



*हँसन-हसइरया*

प्रकाशक :

सतयुग दर्शन ट्रस्ट (रजि.)

“वसुन्धरा” ग्राम भोपानी-लालपुर रोड फरीदाबाद-121002 (हरियाणा)

फ़ोन-0129 2202316, 820 ext. 504 फ़ैक्स-0129 2201125, 2202447

ई-मेल: [info@satyugdarshantrust.org](mailto:info@satyugdarshantrust.org) website: [www.satyugdarshantrust.org](http://www.satyugdarshantrust.org)

© सर्वाधिकार सतयुग दर्शन ट्रस्ट (रजि.) सुरक्षित

ISBN : 978-81-910671-5-6

प्रथम संस्करण

अप्रैल, 2013

# हँसन-हसइरया



## अनुक्रमणिका

क्रम संख्या	संकलन	पृष्ठ संख्या
हँसन-हसइय्या (दिनाँक 27 जनवरी 2013)		
प्रातःकालीन कार्यक्रम		
1	हँसना क्या है?	2
2	प्रसन्नता, आनन्द, प्रफुल्लता, परमानन्द	3
3	हँसने के लिए क्या योग्यताएँ धारण करनी आवश्यक हैं?	8
4	सजना वे हँस लै, हँस लै	9
5	हँसी का अभाव मानव को क्या बना देता है?	10
6	रोते हुआँ को कैसे हँसाएँ	12
7	हँसाने वाले व्यक्ति के लिए संबोधन	13
8	खुश रहने की खातिर, त्यागो खुदी	15
9	एक व्यक्ति दूसरों को हँसाने के लिए क्या-क्या करता है?	16
10	हँसी को प्रकट करने के लिए की जाने वाली शारीरिक क्रियाएँ	17
11	मनुष्य की प्रकृति व अभिव्यक्ति के आधार पर हँसी के प्रकार	19
12	हँसना, हँसना, हँसना (कव्वाली)	23
13	हँसने का शारीरिक स्वस्थता पर प्रभाव	25
14	प्रसन्नता दोहे	34
15	उडीकाँ रखिखाँ उडीकन अँखियाँ	36

क्रम संख्या	संकलन	पृष्ठ संख्या
<b>संध्याकालीन कार्यक्रम</b>		
16	खुशियाँ नित नवियाँ	40
17	जियरा चाहे खेलें हँसन-हसइय्या	41
18	हँसना क्या है?	42
19	ख़बरदार-ख़बरदार, ख़बरदार-ख़बरदार	43
20	हँसना व्यक्ति की किस अवस्था का द्योतक होता है?	44
21	सब हँस रहे हैं, तुम भी हँसो	45
22	हँसी खोने का क्या अर्थ है?	47
23	हम हँसें तुम हँसो	48
24	हँसते समय हमें क्या सावधानी लेनी है?	50
25	आओ मिलकर खेलें खेल	51
26	हँसना क्यों आवश्यक है?	52
27	है ओ ख़िवइय्या, है ओ पीवइय्या	54
28	कौन खुलकर हँस नहीं सकता?	55
29	रोने के दिन गए, सजन जी हँसने के दिन आए	56
30	हम सदा प्रसन्नचित कैसे रहें?	59
31	खुश-खुश रहेंगे ये वादा रहा	61
32	एक हँसमुख व्यक्ति क्यों सफल होता है?	63
33	जल्दी जाना है दरबार	65
34	निष्कर्ष	66

Request for this book

*Email*

info@satyugdarshantrust.org