

AUSTRALIAN HINDI INDIAN ASSOCIATION (AHIA)

-the Association that cares



Sandesh सन्देश

incorporating

Seniors Newsletter

Established 1994:

Volume 23

Issue 10

October 2022

Editor: Santram Bajaj

President: Sushma Ahluwalia :

Secretary : Mohinder Kumar

Tel: (0414553739)

(0411967374)

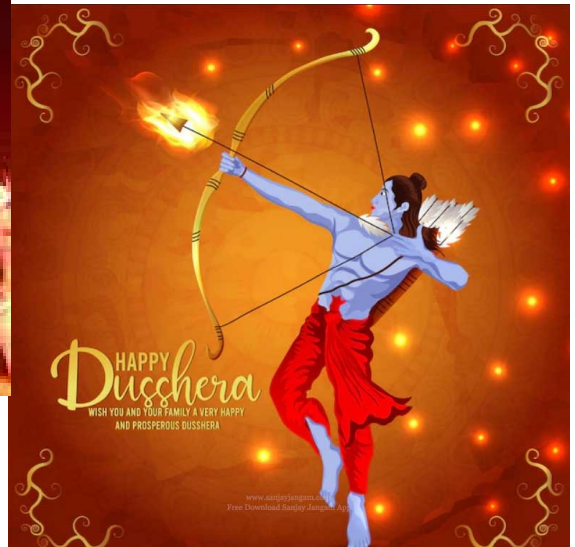
(0438203291)



HAPPY

DIWALI

दुसेहरे की शुभ कामनाएं



AHIA member's monthly meeting – Saturday 10 Sep 2022

A large number of AHIA members attended the monthly meeting session on 10 September. AHIA members meet at the Wentworthville Community Centre every second Saturday of



the month from 1 pm to 4 pm.

Sushma Ahluwalia AHIA President, welcomed all providing an overview of the day's session, along with details of forthcoming events. She reminded members of the Picnic on 18 September and the Clean-up Day on 24 September.



The meeting started with our regular Yoga exercises, under the guidance of Mr Jagdish Chaudhary. This was followed by Mr Tilak Kalra providing a talk on correct posture. He provided many tips on correct postures for sitting, standing & even sleeping. Maintaining correct posture at all times is very important as incorrect posture can lead to various health problems. Many members asked related questions to which Mr Kalra provided guidance.



The health session was followed by members providing light-hearted singing. Mr & Mrs Gupta kicked off the singing by presenting a duet.

This was followed by songs sung by Mrs. Asha Sharma, Mr. Ved Sharm, Mr. M.K Mehta, Mr. Ashok Watts, Mrs. Sardana, Mr. M.S. Bawa, Mr. Ashok Bhalla and Mrs. Veena Bhalla. Mrs Kailash Bhatnagar presented a poem which she had written.

Mr. Vijay Singhal shared his experience when he met the late Her Majesty The Queen, when she visited Australia many years ago.

The ever-popular Bingo session followed, and winners were given prizes. Tea and snacks were served by AHIA volunteers. Members had a great time and enjoyed the session.

There were 72 members who attended the senior meeting on the day.

Vivek Bhatnagar



Month of September this year had some very important events and happenings in India and abroad.

The Worldwide news of significance was the death of the British Queen Elizabeth II on 8th September. She was the longest serving monarch ruling for 70 years. King Charles III succeeds her.

A day earlier i.e. on 7th of September, the Congress party's 'heir apparent' Rahul Gandhi had started '**Bharat Jodo Yatra**' (Unite India Walk)-the longest ever in the history of India—not even attempted by Mahatma Gandhi. It will cover 3570 Km 150 days and pass through 12 Indian States, starting from Kanyakumari in Tamil Nadu- the Southern state to



Srinagar in Kashmir in the North. It's aim is to meet common people and share their views and bring to their notice the failures Modi Government on high prices, youth unemployment and religious intolerance which has created a polarised India instead of the Inclusive India, we had.

On this long walkathon, Rahul will be accompanied by a very dedicated group of supporters who will walk with him all the way and other important leaders from other states including Sonia Gandhi and Priyanka Gandhi will join him for short trips.

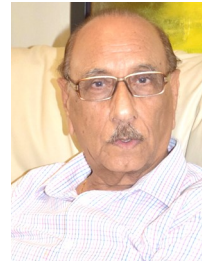
It's catching the attention of people from all walks of life. So far, he has been in the states run by the Congress or its allies and has attracted large crowds.

So far, it's getting good press except the distraction caused by its own making and that is the Congress Presidential election. At the



moment (till 19th October at least), the publicity has all shifted to New Delhi where unexpected events have surfaced.

Ashok Gehlot, the Rajasthan Chief Minister—the most trusted by Gandhis has shocked them by declining to be their Presidential candidate. The fuming



Sonia Gandhi, had to struggle for a loyal replacement. Gehlot has, of course 'apologised' but refused to budge from his position.

Now the Congress Presidential contest is between Mallikarjun Khadge, the 'official' candidate and Shashi Tharoor, the 'independent' candidate. Gandhi family has stated that they are remaining neutral.

Although Shashi Tharoor have very little chance of winning, yet the mere thought of a challenge in the party has created 'bad waves' and upset the High Command meaning the Gandhi family.

Another important event was PM Modi's



Birthday on September 17 and he chose to gift the nation with a unique present of 8 Cheetahs on that day— specially imported from an African country Namibia. It became a big news as the Cheetahs were declared extinct 40 years ago in India and a great effort was made to reintroduce them to the Indian wild life and Modi released them into the Kuno National Park in Madhya Pradesh in a big ceremony. The Congress party has accused him for not giving any credit to Dr. Manmohan Singh who started the 'Cheetah Project', but could not carry out because of the Supreme Court order.

Santram Bajaj

'Sandesh' is AHIA's Newsletter and is published every month.

EDITOR

Mr Santram Bajaj
Mob. 0414 553 739
santbajaj@hotmail.com

EXECUTIVE - COMMITTEE

*President

Mrs. Sushma Ahluwalia
Mob: 0411967374
sushmaahluwalia2014@gmail.com

*Vice-President

Mrs. Meeta Sharma
0411966585
meetasharma6@gmail.com

*Secretary

Mr Mohinder Kumar
0438203291

*Treasurer

Mr. Chand Chadha
0410636199

*Members:

Dr. (Mrs) Sarita Sachdev
0407870490
Mr. Vivek Bhatnagar
0431728061
Dr. Tilak Kalra
0413753134
Mr. Raj Batra
0421138340
Mrs Abha Gupta
0416570608

*Public Officer:

Mr Kali Gupta
Mob: 0402 092 967
guptakk72@gmail.com

AHIA's website:

www.ahiainc.com.au

INSIDE THIS ISSUE

** The Cartoons/pictures are courtesy various Newspapers.

**The Content and the opinions expressed in the writings are the responsibility of the writers concerned.

** The Health information is given in good faith and readers are advised to consult their own Doctor. AHIA does not accept any responsibility whatsoever.

AHIA takes part in Australia Clean-up Day

As part of the Australia Clean-Up campaign, AHIA annually takes part in providing its contribution to cleaning up a part of Sydney. This year AHIA members



cleaned up its allocated area at the Fred Caterson Reserve in Castle Hill on **24 September**.

I, along with my wife, joined the group at 10 am, all dressed to clean-up. We brought all necessary gear like gloves, hand sanitisers, long handle pickers and bags for collecting garbage. We



quickly broke into small groups and distributed areas for each subgroup to cover.

Fortunately, the weather was good and the warm sunshine provided motivation to scour the area for rubbish. Cleaning up one realises how many people still toss their coffee cups, lids, plastic water bottles, etc, not bothering to either take away their rubbish or to look for a bin!!

Anyway, it gave us plenty to do, chat and catch-up with each other.

Remember the old saying: "all work & no play makes Jack a dull boy" – therefore we ensured, in true AHIA spirit, to sit together at the end of clean-up and enjoy hot masala tea with snacks. We found a place to sit and enjoy the snacks each member had brought to share.

As we were winding up the rain arrived allowing us to pack-up and leave after having a great time!

Vivek Bhatnagar



Sushma Ahluwalia and Mohinder Kumar met Hon Minister Mark Coure in his office at NSW Parliament on Tuesday, 27 Sept 2022.

Happy Birthday

Surjit Joshi
Mohindera Malik
Mumthaj Azizulla
Raman Miglani
Naresh Aggarwal
Sudarshan Dhall

Narender Prakash Sanghi
Kiran Chhabra
S. P. Gupta
Dipti Soni Batra
Amrit Kaur
Manju Saneja
Manjit Kaur

Happy Anniversary

Mr. & Mrs. Jatinder & Satnam Ahuja
Mr. & Mrs. Rajendra & Subhashini Channa
Mr. & Mrs. Anand & Padmja Tandon

Message from AHIA President

Hello Every One,

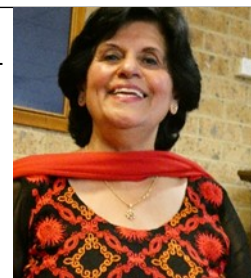
I hope you all are keeping safe and well. It is good to experience a few sunny days in the months of September. This year Spring to date has been rather colder and wetter than past few years. Hopefully we will have warmer and dryer months ahead. Those embers who attended the AHIA picnic at the Central Coast last month must have enjoyed as much as I did. We were quite lucky in striking a good weather on that day. However, while doing our Clean up Australia day we did not have such luck and experienced intermittent showers. But still there were 14 AHIA members who carried out the clean up around Fred Caterson Reserve, Castle Hill. We then afterwards enjoyed our

communal morning tea.

Please join AHIA's next Senior's meeting which is on Saturday 8th October 2022. On that day we will be celebrating Diwali with members attending the day.

See you all at our next meeting and until then please take care and stay safe.

With best wishes
Sushma Ahluwalia
President AHIA



Secretary's Report for September 2022.



Dear friends,

Hope this finds you well.

Our next senior meeting is from 1 pm on Saturday, 08 October 2022 in the Grevillea Room at the Wentworthville Community Centre, 2 Lane Street, Wentworthville NSW 2145.

The agenda includes a welcome address, a yoga session and an open-form musical/singing session. This year our most

prominent festival of Diwali is on 24 October 2022, so we will take the opportunity to celebrate Diwali with you at the senior's meeting, followed by tea and refreshments. If time permits, there will be a session of Bingo.

According to many members, the AHIA picnic was quite enjoy-

able from all perspectives. Thank you for your support.

AHIA participated in the Clean Up Australia Day from 10.30 am to 12 pm on Sunday, 11 September 2022. Many thanks to the Executive Committee members who were able to participate in Clean Up Australia Day.

AHIA's Diwali celebration function will be held on Saturday, 15 October 2022 at Castle Grande, Pioneer Hall, Corner of Penant Street & Castle Street, Castle Hill. The ticket price is \$55 for Adults, children from 6 to 12 years, \$25.00 and kids 0 to 5 years are free. The event is now almost sold out.

We look forward to seeing you on Saturday, 08 October 2022 at the seniors meeting and Diwali function on 15 October 2022.

With best wishes,
Mohinder Kumar,
Secretary, AHIA

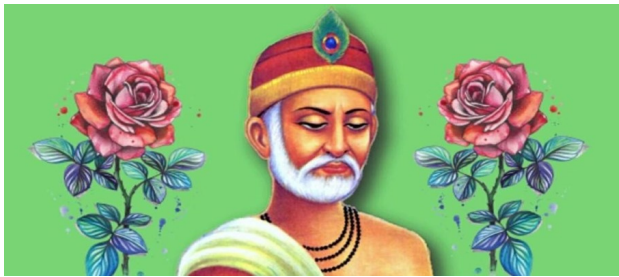
Mental Health Month: Take Action this October



This year's Mental Health Month theme is 'Connecting with Community'.

Your community could be a group of people who live around you, share your interests or share your experiences. Wherever you find your community, being a part of it creates a positive impact on your social, emotional, and mental wellbeing.

“ न काहू से दोस्ती, न काहू से बैर ”



अस्वीकरण:(Disclaimer): इस शीर्षक के अंतर्गत, इधर उधर की खबरों पर या बीत गये कुछ हालात पर टिप्पणी है। हमारा इरादा किसी का मज़ाक उड़ाना या किसी की बुराई करना बिलकुल नहीं है, हमारा मकसद तो बस ऐसे ही थोड़ा ह्यूमर अर्थात् मनोरंजन है। हर बात को सीरियसली या पर्सनली न ले कर आराम से बैठ कर (या फिर खड़े भी रह सकते हैं)- एन्जॉय कीजिये।)

“कबीरा खड़ा बाज़ार में, मांगे सब की खैर न काहू से दोस्ती, न काहू से बैर”

एपिसोड -5

“ अरे दर्शन सिंह! ये 8 चीतों की क्या कहानी है, जो अफ्रीकी देश नामीबिया से लाये गये हैं? ” मैं ने सवाल किया।

“ कहानी कुछ नहीं, हमारे प्रधान मंत्री मोदी जी की ओर से देशवासियों के लिए एक उपहार है। ” दर्शन सिंह बोला।

“ किस खुशी में? ” मैं ने ज़रा शरार्ती लहजे में पूछा।

“ कमाल है, आप को पता नहीं कि 17 सितम्बर को उन का 72वां जन्मदिन था। ”

“ तो, देशवासियों की ओर से मोदी जी को उपहार मिलना चाहिए था। यह उल्टी गंगा क्यों? और फिर चीते? ”

“ बात वास्तव में यह है कि देश में 60-70 वर्षों से चीतों की नस्ल विलुप्त घोषित कर दी गई थी, जबकि तेंदवे, बाघ(शेर) और बम्बर शेर (Lion) के होते हुए चीते का न होना एक कमी महसूस की जाती थी, जो अब मोदी जी ने पूरी कर दी है। उन्होंने ने तो इसे एक ऐतिहासिक दिन बताया है और दशकों बाद चीते हमारी धरती पर वापस आने के लिए सभी भारतीयों को बधाई दी है। ”

“ परन्तु कांग्रेस पार्टी ने प्रधानमंत्री पर आरोप लगाया ही कि ये सब देश का ध्यान अहम राष्ट्रीय मुद्दों और भारत जोड़ो यात्रा से भटकाने के लिए किया जा रहा है। ” मैं ने कहा।

“ वैसे भी मोदी जी को फीते काटने का बहुत शौक है- हफ्ते में एक आध उद्घाटन तो कर ही डालते हैं। उन्हें ‘उद्घाटन मंत्री’ कहें तो ठीक रहेगा। ” मुत्तुस्वामी पूरे मूड में था।

दर्शन सिंह ने स्वामी के इस व्यंग को अनसुना करते अपनी बात जारी रखी ।

“ और दूसरी बात उल्टी गंगा की, तो देश में आजकल बहुत सी उल्टी गांगाएँ बह रही हैं। ”

“ जैसे? ”

“ जैसे, राहुल गांधी काँग्रेस की ओर से ‘भारत जोड़ो यात्रा’, ‘कन्याकुमारी से कश्मीर’ की कर रहे हैं। ”

“ इस में क्या उलटा है? इस से पहले भी कई यात्राएँ निकल चुकी हैं। राहुल के पिता राजीव गाँधी ने भी तो निकाली थी। लाल कृष्ण अडवानी की वह १९९० वाली, ‘सोमनाथ से अयोध्या’ तक- तो खूब मशहूर हुई थी जिस में लालू प्रसाद यादव ने बिहार में उन्हें पकड़ जेल में डाल दिया था।

मैं तो कहूँगा कि यह बड़ी हिम्मत का काम है, राहुल में मुझे तो इन्द्रा गांधी का जोश दिखाई पड़ रहा है। बहाव के विरुद्ध नदी पार करना, कोई आसान काम नहीं है। दक्षिण भारत के लोग उन के साथ रहे हैं, इसलिए

उस ने ठीक ही स्थान से यात्रा का आरंभ किया है। ”

“ हाँ भई! डूबते को तिनके का सहारा। सब को पता है कि उत्तर में उनकी हालत काफ़ी चिंताजनक हो रही है। पंजाब में जो हाल उन का हुआ, अभी तक संभल नहीं पाये। शायद इसीलिये भी वह कश्मीर से शुरू नहीं करना चाहते थे, क्योंकि उधर से कोई साथ ही न चला तो बड़ी बेइज़्जती हो जाती। ” दर्शन सिंह बोला।

“ हाँ, मैं भी तुम्हारी इस बात से कुछ कुछ सहमत हूँ। परन्तु पंजाब में जो कुछ भी हुआ, उसकी तो किसी को भी उम्मीद नहीं थी। वहाँ राहुल और सोनिया ज़रूर बहुत बड़ी गलती कर गए। नवजोत सिंह सिधू पर कुछ ज़्यादा ही भरोसे के चक्कर में अपने मुख्य मंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह को अपमानित किया और जनता का विश्वास खो दिया, अब पंजाब में तो कांग्रेस का सफाया हो चुका है। ”

“ कैप्टन ने तो अपना बुढ़ापा आराम से गुज़ारने के लिए भाजपा की शरण ले ली है- कहीं के गवर्नर बना दिए जायेंगे- और सिधू जी बेचारे एक पुराने केस में पटियाला की जेल में दिन काट रहे हैं। ” मुत्तुस्वामी को अचानक सिधू पर तरस आ गया।

“ इसीलिये मैं ने कहा ना कि यह ‘भारत जोड़ो यात्रा’ उल्टी गंगा की तरह है, राहुल को पहले ‘काँग्रेस जोड़ो यात्रा’ करनी चाहिए थी। और अब राजस्थान में उनके चहीते अशोक गेलोट ने कांग्रेस आलाकमान को आँखें दिखा दी हैं। अब सारा ध्यान यात्रा से हटकर कांग्रेस प्रधान के चुनाव पर हो गया है। इसे कहते हैं, अपने पाँव पर कुलादी मारना। ”

“ पर देखना, राहुल की यह पदयात्रा ज़रूर रंग लाएगी, क्योंकि यह यात्रा मामूली यात्रा नहीं है। पूरे 150 दिन की, 12 प्रदेशों से होते हुए 3570



किलोमीटर की है। बहुत सारे लोगों से आमने सामने मिलेंगे, विचार विमर्श होगा और कांग्रेस का पक्ष रखेंगे। कांग्रेस की बूढ़ी हड्डियों में फिर से जवानी आयेगी। महात्मा गांधी भी तो ऐसी यात्राओं से अपना संदेश-देश की आज़ादी- जनता तक पहुँचाते थे। ”

“शेष अगले पन्ने पर ”

Navdha Bhakti – Nine-fold Devotion

Navdha Bhakti is about relationship between the soul and the Lord, and the type of devotion that leads to love and devotion of God.

While in exile, Lord Ram used this opportunity to visit the hermitages of various rishis, munis and other devotees in the Dandak forest. He also visited Shabri, who was poor and of low caste, and belonged to Shabar tribe. She lived in a small mud hut. She had been disciple of Matang Rishi, and as a devotee, she devoted most of her time in the devotion and seva of her Guru. Before leaving his body, Matang Rishi had given her a boon that she will have darshan of Lord Ram. She had great love for Lord Ram and had a great yearning and longing that Lord Ram may come to her cottage and give her darshan. When Lord came into her cottage, she remembered the boon given by her Guru, and in love, devotion and belief, she embraced the lotus feet of Lord Ram, and in love she gave Ram and Lakshman the fruit which she had collected from a tree. Both the brothers ate that fruit with great love and thanked her. She was overwhelmed to see the Lord. Goswami Tulsidas describes her devotion as under:

She humbly prayed to Lord Ram, saying, “Oh Lord: I am an illiterate and ignorant woman of low status and without much intelligence. I do not know what to do in your presence. How do I even begin to utter your praises and welcome you?” Hearing her beautiful and endearing words, Ram smiled and reassuringly said to her:

Listen, my friend! There is only one relationship that matters to me, and that is devotion.

Caste, kinship, lineage, religion, status, wealth, physical and cleverness are of no worth.

To me a person without devotion is just like a cloud without water.

Now I will explain the nine aspects of devotion to you, Listen attentively and preserve this well in mind.

Lord Ram continued:

- First step in devotion is the company of saints.
- Second Step is interest in spiritual discourses
- Third Step is service to the lotus feet of the Guru
- Fourth step consists in singing the glory of God with a sincere heart
- Fifth Step is true faith in Simran and Bhajan. Four Vedas also mention this truth
- Sixth step consists of following the course of conduct prescribed by the saints
- Seventh step is to see God equally present everywhere in the world and revere the saints as even greater than the Lord
- Eighth step is contentment and not finding fault in others, even in dream
- Ninth step is simplicity and full faith in God

Lord Ram says to Shabri: “Whoever possesses any one of these Nine elements of devotion, regardless of being man or woman, rational or irrational, is most dear to me, O good lady.”

....Roshan Lal

..... पिछले पन्ने से.... (न काहू से दोस्ती)

पर यह कौनसा बड़ा सन्देश देंगे?”

“ सन्देश बिल्कुल साफ है, देश में सामाजिक ताना-बाना कैसे मजबूत हो, भाजपा की ओर से जाति एवं धर्म के नाम पर चल रहे धुवीकरण को कैसे मिटाएं, नफरत को छोड़ आपस में प्यार बढ़ाएं, नौजवानों को भाषण की बजाये काम दे सरकार।”

“गांधी जी की बात लोग सुनते थे क्योंकि वे लोगों के बीच उन की तरह रहते थे, धोती लंगोटी में घुमते थे, ना कि 4100 रुपये की शर्ट पहनते थे और गाँव में भी अपना एर-कंडीशंड बेडरूम को साथ लेकर चलते थे।”

“अरे वाह ! क्या गुनाह कर दिया है? वह लम्बी -५ महीनों की - यात्रा पे निकला है, कोई शहादत के लिए तो नहीं, या फिर अखिलेश यादव की तरह ‘घर से विधान सभा’ की यात्रा तक तो नहीं।”
मुत्तुस्वामी भी जोश में आ गया। “और ये भाजपा वाले क्या कम कीमती लिबास पहनते हैं। मोदी जी और अमित शाह को देख लो, क्या नये नए फैशनदार सूट, जैकट और मफलर पहनते हैं। मैं तो कहूँगा कि बाजपा वाले बहुत घबरा गये हैं, इसलिए वे फजूल की आलोचना करते रहते हैं। उन्हें राहुल की शर्ट तो दिखाई दे गयी परन्तु वे सैंकड़ों, हज़ारों लोग दिखाई नहीं दिए जो राहुल के साथ साथ पैदल यात्रा कर रहे हैं।”

“ सुना तो मैं ने भी है कि भाजपा की नींद हराम हो गई है इस

यात्रा से।” दर्शन सिंह को चिड़ाने के लिए मैं भी बोल पड़ा।

“कहाँ से सुना है? पहले वह ‘कांग्रेस तो जोड़ लें, फिर भारत जोड़ने की बात सोचें।’ दर्शन सिंह ने उत्तेजित स्वर में प्रश्न किया।

“दोनों बातें साथ साथ शुरू हो रही हैं। कांग्रेस जोड़ने के लिए नया अध्यक्ष बना रहे हैं और राहुल स्वयं मोदी जी से निपटने का काम करेंगे। 2024 कोई दूर नहीं है।”

“अच्छा! तो मोदी जी से पंगा लेने की सोच ली है। वैसे तो वह लोकसभा में कई बार कोशिश कर चुके हैं-आँख मारना और जप्पी डालना-क्या बचपना है?”

“ पंगे की बात नहीं है, वह जनता के बीच जाकर ,लोगों के सामने भारत की समस्याओं की बात करेंगे, जो ‘गोदी मीडिया’ उन तक पहुँचने नहीं देता। मेरी बात नोट कर लो, राहुल गांधी २०२४ में न सही ,उसके बाद अवश्य प्रधान मंत्री बनेगा।”

“चलो नोट कर लेते हैं भाई! पर हम क्यों अपना सिर खपा रहे हैं इस फजूल की बहस में।” मैं ने उसे शांत करने के लिय कहा, “यह सब शोबाजी और ड्रामा बाजी- पॉलिटिक्स में चलता है- करना पड़ता है मेरे भाई!”

“चलो, डोसा खाने चलते हैं।”

...संतराम बजाज....

एक आत्मकथा

मेरी कहानी—गर्ल्स कॉमन रूम

(शारदा शर्मा, बी०ए० आनर्स (हिन्दी) तृतीय वर्ष)

मेरी कथा आज की नहीं बरसों पुरानी है—उस समय की जब किसी को स्वप्न में भी इतना ख्याल न था कि मैं इतना मान, इतना गौरव और इतना सम्मान अर्जित कर सकूंगा। एक समय था जब किसी को मेरी ओर उपेक्षा भरी दृष्टि डालना स्वीकार न था। परन्तु एक दिन, मुझे याद है, भली-भांति याद है, कुछ विशेषज्ञ लोग आए और किसी अपरिचित भाषा में बातें करने लगे। क्या बातें कीं, मुझे उस समय कुछ समझ न आया। कुछ दिन बीते तो आश्चर्य का पारावार न रहा जब मैंने सुना कि मेरे समीप ही एक विशालकाय भवन निर्मित होने जा रहा है। शीघ्र ही यह बात सत्य में परिणत हुई और मेरे सामने हिन्दू कालेज का विशालकाय भवन खड़ा था। मेरे इस नए मित्र का व्यवहार मेरे प्रति इतना उदार रहा कि शीघ्र ही इसने मुझे अपने प्रेमपाश में बाँध लिया और मैं अपने आप को भूलकर इसी का एक अभिन्न अङ्ग बन गया।

मेरा यह नया पड़ोसी मेरे लिए एक वरदान सिद्ध हुआ। जिस दिन मुझे मालूम हुआ कि मेरे भाग्य का उदय होने वाला है मेरा मन वल्लियों उछल रहा था। मुझे याद है कितना सुहावना था वह दिन। प्रातःकाल आकाश किंचित् मेघाच्छन्न था, परन्तु भास्कर के उदय के साथ ही बादल न जाने कहाँ

गए। संध्या समय तक पहुंचते पहुंचते आकाश एक बार फिर मेघों से आच्छादित हो गया। इस बार दुर्भाग्य उसका पीछा करने में आगे था। दिनकर के अस्ताचलगामी होने तक बादल उस पर छाए रहे। हाँ! तो उस दिन की बात है जब पहले पहल कुछ तितलियों ने मेरे आँगन में पैर रखा। मेरा रोम रोम हर्ष से पुलकित हो उठा था। वे, रंग-बिरंगे परिधानों से सजित मुझे ऐसे अचरज से देख रही थी मानो कोई बच्चा पहली बार चिड़िया घर में आया हो। और मैं गर्व से छाती फुलाए मन ही मन हँस रहा था।

ऐसे कितने ही वसन्त बीते। नई पीढ़ियाँ आई और चली गईं। प्रायः प्रत्येक वर्ष एक न एक 'ट्राएङ्गल' का संसर्ग मुझे प्राप्त होता रहा। कालेज की बड़ी-बड़ी विभूतियों के मेरे आँगन में खेलने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। अनेक कलियाँ मेरे आश्रय में खिलीं; अनेक पुष्प विकसित हुए और अपनी सौरभ फैलाते हुए चले गए। मुझे चुनाव के समय याद आते हैं जब सारी राजनीतिक हलचल का केन्द्र मैं ही होता था। मुझे गर्व है अपने उस गौरवपूर्ण इतिहास पर जिस पर दृष्टि डालते ही मेरा मस्तक अभिमान से ऊँचा उठ जाता है। बड़े-बड़े युग मैंने देखे हैं अनेक आंधियों व भांभावतों के प्रताड़न मैंने सहे हैं।शेष अगले पन्ने पर

.....पिछले पन्ने से.....

परन्तु ऊँचा चढ़ने वाले को नीचे आना ही पड़ता है। शायद विधाता को मेरे उत्कर्ष और प्रगति पर ईर्ष्या हो रही थी। अचानक ही मैंने सुना कि अब मुझे अपना वह प्रागैतिहासिक स्थान छोड़ना होगा। कुछ पुस्तक-क्रीटों के लिए मेरे दिल के टुकड़े टुकड़े कर दिये जायेंगे—यह मुझे मालूम न था। शायद आने वाली पीढ़ियाँ कभी सोच भी न पायेंगी कि यहाँ कभी मेरा निवास होता था।

परन्तु फिर क्या हुआ—

गिर गिर कर हम आबाद होंगे।

नयी चोली होगी नया रङ्ग होगा।

चाहे मेरा कलेवर बदल दिया हो, आज भी मेरी वही शान है, मेरा उतना ही मान है, और मैं उतना ही पूज्य एवं सम्मानित हूँ जितना कि पहले कभी था।

सूरज को मैं ने खूब छकाया

दिन भर के व्यापार में उलझे रहे हम

जब ज़रा सा चैन मिला ही था कि,

सूरज उतावला हो कर

संध्या को बुला लेता है

संध्या का पीछा करते करते

निशा आ जाती है

फिर अन्धकार घिरते घिरते ही

सारा जगत सो जाता है

उधर सूरज भी लहरों में जाकर डूब जाता है

और न जाने कब उतावला हो

लौट आता है सवेरे सवेरे

संभलने का अवसर दिए बिना ही

शाखाओं, पत्तियों पहाड़ियों में

तांक झाँक करता संवरने लगता है

दिन उगते ही सागर में आँधे मूँह गिर पड़ता है

डूबता नहीं, तैरता रहता है

लहरों के साथ थिरकता नाचता है

वह तो निष्काम है

संसार से उसे क्या काम?

मानव है कि जागने का प्रयास करते ही

प्रकाश का सहारा ले आकाश पर चढ़ने लगता है

संसार है कि मानव बंधन में भंभ कर

निष्काम नहीं हो पाता

मोह माया में कुछ लिप्त थे, कुछ नहीं

और कुछ होंगे भी नहीं

पर देखो—कितना उतावला है सूरज कि

फिर लौट आता है।

कैलाश भटनागर

Gardening—

How to compost: a guide to reducing waste at home

—Turn your food scraps and paper recyclables into liquid gold for your garden by starting your own compost bin – Here's how.

Your composting rundown

Did you know that most items destined for landfill can be transformed into valuable nutrients for the garden? Cardboard,



newspapers, kitchen scraps, rotten fruit and veggies, grass clippings and fallen leaves can all go into a [compost bin](#). What comes out is nutrient-rich, crumbly 'garden gold' that can be used to improve and enrich soil or potting mixes. There are many ways to compost and various systems to suit a space, no matter how big or small.

Gedye compost bin

This [enclosed bin](#) is a simple but effective way to compost. It's large enough to take most household and garden waste.

Tumbler bin

A [raised bin](#) with a crank or similar mechanism to allow you to easily rotate the unit and aerate the mix. Turn regularly to accelerate the composting process.

Compost bays

The [ideal solution](#) for those with a large backyard and access to a large amount of garden waste and other materials. A little more physically demanding as it requires regular turning and moving materials from one bay to the next.

Bokashi bin

Keep this [bucket-sized bin](#) in the kitchen so you can easily add

all food scraps and waste, including meat and dairy. This system isn't a true compost bin as the materials don't break down, but rather, with the help of bokashi microbes, the waste is fermented and helps accelerate the decomposition process. Once fermented, the contents can be added to the compost bin or buried in the garden.



The magic mix

Compost bins need a good balance of nitrogen or 'green' waste, carbon or 'brown' waste, air and moisture for the process to be effective. Alternate layers of green and brown materials, top with a layer of cardboard or newspaper and give it good spray of water. Use a [garden fork](#) or compost aerator to fluff the mix weekly; this will help the waste break down faster.

- Nitrogen or green waste: kitchen scraps, coffee grounds, lawn clippings, leaves, aged cow or chook manure, disease-free plants, and tea leaves.
- Carbon or brown waste: newspaper, cardboard, shredded paper, sawdust, vacuum dust, and egg cartons.

Things to avoid

- Meat, dairy and bread (except in a Bokashi bin)
 - Weeds
 - Diseased plant material
- Large quantities of grass clippings

Source: [How To Compost: A Guide To Reducing Waste At Home - Bunnings Australia](#)

.....Compiled by Raj Batra

RAM LEELA WITH A DIFFERENCE !

In Traditional Ramleelas, actors were all male, playing the parts of female characters like Sitaji and others. Women were forbidden on the stage.

Well, hold your breath, tables have been turned.

In Zirakpur, near Chandigarh there is a special Ram Leela Mandli, in which ,the actors are ALL WOMEN.

Yes, Even RAVAN is a woman!!



AHIA's long-awaited Picnic celebrated @ McKenzie Reserve Budgewoi on September 18 A Beautiful Sunny Sunday



There were 142 members who attended the picnic – 2 buses and one van were hired for the day. One bus was scheduled from Westmead station @8AM and the 2nd bus & van were scheduled at 8.45AM from West Pennant Hills Station. All ticket holders were at their designated pick-up point before time with beautiful smiles and energy. All buses departed right on time.

Members were singing and playing Antakshari on the bus. First Pitstop was after the Mooney Mooney Bridge – Members had 'garma garm' Chai, Coffee and refreshments and



stretched their legs. Buses reached destination, McKenzie Reserve by 11.30AM. It is a lovely spot and has a huge shelter area with tables & Benches.

A few members settled with their chairs on a grass picnic area.

Music started pumping the Bollywood songs and some members couldn't stop dancing. Adding spark to the entertainment,



Pravesh Babhoota, Nardev Gupta and Sushil Kumar sang in their melody voices and members danced to add more fun.

Some people strolled around the reserve to enjoy the scenic view of the reserve.

12.30PM, thanks to Ajay's Maya Da Dhaba - Madison function centre did the buffet for us with 'garma garm' Bhaturas made onsite. It was sumptuous

lunch followed by Tea and Gulab Jamuns -yummmmm Yum.



Fun was not over yet - had exciting Tombola session hosted by Nardev Gupta - prizes were handed over to the winners.

As we say good things comes to an end, the buses departed at 3.30 PM and reached

their pick-up points in scheduled time.

Sincere thanks to all the members who made it a very enjoyable fun day. Special thanks to the Executive team for their endless time and efforts in organising a wonderful picnic. 3 Cheers to AHIA

– Meeta Sharma



...More Photos ...next page





AHIA PICNIC September 18, 2022 ... at McKenzie Reserve Budgewoi



Photos by
Tilak Kalra