेना, फोन : 0522-4956284/9335908169, ई.मेलः docpandey@yahoo.com	<u>संस्थापक सदस्य</u> श्री विनोद कुमार शुक्ल, मुख्य महाप्रबन्धक (से.नि.), उ.प्र. पावर कॉर्पोरेशन लि., पी. 4-403, चन्द्रा पैनोरमा, सुशांत गोल्फ सिटी, शहीदपथ, लखनऊ-226030 फोन : 0522-4016048/09335902137, ई.मेलः vk_shukla@hotmail.com

संस्थापक सदस्य श्री हरिवंश कुमार तिवारी, मुख्य अभियन्ता (से.नि.), लोक निर्माण विभाग, उ.प्र., एल-**901**, अजमेरा इन्फिनिटी, नीलाद्री रोड, इलेक्ट्रॉनिक सिटी, फ़ेज-1, बंगलूरू-**560100** फोन : **07259938899**, ई.मेलः **harivanshsavitri@gmail.com**	श्री अजय प्रकाश वर्मा, आई.ए.एस. (से.नि.), पूर्व मुख्य सचिव, उ.प्र. सरकार, फोन : **0522-2395195/9415402554**
न्यायमूर्ति श्री घनश्याम दास अग्रवाल, पूर्व अध्यक्ष, नेशनल इन्डस्ट्रियल ट्रिब्युनल, मुम्बई, न्यायाधीश(से.नि.), इलाहाबाद उच्च न्यायालय, फोन : **0522-2309327**	न्यायमूर्ति श्री करण लाल शर्मा, न्यायाधीश (से.नि.), इलाहाबाद उच्च न्यायालय, फोन : **0522-2997299/2398857/9415560824**, ई. मेलः **sunil.sharma.lko@gmail.com**
श्री ओम् नारायण, निदेशक (से.नि.), कोषागार, उ.प्र., फोनः **0522-3013010/9415515647**, ई.मेलः **omnarayan@hotmail.com**	श्रीमती सुनन्दा प्रसाद, आई.ए.एस.(से.नि.), पूर्व अध्यक्ष, राजस्व परिषद, उ.प्र., फोनः **9839211040**, ई.मेलः **prasad_sunanda@hotmail.com**
श्री जय शंकर मिश्र, आई.ए.एस.(से.नि.), पूर्व आयुक्त, खादी एवं ग्रामोद्योग आयोग, भारत सरकार, फोनः **0522-2394224/8765699999**, ई.मेलः **jsmishralko@gmail.com**	श्री भानू प्रताप सिंह, पूर्व पुलिस महानिदेशक, उ०प्र० फोन : **0522-3533943, 9415088142** ई.मेलः **bpsinghips@gmail.com**
श्री अनूप चन्द्र पाण्डेय, आई.ए.एस.(से.नि.), पूर्व मुख्य सचिव एवं लोकायुक्त, उ०प्र० मो० : **8948113113** ई.मेलः **acp.in@yahoo.com**	संस्थापक सदस्य श्री सुशील शंकर सक्सेना, अधीक्षण अभियन्ता (से.नि.), सिंचाई विभाग, उ.प्र., सी.-**1103**, इंदिरा नगर, लखनऊ-**226016**, फोन : **0522-2350763/09415104198**, ई.मेलः **sushilshanker2003@yahoo.com**
संस्थापक सदस्य श्री कृष्ण देव कालिया, अधिशासी अभियन्ता(से.नि.), उ.प्र. राज्य विद्युत परिषद, **3/371**, विश्वास खण्ड, गोमती नगर, लखनऊ-**226010** फोन : **0522-2309245/09956287868**	

भावना के संस्थागत सदस्य

मिरर फ़ाउन्डेशन्स फ़ॉर सेल्फ़ इम्प्रूवमेन्ट एन्ड नेचुरल लिविन्ग, श्री पवन ग्रोवर, संस्थापक अध्यक्ष, फोनः 0522-4002197/2311168/8770726334, ई. मेलः pawangrover@yahoo.com	स्वास्थ्य एवं जड़ी बूटी विकास संस्थान, डॉ. जी. पार्थ प्रॉतिम, सचिव, फोन : 0522-6592459/9235878417, ई. मेलः drparthaprotimgain@yahoo.com
कॉमर्सियल टैक्स रिटायर्ड ऑफिसर्स एसोसिएशन उत्तर प्रदेश **(COMRAN),** श्री अमरेश श्रीवास्तव, महासचिव, फोनः 7379630000, ई. मेलः madanmkatiyar@yahoo.in	परमहंस योगानन्द सोसायटी फॉर स्पेशल अनफोल्डिंग एन्ड मोल्डिंग **(PYSSUM),** डॉ. नवल चन्द्र पंत, अध्यक्ष एवं अधिशासी निदेशक, फोनः 0522-6545944/9452062323, ई. मेलः pyssum@gmail.com
श्री तारीफ़ सिंह धर्मार्थ ट्रस्ट, श्रीमती शिखा सिंह, महासचिव, ग्राम जमालपुर नंगली, पो. कुरमाली, जिला शामली (उ.प्र.)-247776, फोनः 9990103691	रुद्राक्ष वरिष्ठ नागरिक कल्याण समिति बगहा, श्री अशोक कुमार सिंह, अध्यक्ष, ग्राम बगहा, पो. जमखनवां-227205, जिला लखनऊ, फोनः 8874924774
वरिष्ठ नागरिक समिति (ग्रामीण) हरौनी, श्री राम स्वरूप यादव, सचिव, ग्राम हरौनी शमसुद्दीनपुर, पो. समदपुर हरदास-229881, ब्लॉक व तहसील, हसनगंज, जिला उन्नाव, उ.प्र., फोनः 9455508230, ई. मेलः yadav.ramswaroop@yahoo.com	कमला सोशल वेलफेयर सोसायटी (रेज़िंग होप्स), डॉ. सिद्धार्थ मिश्रा, मुख्य कार्यकारी, फोनः 9450013010/9915408989, ई. मेलः drsmishra.dsm@gmail.com
रिटायर्ड एल. आई. सी. क्लास 1 आफिसर्स एसोसियेशन, श्री चन्द्र शेखर, सचिव, फोनः 8840159860 ई. मेलः lic.chandra.shekhar@gmail.com	आस्था सेन्टर फॉर जेरियाट्रिक मेडीसिन, पालिएटिव केयर, हॉस्पिटल, हॉस्पिस एन्ड सोशल वेलफ़ेयर सोसायटी, डॉ. अभिषेक शुक्ला, संस्थापक अध्यक्ष, फोन : 0522-3240000/9336285050, ई. मेलः enquiry@hospiceindia.org
विद्युत पेन्शनर्स परिषद उत्तर प्रदेश, श्री कप्तान सिंह, प्रमुख महासचिव, फोन : 9984040271, 9453797471 ई. मेलः vidyutpensioners_lko@rediffmail.com	वेटरन सहायता समिति, कैप्टेन (डॉ.) आर.वाई.एस. चौहान, उपाध्यक्ष, कार्यवाहक अध्यक्ष, फोन : 9935713181, ई. मेलः rcdhyanprem@yahoo.co.in
भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति (ग्रामीण) भौली, श्री हरि नारायण शुक्ल, अध्यक्ष, फोन : 9415768055	पलाश ग्रामीण वरिष्ठ नागरिक कल्याण समिति, श्री विमलेश दत्त मिश्र, सचिव, ग्राम व पोस्ट भगवतीपुर, नगर पंचायत बी.के.टी., जिला लखनऊ-226201, फोनः 9412417108

विजय श्री फ़ाउन्डेशन (प्रसादम् सेवा), श्री विशाल सिंह, सचिव, सदस्य, भावना प्रसादम् सेवा प्रकोष्ठ, फोनः **9935888887**, ई. मेलः **vishalvirat@gmail.com**	एल.एस.जी.ई.डी./उ.प्र. जल निगम पेंशनर्स एसोसिएशन, श्री नवीन चन्द्र पाण्डेय, महासचिव, फोनः **0522-2352748/9450365052**, ई. मेलः **ncpandey32@rediffmail.com**
हिन्दुस्तान ऐरोनॉटिक्स एक्स-ऑफिसर्स वेलफेयर एसोसिएशन, श्री प्रवीन शरण लाल, महासचिव, फोनः **9919666606**, ई. मेलः **pslal85@gmail.com**	निर्काम फाउन्डेशन (सेरीन होम्ज़) श्री चन्द्र प्रकाश श्रीवास्तव, सी.ई.ओ., सेरीन होम्ज़, एस.डी.-**41** व **42**, सेक्टर-**45**, नोएडा-**201303** फोनः **9810829138** ई. मेलः **cppassion@yahoo.co.in**
मेसर्स एडवाण्टे रियल्टी इण्डिया, प्राइवेट लिमिटेड 625, एम.जी.एफ. इमराल्ड प्लाजा, सेक्टर–65 गुड़गाँव, हरियाणा–122018	

भावना की शाखाएं

सचिव, सोनभद्र शाखा सदस्यता क्र.– यू–1/104 **डॉ. उदय नारायण सिंह** होम्योपैथी चिकित्सक 9–एफएच–3/154, ओबरा कॉलोनी, ओबरा–231219, जिला सोनभद्र फोन : 05445–262043/09936181902/09125761899 ई. मेलः brijeshsingh2020@gmail.com	अध्यक्ष, सोनभद्र शाखा सदस्यता क्र.– डी–3/73 देवी दयाल गुप्ता व्यापारी आर्य समाज मंदिर, ओबरा–231219, जिला सोनभद्र, (उ.प्र.) फोन : 05445–262392/09415323335–7
सचिव, राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र शाखा सदस्यता क्र.– एस–173/802 (विशिष्ट सदस्य) श्री सुरेन्दर कुमार शर्मा अधीक्षण अभियन्ता (से.नि.), केन्द्रीय लोक निर्माण विभाग सी–27, पॉकेट 6, केन्द्रीय विहार–2, सेक्टर 82, नोयडा–201304, उ.प्र. फोन : 09910646264 ई.मेलः surendersujni@gmail.com	अध्यक्ष, राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र शाखा अध्यक्ष, येडा शाखा सदस्यता क्र.– ए–59/621 (विशिष्ट सदस्य) श्री अनिल कुमार शर्मा विशेष मुख्य महानिदेशक (से.नि.), केन्द्रीय लोक निर्माण विभाग बी–99, सेक्टर 30, नोयडा–201303, उ.प्र. फोनः 09868525057/09794427788 ई.मेलः ksharmacpwd@yahoo.com
अध्यक्ष, उन्नाव शाखा सदस्यता क्र.– एस–2/30 श्रिी शिव शंकर प्रसाद शुक्ल अधिशाषी अभियन्ता (से.नि.), उ.प्र. पावर कार्पोरेशन लि. 572, सिविल लाइन्स, उन्नाव (उ.प्र.)–209801 फोन : 0515–2820614/09415058113 ई.मेलः sspshukla123@gmail.com	सचिव, उन्नाव शाखा सदस्यता क्र.– के–38/686 श्री कृष्ण पाल द्विवेदी प्राचार्य (से.नि.), सरस्वती महाविद्यालय, कानपुर 599, मौहारी बाग, सिविल लाइन्स, उन्नाव–209801, उ.प्र. फोनः 09839325599

''बुजुर्गों के खुशहाल रहने के उपाय''

आजकल औसत जीवन आयु लगभग 80 वर्ष हो गई है। तो आइए जानते हैं कि कोई व्यक्ति इन 60 से 80 वर्षों की आयु में भी खुशहाल कैसे रह सकता है।

मनोचिकित्सक हिदेकी वादा ने एक पुस्तक प्रकाशित की जिसका नाम है **"The 80-Year-Old Wall"** (80 वर्ष की दीवार)। यह पुस्तक प्रकाशित होते ही 5 लाख से अधिक प्रतियाँ बिक गईं और यह सबसे अधिक बिकने वाली पुस्तक बन गई। अगर यही रफ्तार जारी रही, तो यह किताब 10 लाख से अधिक बिकेगी और जापान की इस वर्ष की सबसे अधिक बिकने वाली पुस्तक बन जाएगी।

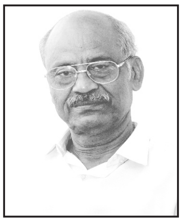
इस किताब में 60 से 80 वर्ष के लोगों को 'खुशहाल व्यक्ति' बनाने के लिए 44 बातें बताई गई हैं–

खुशहाल बुजुर्ग बनने के 44 उपाय–

1. चलते रहिए।
2. गुस्सा आने पर गहरी साँस लीजिए।
3. शरीर थकने तक व्यायाम कीजिए।
4. गर्मी में ए.सी. का उपयोग करते समय भरपूर पानी पीजिए।
5. 'डायपर' का उपयोग करना चलने–फिरने में सहूलियत देता है।
6. अधिक चलने से शरीर और मस्तिष्क दोनों सक्रिय रहते हैं।
7. भूलने की वजह उम्र नहीं, बल्कि मस्तिष्क का कम उपयोग है।
8. ज्यादा दवाइयाँ लेने की जरूरत नहीं है।
9. ब्लड प्रेशर और शुगर को कृत्रिम रूप से कम करने की आवश्यकता नहीं।
10. अकेलापन उदासी नहीं है, यदि आप खुश समय बिता रहे हैं।
11. आलसी होना शर्म की बात नहीं है।
12. बुजुर्गों के लिए गाड़ी चलाना खतरनाक हो सकता है, लाइसेंस न लें।
13. जो अच्छा लगे वही करें, जो न लगे वह न करें।
14. उम्र बढ़ने के बावजूद स्वाभाविक इच्छाएँ बनी रहती हैं।
15. घर में मत बैठे रहिए।
16. जो मन करे खाइए, थोड़ा मोटा होना ठीक है।
17. हर काम सावधानी से कीजिए।
18. जिन्हें पसंद नहीं करते, उनसे दूरी बना लीजिए।
19. लगातार टीवी न देखें।
20. बीमारी से लड़ने के बजाय उसके साथ जीना सीखिए।
21. याद रखिए– "गाड़ी चढ़ाई पर भी रास्ता ढूंढ ही लेती है।"
22. ताजे फल और सलाद खाइए।
23. नहाना 10 मिनट में निपटाइए।
24. नींद न आए तो जबरदस्ती सोने की कोशिश न करें।
25. जो काम खुशी दें, उन्हें करते रहिए, दिमाग सक्रिय रहता है।
26. जो कहना हो कहिए, सोचते मत रहिए कि कैसे कहें।
27. जल्दी से ष्फैमिली डॉक्टरष तय कर लीजिए।
28. बहुत सहनशील न बनिए, थोड़े शरारती बूढ़े बनना भी ठीक है।
29. कभी–कभी जिद छोड़ देना भी ठीक है।
30. जीवन के अंतिम चरण में डिमेंशिया ईश्वर की कृपा है।

31. सीखना बंद किया तो वास्तव में बूढ़े हो गए।
32. प्रसिद्धि की इच्छा छोड़ दीजिए, जो है वही पर्याप्त है।
33. मासूमियत बुजुर्गों का विशेषाधिकार है।
34. जितनी समस्याएं होंगी, जीवन उतना ही रोचक होगा!
35. धूप में बैठना खुशी देता है।
36. दूसरों के लिए अच्छा काम कीजिए।
37. आज को शांति से जिएं।
38. इच्छाएँ ही लंबी उम्र का कारण होती हैं।
39. हमेशा सकारात्मक रहें।
40. खुलकर साँस लीजिए।
41. जीवन के नियम आपके अपने हैं।
42. हर बात को शांतिपूर्वक स्वीकार कीजिए।
43. खुश रहने वाले लोग हमेशा प्रिय होते हैं।
44. हँसी सौभाग्य लाती है।

कृपया इस उपयोगी जानकारी को अपने सभी वरिष्ठ मित्रों और परिवारजनों के साथ साझा करें! यह जीवन को बेहतर, सरल और खुशहाल बना सकता है।



संकलन
अमरनाथ
प्रधान सम्पादक
भावना संदेश

शोक समाचार

(1) श्री वीरेन्द्र कुमार पाण्डेय– भावना के आजीवन सदस्य, से0नि0 अधिशासी अभि0 सिंचाई विभाग, उ0प्र0, निधन दि0 20.07.2025
(2) श्री लक्ष्मी दत्त उपाध्याय– सदस्य भावना शिक्षा सहायता योजना, निधनः दि0 10.08.25
(3) श्री पुरुषोत्तम केसवानी– सम्पादक भावना संदेश, का निधन दि0 24.08.2025
(4) डॉ0 श्री राम सिंह– सदस्य भावना शिक्षा सहायता योजना, निधनः दि0 10.09.25
(5) श्रीमती माया देवी खरे– पत्नी श्री ज्ञानेन्द्र कुमार खरे (संरक्षक भावना), निधनः दि0 10.09.25

भावना परिवार आप सभी को अश्रुपूरित श्रद्धा सुमन अर्पित करता है और परमपिता परमात्मा से प्रार्थना है कि स्वर्गीय आत्माओं को अपने चरणों मे स्थान प्रदान करें तथा शोक संतप्त परिवारों को धैर्य प्रदान करें।

''लघु कथा - लिप्सा''

एक पिता के पाँच बेटे थे। सबसे बड़ा पुत्र एक सरकारी विभाग में मामूली क्लर्क था, लेकिन जैसे–तैसे गुजारा हो जाता था। 'तेते पाँव पसारिये, जेती लाँबी सौर'– वाली कहावत उसके जीवन का मूल–मंत्र था। सबसे छोटा पुत्र, एक गाँव में रहता था।कम पढ़ा होने के कारण वहीं एक छोटी सी बिसातखाने की दुकान चला कर परिवार को जैसे– तैसे, रोटी–अचार तक ही जुटा पाता।बीच के तीनों पुत्र, उच्च–पदस्थ अधिकारी थे और अलग–अलग शहर में निजी शानदार बंगले में आलीशान जिन्दगी व्यतीत कर रहे थे।

पिता की अचानक मृत्यु होने पर पाँचों भाई पैतृक आवास पहुँच गये। शुद्धि–कर्म के बाद माँ, पिता के खाते में जमा कुल धनराशि को सभी पुत्रों में समान बाँटने लगी। बीच के तीनो पुत्रों ने प्राप्त धनराशि अपने–अपने सूटकेस में रख ली।तभी सबसे बड़े पुत्र ने उन तीनों मँझले भाइयों से कहा कि– भाइयों! माँ ने तो सभी पुत्रों को समान प्यार देते हुए, समान धन दे दिया है।हम सभी को पता है कि हमारा सबसे छोटा भाई कितनी गरीबी में जीवन–यापन कर रहा है। बा–मुश्किल रूखा–सूखा भोजन जुटा पाता है। बच्चे भी अच्छे स्कूल में पढ़ नहीं पा रहे। बेटी जवान होती जा रही है। उसकी शादी की व्यवस्था भी करनी ही होगी। क्यों न हम चारों भाई, आज प्राप्त धनराशि का दस प्रतिशत इसको अतिरिक्त दे दें।

यह सुनते ही बीच की तीनों बहुएँ तपाक से बोल पड़ी– क्यों दे दें? बराबर का हिस्सा तो मिल गया उसे। और क्या चाहिए? नहीं! हम नहीं देंगे। यह हमारा हिस्सा है। इस पर हमारा अधिकार है। बड़े भाई ने समझाते हुए कहा कि जरा शान्ति से सोचो। पिता का यह धन, उनकी अपनी मेहनत की कमाई से अर्जित था। इस धन के अर्जन में, हम में से किसी ने भी, एक रुपया तक नहीं जोड़ा। न, एक मिनट का समय ही लगाया। और न एक बूँद भी पसीना बहाया। सामाजिक रूप से भले ही हम इसके हकदार हों, लेकिन नैतिक रूप से नहीं। बिना श्रम के प्राप्त धन, हराम कहा गया है। हमारा यह छोटा भाई कितना गरीब है, हम सभी को पता है। हमें अपना भ्रातृत्व–दायित्व निभाना चाहिए। लेकिन वे तीनों भाई उपहासात्मक लहजे में बोले– यह अपने कर्मों से गरीब है। हमने तो इसे गरीब नहीं बनाया। हम जो कुछ भी हैं अपनी विद्या, बुद्धि और मेहनत के बल पर हैं। हम अपने हिस्से से इसे एक फूटी कौड़ी भी नहीं देगे। बड़ा भाई चुप हो गया।फिर उसने सबसे छोटे भाई को पास बुलाकर उसके सिर को सहलाते हुए कहा, छोटू ! ये सारे रुपये तू रख ले। बच्चों को मन लगा कर पढ़ा, ताकि उनको भी तेरे जैसे कष्ट न सहने पड़े। बड़े भाई के बार– बार कहने पर छोटू ने रोते हुए वह धन ले लिया। बड़ा भाई, माँ को अपने साथ लिवा लाया।

लगभग एक वर्ष बाद माँ गम्भीर बीमार हो गयी। आर्थिक अभाव के कारण बड़ा भाई उन तीनों मँझले भाइयों के पास, माँ के इलाज के लिए, आर्थिक मदद की आस में पहुँचा। तीनों ने यह कहकर ठुकरा दिया कि, जाओ उसी के पास, जिसे आपने अपना सारा हिस्सा दे दिया था। हमें तो एक रुपया भी नहीं दिया था। हम भी तो आपके छोटे भाई थे। अब क्यों आए हो हमारे पास? बडा भाई सिर झुका कर वापिस लौट आया।

अमर नाथ
प्रधान संपादक
भावना संदेश

भारतीय वरिष्ठ नागरिक समिति (भावना) के 26वें स्थापना दिवस समारोह (19-08-2025) की कुछ झलकियाँ

स्थापना दिवस (19.08.2025) के अवसर पर भावना द्वारा सहायतित छात्र/छात्राएं विशिष्ट पुरस्कार प्राप्त करते हुए

कु0 अनन्या यादव कक्षा 12 की परीक्षा
में सर्वोत्कृष्ट अंक प्राप्त करने पर
रू0 21000 का विशिष्ट पुरस्कार
तथा प्रशस्ति पत्र प्राप्त करते हुए

कु0 नन्दनी गौतम कक्षा 12 की परीक्षा
में सर्वोत्तम अंक प्राप्त करने पर
रू0 15000 का विशिष्ट पुरस्कार
तथा प्रशस्ति पत्र प्राप्त करते हुए

शिवम राजभर कक्षा 10 की परीक्षा
में सर्वोत्कृष्ट अंक प्राप्त करने पर
रू0 11000 का विशिष्ट पुरस्कार
तथा प्रशस्ति पत्र प्राप्त करते हुए

कु0 सलोनी कनौजिया कक्षा 10 की परीक्षा
में सर्वोत्तम अंक प्राप्त करने पर
रू0 10000 का विशिष्ट पुरस्कार
तथा प्रशस्ति पत्र प्राप्त करते हुए