आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353
डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-128/2015-2017
प्रेषण :- कार्यालय शास्त्री सर्कल पोस्ट ऑफिस ,उदयपुर
प्रेषण दिनांकः-प्रतिदिन

मन के जीते जीत सदा

दैनिक

● मुद्रण तारीख - 26-02-2016 ● अंक-446 ● तारीख - 27 फरवरी 2016, फाल्गुन कृष्ण - 4 ● शनिवार ● उदयपुर ● कुल पृष्ठ-02 ● मूल्य-1 रूपया ● पृष्ठ-01

श्री सत्यसांई -अनमोल वचन

प्रेम से, आनन्द से,दलबंदी व घृणा से रहित होकर जियो।

104 वर्षीय महिला ने घर में शौचालय बनाने के लिए अपनी बकरियां बेच दी, प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी ने की तारीफ

छत्तीसगढ़ के धमतरी जिले में 104 वर्षीय जिस महिला ने अपने घर में शौचालय बनाने के लिए अपनी बकरियां बेच दी थीं, उनकी तारीफ प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी की।

प्रधानमंत्री ने राज्य के नक्सल प्रभावित जिला राजनांदगांव के कुरूभात गांव में 'आर-अर्बन मिशन' के शुभारंभ के दौरान कुंवर बाई को सम्मानित किया। मोदी ने मंच पर ही कुंवर बाई के पांव भी छुए।

प्रधानमंत्री ने कहा, '104 वर्षीय एक बूढ़ी महिला जो एक दूर दराज के गांव में रहती है, टीवी नहीं देखती ना ही समाचार पत्र पढ़ती है, लेकिन स्वच्छ भारत मिशन के तहत शौचालय बनाने का संदेश किसी ना किसी तरह उन तक पहुंच गया। उन्होंने अपने घर में शौचालय बनाने के लिए अपनी बकरियां बेच दी और गांव के अन्य लोगों को भी इसे बेचने के लिए प्रेरित किया।' कुंवर बाई ने अपने घर में दो शौचालय बनाने के लिए 8-10 बकरियां बेची थीं।

उन्होंने अपने घर में बनाए गए शौचालयों को कुछ अन्य ग्रामीणों को दिखाना शुरू किया। साथ ही उन्हें इसके महत्व के बारे में जानकारी दी। अब गांव के घर-घर में शौचालय है। प्रधानमंत्री ने कहा, 'मैं मीडिया से कहना चाहूंगा कि आप मुझे कवर नहीं करिए लेकिन इस महिला की कहानी देश भर में फैलाइए'।

मोदी ने अंबागढ़ चौकी और छुरिया ब्लॉकों के बाशिंदों की भी सराहना की जहां के सभी घर खुले में शौच से मुक्त हो गए हैं। उन्होंने कहा, 'यहां तक कि एक प्रधानमंत्री को भी कर (लोगों पर) लगाने से पहले सोचना होता है लेकिन इन ब्लॉकों में लोगों ने बगैर किसी हिचकिचाहट के उन लोगों पर जुर्माना लगाने का फैसला किया जो खुले में शौच करते हैं'। यह समाज कल्याण के लिए एक अच्छी कोशिश है।

5 माह में 4319 गांव रौशन

आजादी के 70 सालों में भी देश के जिन 18,452 गांवों में बिजली नहीं पहुंच पाई थी, उनके विद्युतीकरण का वादा पूरा करने की दिशा में सरकार जी-जान से जुटी है। सरकार का दावा है कि वह अगस्त, 2015 से अब तक इन 18,452 गांवों में से करीब एक चौथाई को बिजली दे चुकी है।

अभी तक लक्षित 18,552 गांवों में से करीब 23 प्रतिशत यानी 4,319 गांवों को बिजली मिली है। 940 और गांवों तक बिजली पहुंचाने की प्रक्रियां जारी है।

1,457 गांवों में बिजली पहुंचाना है। 11,736 गांवों में अभी इलेक्ट्रिफिकेशन की प्रक्रिया शुरू नहीं हो पाई है। इससे पहले बिजली मंत्रालय ने दीनदयाल उपध्याय ग्राम ज्योति योजना (डीडीयूजीजेवाई) के तहत 11 जनवरी से 17 जनवरी, 2016 के दौरान 276 गांवों का इलेक्ट्रिफिकेशन किया है।

जिन गांवों में बिजली पहुंचाई गई है उनमें असम के 139, बिहार के 25, झारखंड के 21, ओडिशा के 60, उत्तर प्रदेश के 30 और राजस्थान को एक गांव शामिल हैं। केंद्र सरकार ने 1 मई,2018 तक बिजली से वंचित सभी 18,452 गांवों की बिजली देने का फैसला किया है। इस प्रॉजेक्ट पर मिशन मोड में काम चल रहा है।

किश्तों पर मिलेगा एलपीजी कनेक्शन

पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस मंत्री धर्मेंद्र प्रधान कहा कि तेल विपणन कंपनियां नए रसोई गैस कनेक्शन मासिक किस्त (ईएमआई) पर उपलब्ध कराने पर विचार कर रही हैं। प्रधान ने यह घोषणा ऐसे वक्त की है, जब सरकार अगले तीन साल में 3.5 करोड़ नए एलपीजी कनेक्शन देने का लक्ष्य लेकर चल रही है। अभी 16.5 करोड़ एलपीजी कनेक्शन हैं। प्रधान ने मुंबई में एक कार्यक्रम में कहा, नए कनेक्शन की लागत 3400 रुपए तक आती है, जिन्हें हम ईएमआई आधार पर बेचना चाहते हैं। इस राशि को 24 किस्तों तक में बांटा जा सकता है। तेल कंपनियां इस बारे में बैंकों से बात कर रही हैं।

राजस्थान ने सबसे कम सोलर पावर टैरिफ का बनाया रिकॉर्ड

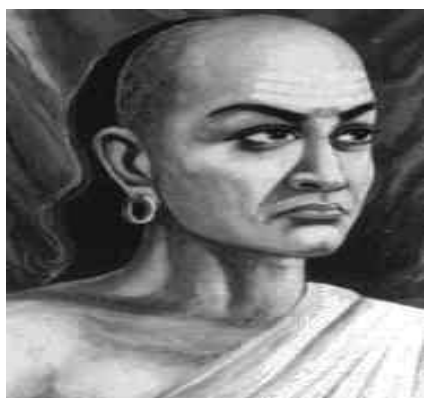
पहली बार फिनलैंड की कंपनी ने लगाई 4.34 रुपए प्रति यूनिट की बोली-

प्रधानमंत्री मोदी के सौर ऊर्जा के विजन को साकार करते हुए राजस्थान ने देश में पहली बार 4.34 रुपए प्रति यूनिट की अब तक की सबसे कम बोली अर्जित करने का रिकार्ड बना लिया है। सोलर टैरिफ अब थर्मल पावर की लागत से भी कम स्तर पर आ गया है। यह देशभर में सबसे कम सोलर पावर टैरिफ है। राष्ट्रीय सौर ऊर्जा मिशन के तहत एनटीपीसी ने राजस्थान में 420 मेगावाट की सौर ऊर्जा परियोजनाओं के लिए रीवर्स बिडिंग आमंत्रित की थी। इनमें से जोधपुर के भड़ला सोलर पार्क के टेंडर में 70 मेगावॉट की परियोजना के लिए अब तक की सबसे कम दर पर बिजली मुहैया कराने की बोली फिनलैंड की सौर ऊर्जा कंपनी फॉरटम एनर्जी ने 4.34 रुपए प्रति यूनिट की लगाई। राजस्थान में सौर परियोजनाएं लेने के लिए विदेशी कंपनियों में जबरदस्त उत्साह देखा गया । अमेरिकी कंपनी राइजिंग सन एनर्जी ने 140 मेगावॉट की दो परियोजनाओं के लिए 4.35 रुपए प्रति यूनिट की बोली का पेशकश की। इससे पहले सबसे कम बोली 4.63 रुपए प्रति यूनिट की थी, जो सॉफ्टबैंक ने भारत में अपने संयुक्त उपक्रम एसबीजी क्लीनटेक के जरिये आंध्र प्रदेश में 350 मेगावाट परियोजना के लिए लगाई थी।

सौर ऊर्जा में राजस्थान की साख प्रमाणित-

लोएस्ट बिडिंग के इस नए कीर्तिमान से सौर ऊर्जा के क्षेत्र में राजस्थान की साख फिर से प्रमाणित हो गई है। सुपर रेडिएशन में हम सबसे आगे हैं। प्रदेश में 27,000 मेगावाट के सोलर प्रोजेक्ट स्थापित करने के एमओयू हो चुके हैं जिनकी लागत लगभग 1,35,000 करोड़ रुपए बैठती है।

कौटिल्य का सप्तांग सिद्धांत



राज्य के सात अंग या तत्व- राज्य का विकास वैदिक युग के अन्तिम चरण में पूर्णरूपेण हो चुका था। तैत्तिरेय और ऐतरेय ब्राह्मण तक आते-आते राष्ट्र की कल्पना भी हो चुकी थी। समुद्र से घिरे हुए क्षेत्र पर शासन करने वाले सम्राट का उल्लेख ऐतरेय ब्राह्मण में मिलता है। इन सब बातों से हम इस निष्कर्ष पर पहुँचते हैं कि राज्य और उसके विभिन्न अंगों की कल्पना हो चुकी थी। देश के विभिन्न भागों में राज्य, भोज्य, वैराज्य तथा साम्राज्य आदि विविध प्रकार के राज्य थे।

प्राचीन भारत में राज्य के सावयव रूप का उल्लेख मिलता है। उस समय के विद्वान राज्य को एक सजीव संहति मानते थे। राज्य एक सजीव एकात्मक संस्था के रूप में स्वीकृत था और सप्तप्रकृतियों से युक्त था। सप्तांग राज्य की कल्पना प्राचीन भारतीय विचारकों के अनुसार एक जीवित शरीर की कल्पना है, जिसके सात अंग होते हैं। ऋग्वेद में समस्त संसार की कल्पना विराट पुरुष के रूप में की गयी है और उसके अवयवों के द्वारा सृष्टि के विभिन्न रूपों का बोध कराया गया है। इस प्रसंग में समाज को सावयव मानकर समाज के लोग उस अवयवी के चार मुख्य अवयव माने गये हैं,यजुर्वेद में कहा गया है -"मेरे मन से चन्द्रमा, आँखों से सूर्य की उत्पत्ति हुई, इज्यादि।"

भारतीय राजशास्त्र के अन्तर्गत मनु, भीष्म और शुक्र जैसे राजशास्त्रियों के द्वारा राज्य की कल्पना एक ऐसे जीवित जागृत शरीर के रूप में की गयी है, जिसके सात अंग होते हैं। मनु के अनुसार, प्रारम्भ से सात पुरुषों के सहयोग से विराट पुरुष की उत्पत्ति हुई और फिर इन्हीं सात पुरुषों की सूक्ष्म मूर्तामात्राओं से संसार की उत्पत्ति हुई। उसने राज्य का सावयव रूप माना है। लेकिन, इससे उनके वास्तविक मत का पूरा पता नहीं चलता है। भीष्म ने राज्य को सप्तात्मक राज्य के नाम से घोषित किया है। राज्य एक ऐसा अवयवी है, जिसके सात अवयव या अंग होते हैं। शुक्रनीति में राज्य के इन अंगों को मानव शरीर से तुलना करते हुए कहा गया है-"इस शरीर रूपी राज्य में राजा सिर के समान है, अमात्य आँख है, सुद्रत मुख है, बल मन है, दुर्ग हाथ है और राष्ट्र पैर हैं।"

यद्यपि वैदिक साहित्य, धर्मसूत्र और अन्य प्राचीन ग्रन्थों में राज्य के कुछ तत्वों का उल्लेख किया गया है, लेकिन राज्य की पूर्ण परिभाषा नहीं दी गयी। मगध और कौशल जैसे राज्यों की स्थापना के पश्चात् कौटिल्य भारतीय राजनीति के रंगमंच पर प्रथम विचारक हैं, जिन्होंने राज्य को पूर्ण रूप से परिभाषित किया। जो आगे चलकर विचारकों के लिए स्थायी प्रकाश-स्तम्भ सिद्ध हुआ। कौटिल्य ने भी राज्य के सात अंग माने हैं जिनको वह प्रकृति की संज्ञा देते हैं। राज्य ने सात अंगों के कारण ही राज्य की प्रकृति के संबंध में कौटिल्य का सिद्धांत सप्तांग सिद्धांत कहलाता है। कौटिल्य ने अर्थशास्त्र के छठे अधिकरण के पहले अध्याय में राज्य के सात अंगों या प्रकृतियों का अग्रलिखित रूप से उल्लेख किया है- 1.स्वामी 2.अमात्य 3.जनपद 4. दुर्ग 5.कोष 6.दण्ड और 7.मित्र।

अपच दूर करने के उपाय

1. अपच, मॉर्निंग सिकनेस के लिए ताजी मीठे नीम की पत्तियों के रस में नीबू का रस मिलाकर ताजे पानी के साथ दें। यह दवा बहुत तेज है, इसे स्टील की कटोरी में बनायें।
2. घी, तेल, चिकनी चीजें न पचने पर गाजर का रस 300 ग्राम, पालक का रस 150 ग्राम मिलाकर पीयें।
3. फूलागोभी और गाजर का रस समान मात्रा में मिलाकर पीयें, अपच दूर होगी।
4. चिकनाई खाने से अपच है तो छाछ में सिका जीरा, सेंधा नमक, कालीमिर्च मिलाकर पीयें।
5. सेंकी हुई हींग, जीरा और सौंठ में सेंधा नमक मिलाकर चौथाई चम्मच गर्म पानी से फाँक लें।
6. दो चम्मच जीरा उबालें, ठंडा करके आधा-आधा कप दिन में तीन बार पीयें।
7. जीरा, पीपल, कालीमिर्च, सौंठ, सेंधा नमक मिलाकर रख लें। भोजन के बाद एक चम्मच चूर्ण पानी के साथ लेने से अपच नहीं होती।
8. जिसे खाना हजम न होता हो, खाना खाते ही दस्त हो जाता हो, वे 60 ग्राम सूखा धनिया, 25 ग्राम नमक, 25 ग्राम काली मिर्च-तीनों को पीसकर रख लें। खाना खाने के बाद नित्य आधा चम्मच फांकी लें।
9. हल्का खाना खाने के बाद भी दस्त हो जाये तो काला नमक 5 ग्राम गर्म पानी में मिलाकर पी जायें।
10. अजवाइन, छोटी हरड़ समान मात्रा, सेंधा नमक, हींग स्वादानुसार लेकर सबको पीस लें। भोजन के बाद एक चम्मच पाचक चूर्ण गर्म पानी से लें।
11. 3 काली मिर्च, 3 लौंग, 25 नीम की पत्तियाँ मिलाकर पीस लें। इसमें थोड़ा पानी, शक्कर मिलाकर दिन में दो बार तीन दिन तक पीयें, अपच ठीक हो जायेगी।
12. केला खाने से अपच दूर होती है।
13. अजीर्ण व अपच में एक चम्मच प्याज के रस में नमक मिलाकर दो-दो घण्टे से पिलायें काफी आराम मिलेगा।
14. मूली काटकर उस पर कुछ बूँदे नींबू का रस, सेंधा नमक, काली मिर्च, अजवायन का चूर्ण बुरक कर खाने से अजीर्ण तथा कब्ज दूर होता है।
15. आधा चम्मच पपीते का दूध, चीनी के साथ लेने से अजीर्ण खत्म हो जाता है।
16. अपच व आँतों की सूजन दूर करने के लिए पका केला या केले की सब्जी खायें।
17. खाना खाने से पहले तथा उसके बाद में अदरक के रस में नीबू रस व नमक मिलाकर सेवन करने से अजीर्ण व अपच में लाभ होता है।
18. दो लौंग लेकर उन्हें पीस लें। फिर उबलते हुए आधे कप पानी में डालें। फिर कुछ ठंडा होने पर इस पानी को पी जाएँ। रोजाना ऐसा दिन में तीन बार करें, लाभ अवश्य होगा।
19. अपच या आँतों में मल सूखने पर पेट में दर्द (शूल) होता है, सौंठ, हींग और काली मिर्च प्रत्येक दो ग्राम चूर्ण भोजन के बाद गुनगुने जल से दो वक्त लें। आराम मिलेगा।
20. दही में भुना हुआ जीरा, नमक तथा काली मिर्च डालकर रोजाना खाने से अपच रोग जड़ से खत्म हो जाता है।

मानव मन के बोल

जब मैं कलकत्ता गया

गताांक से आगे.....

मैं छोटा सा इन्सान! मैं अदना-सा इन्सान! मेरे तो महाराज साइकिल थी। उदयपुर में जब आया 1979 में उसके साल भर बाद खरीदी थी। 600/- की साइकिल खरीदी। और 50/- के स्टाम्प पेपर पर खरीदी। 12 महीने मे उस साइकिल का रूपया चुकाया था। जब मैं पाली में था। ये सब दृश्य आयेंगे-बाद में। तो जब मेरे एक हजार रूपये महीना तनख्वा होने वाली थी। 6 महीने पहले से आनन्दित हो रहे थे, अगले 6 महीने बाद मेरा Increment लगेगा। 12 रूपये का इस समय साल भर के 8 रूपये Increment था, बाद में senior होने के बाद 12 रूपये का हो गया। तो अभी मेरे 979 रूपये हैं, अगले 6 महीने बाद 1001 रूपये तक होगी। उसकी बहुत खुशियाँ थी और आज तो जैसे करोड़ रूपया भी आ जावे तो उतनी खुशी क्यों नहीं होती, होनी चाहिये ना? एक रूपया भी हमारे लिये लक्ष्मीजी का साक्षात् दर्शन है।

एक पैसा भी गिर जाता है तो बार-बार ढूंढते है। ढूंढना ही चाहिये, ये लक्ष्मी जी है। ये कुबेर भगवान की कृपा है। ये गणेश भगवान की अनुकम्पा है, ये रिद्धी और सिद्धी की परम् कृपा है। एक पैसा भी गिर जाये तो ढूंढना चाहिये, और तीन बार माथे पर लगाकर के और बार-बार अपनी गलती के लिये क्षमा याचना करनी चाहिये। आगे ऐसी गलती नहीं होगी, एक पैसा भी मेरे से गिर न जाये। जब रोटी नहीं होती, तीन दिन का भूखा हो और रोटी ना मिले तो उसके लिये तड़पते हो।

बाबू... कलकत्ता जब पहुँचा तो गायत्री भक्त अग्रवाल जी, उन्हीं के घर पर उन्होंने मुझे ठहराया, कितनी कृपा की। ना उस समय! नारायण सेवा संस्थान प्रारभ हुई थी। कोई बैनर नहीं महाराज! केवल और केवल बापू जी का रामचरित मानस के पाठ, कलयुग केवल नाम अधारा, सुमरन-सुमरन नर उतरहीं पारा, केवल बापू जी का अभिषेक, भाया जी की शुभ कृपा, बाई का गीता जी का पाठ, यही हमारा आधार था। पिलर मजबूत थे। ये रूपया-पैसा आपका आधार नहीं है।.....

क्रमश अगले अंक में ...

सम्पादकीय

विचार, एक ऐसा शब्द जो कि हर व्यक्ति के जीवन में उसके लिए अहम महत्व रखता है। विचारों में एक ऐसी असीम शक्ति होती है जो उसे कहीं भी ले जाने का साहस रखती है। हर व्यक्ति के विचार अलग–अलग होते हैं। यह व्यक्तियों के विचार ही हैं जो व्यक्ति के जीवन के हर पहलू को प्रभावित करते हैं। यदि हम अच्छे विचारों को अपने अंदर समाहित करने की क्षमता रखते हैं तो इस संसार की कोई ताकत हमें आकाश की बुलंदियों को छूने से नहीं रोक सकती, लेकिन इसके लिये अपने विचारों में क्रांति का होना बहुत जरूरी है। इस संसार में बहुत कुछ ऐसा होता है कि हम उसे समझ नहीं पाते, उसे समझने की कोशिश करते हैं तो और भी उलझ जाते हैं।

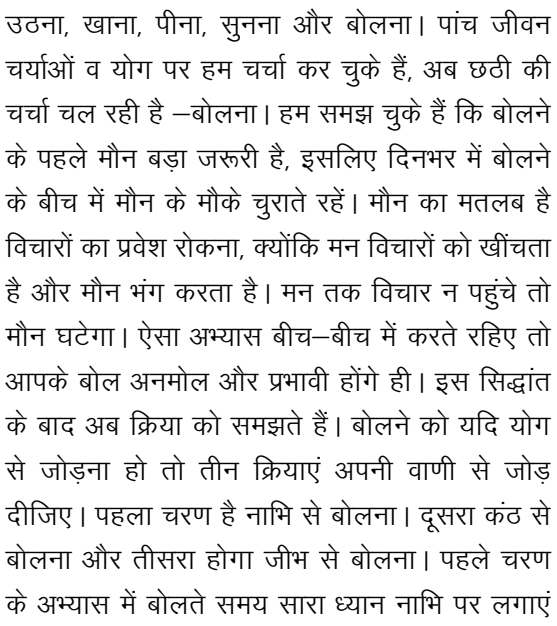
बहुत से लोगों के मन में कुछ ऐसे विचार होते हैं, जिन्हें किसी के साथ बाँटकर वे आकाश की बुलंदियों को छूने का साहस रखते हैं, पर कुछ कह नहीं पाते। मेरी भी कुछ इच्छाएं हैं, मेरे भी कुछ सपने हैं जिन्हें मैं पूरा करना चाहता हूँ और अपने विचारों को बताना चाहता हूँ। ऐसे तो बहुत से लोग मेरे साथ हैं जिनसे मैं अपनी बातें कह सकता हूँ, पर कुछ बातें ऐसी होती है जो हम बाँट नहीं सकते, केवल खुद ही महसूस कर सकते हैं। लेकिन कुछ पल की वे बातें हम कहीं भूल न जाएँ वे कुछ सुनहरी यादें, किसी के साथ बिताये हुए कुछ पल, किसी के साथ रहने का अनुभव और भी बहुत सी ऐसी बातें हैं जो हम किसी के साथ बाँट नहीं सकते। इसलिए उन्हें ताजा रखने के लिए उन्हें तस्वीरों में उतार लेते हैं या फिर समय के साथ–साथ वे यादें भूल जाते हैं जिन्हें हम कभी भूलना नहीं चाहते। मैं जब भी बहुत उदास होता हूँ या बहुत खुश होता हूँ और किसी से कुछ कहना चाहता हूँ और यदि नहीं कह पाता तो अपने विचारों को कहीं लिख लेता हूँ।

और उस पल को अपने शब्दों के जाल में बांधकर रख देता हूँ, जब कभी याद आती है तो पढ़कर उन्हें ताजा कर लेता हूँ। मैं यह जानता हूँ कि हमें ये मानव जीवन बड़ी मुश्किल से मिला है।

ऐसे तो मानव जीवन सभी को मिला है पर इस जीवन की सार्थकता तभी सिद्ध होगी, जब हम कोई ऐसा अच्छा काम करें, जिससे हम सारी दुनिया की नजरों में आ जाएँ, जब हमें सभी लोग जानने लगें, नहीं तो इस जीवन का कोई औचित्य ही नहीं है।

बोलते समय शब्द नाभि से निकालें

व्यस्तता के इस दौर में जिन्हें शांति की तलाश हो उन्हें जीवन को योग से जोड़ना चाहिए। किंतु बहुत व्यस्त लोग योग के समूचे अनुशासन को नहीं पाल पाते। आप कितने ही व्यस्त हों, छह काम अवश्य करेंगे –सोना, उठना, खाना, पीना, सुनना और बोलना। पांच जीवन चर्याओं व योग पर हम चर्चा कर चुके हैं, अब छठी की चर्चा चल रही है –बोलना। हम समझ चुके हैं कि बोलने के पहले मौन बड़ा जरूरी है, इसलिए दिनभर में बोलने के बीच में मौन के मौके चुराते रहें। मौन का मतलब है विचारों का प्रवेश रोकना, क्योंकि मन विचारों को खींचता है और मौन भंग करता है। मन तक विचार न पहुंचे तो मौन घटेगा। ऐसा अभ्यास बीच–बीच में करते रहिए तो आपके बोल अनमोल और प्रभावी होंगे ही। इस सिद्धांत के बाद अब क्रिया को समझते हैं। बोलने को यदि योग से जोड़ना हो तो तीन क्रियाएं अपनी वाणी से जोड़ दीजिए। पहला चरण है नाभि से बोलना। दूसरा कंठ से बोलना और तीसरा होगा जीभ से बोलना। पहले चरण के अभ्यास में बोलते समय सारा ध्यान नाभि पर लगाएं और खुद को तैयार करें कि शब्द नाभि से निकल रहे हैं। आपकी व्यस्तता में ऐसे अवसर मिल जाएं तो नाभि पर टिक जाएं और मंत्र का उच्चारण करें। चाहे वह गायत्री मंत्र हो, श्री हनुमान चालीसा हो या अन्य कोई गुरु–मंत्र आपको नाभि से आसानी से जोड़ देता है। आप नाभि से बोल रहे हैं, यह अनुभूति बढ़ जाती है। फिर जो शब्द बोलें अपने माता–पिता, बच्चे, जीवनसाथी और भी जो समीप के लोग हैं, उनसे जब भी बात करें, शब्दों को नाभि से निकालिए। बोलते तो आप तब भी हैं, बस इस अनुभूति के साथ बोलिए। इस पहले चरण में योग अपने आप घट रहा होगा।



नारायण सेवा संस्थान की देश में सक्रिय शाखाएं

क्र.स.	नाम शाखाध्यक्ष	शाखा	सम्पर्क
14	श्री मुरली लॉल गोयल	कच्छ	9898370800, 0283622232
15	श्री नवल किशोर गुप्ता	फरीदाबाद	9873722657, 999924031
16	श्री ओमप्रकाश अग्रवाल	आगरा	9309212108
17	श्री रामनिवास जिन्दल	जुलाना मण्डी	9813707878
18	श्री शिवनारायण अग्रवाल	भीलवाड़ा	9829769960, 01482–227034
19	श्री गोपाल मित्तल	अजमेर	9460712634
20	श्री विजय जूनावत	नसीराबाद	9829971874, 01491–223111
21	श्री विजय भूतड़ा	जालना	02482233733
22	श्री विष्णुशरण सक्सेना	होशंगाबाद	9425050136
23	श्री नरेश कुमार बंसल	आगरा	9897214749
24	डॉ. योगेश गुप्ता	विलासपुर	9827954009
25	श्री प्रहलाद भाटिया	मुम्बई	9324554005
26	श्री सी.आर. जी अब्रोल	चम्बा	9418447356
27	श्री सतीश कुमार मेहता	हरियाणा	97283300055
28	श्री सुभाष मंगलम	गाजियाबाद	9811999697, 0120–325281
29	श्री नीरज बिष्ट	नैनीताल	9837474073
30	श्री रसील सिंह	हमीरपुर	9418061161
31	श्री भगवानदास गुप्ता	हजीरा बाग	9234894171
32	श्री मीठालाल	हुबली	9449118895

क्रमशः अगले अंक में

नारायण सेवा संस्थान के अन्तर्गत किये गये नियमित नि:शुल्क दिव्यांग ऑपरेशन की सूची

क्रं.स.	रोगी का नाम	पिता/पति का नाम	उम्र	लिंग	शहर	राज्य
1	मंजुला	बसयानेप्पा	31	स्त्री	शिमोगा	कर्नाटक
2	हसीना	अहमद साब	31	स्त्री	शिमोगा	कर्नाटक
3	भक्ताराम	त्रिलोचन नायक	34	पुरूष	सुन्दरगढ़	उड़ीसा
4	इन्द्राणी	नाथू लाल	43	स्त्री	जांजगीरचंपा	छतीसगढ़
5	कनिका	महेन्द्र	5	स्त्री	सीकर	राजस्थान
6	अनूज	अरविन्द	5	पुरूष	अशोकनगर	मध्यप्रदेश
7	मोहित	सुनिल जाटव	5	पुरूष	विदिशा	मध्यप्रदेश
8	नमन	राजेश भाट	7	पुरूष	गुरदासपुर	पंजाब
9	आयुष	राजकिशोर	8	पुरूष	फिरोजाबाद	उत्तरप्रदेश
10	जतीन	राजेश	8	पुरूष	आजमगढ़	उत्तरप्रदेश

क्रमशः अगले अंक में

सोशल साइट्स के ज्यादा इस्तेमाल से बढ़ते है मानसिक विकार

जो टीन एजर्स फेसबुक, ट्विटर और इंस्टाग्राम जैसी सोशल नेटवर्किंग साइट्स पर हर दिन दो घंटे से ज्यादा टाइम बिताते हैं, उन्हें अलर्ट होने की जरूरत है। एक शोध में साफ हुआ है कि दिमाग पर ये चीज़ें गहरा असर डाल रही हैं। स्टडी के मुताबिक सोशल नेटवर्किंग साइट्स पर ज्यादा वक्त बिताने से टीनेजर्स में आत्महत्या की भावना बढ़ाने वाले विचारों, मनोवैज्ञानिक परेशानियों

और मानसिक विकारों के बढ़ने का खतरा रहता है। यह भी साफ हुआ है कि इससे मानसिक स्वास्थ्य बुरी तरह से प्रभावित होता है।

रिसचर्स के मुताबिक यह स्टडी पैरेंट्स को एक जरूरी मैसेज देती है। की उन्हें इन साइट्स को भी ध्यान में रखना होगा।एक शोध में 7वीं से 12वीं क्लास के स्टूडेंट्स के डेटाको स्टडी किया। इस सर्वे में लगभग 25 पर्सेंट छात्रों को दो घंटे से ज्यादा सोशल नेटवर्किंग साइट्स प्रयोग करने का आदी पाया गया।

मुट्ठी में तकदीर

गतांक से आगे.....

थोड़ा वक्त ही गुजरा था, बस की हुई भीषण दुर्घटना
आगे जो यात्री बैठे थे, हुआ नहीं उनका बचना
बोलिये कृष्ण कन्हैयालाल की जय। मानव धर्म की जय, गिरिराजधरण की जय। आपने महात्म्य सुना, बस में आगे बैठे थे, ड्राइवरजी के पास में, अचानक धर्म ने साथ दिया। उनके दान धर्म की कृपा ने साथ दिया। सोचा अरे, बस रोकिये। मैं पीछे जाकर बैठूंगा। मेरी तबीयत कुछ ऐसी हो रही है और पीछे जाकर बैठ गए। थोड़ी देर बाद आगे एक भीषण दुर्घटना हो गई। बस को टक्कर लगी और जहाँ हमारे दिव्यांग की रक्षा करने वाले, धर्म को समझने वाले, पूज्य भाई साहब बिराजे थे, वो जगह चकनाचूर हो गई।
सब अपना प्राण गवाँ बैठे, यह कैसी लीला हुई।
बच गए सेवारामजी, मानव धर्म की कृपा हुई।
बच गए सेवारामजी, मानव धर्म की कृपा हुई।
ये सेवा धर्म का महात्म्य। परब्रह्म परमात्मा की कृपा से, भक्तराज प्रहलाद जी के माध्यम से, मार्कण्डेय ऋषिजी को प्राप्त हुआ। सूतजी ने कहा– हे सनकादिक ऋषियों। जैसे श्रीमद्भागवत की परम् कृपा, महाभारत का ज्ञान, रामचिरत्रमानस की कृपा का ज्ञान, भक्ति महत्व, वैसे ही रामचरित्रमानस में गोस्वामी तुलसीदासजी महाराज ने फरमाया –

परहित सरिस धर्म नहीं भाई।
पर पीड़ा सम नहीं अधमाई।।

मद में बैठा हिरण्याकश्यप बोला प्रहलाद से
बोल जय बोल तू मेरी ही जयबोल
मेरे इन चरणों में आकर, मेरी महिमा बोल
बोल जयकार बोल, मेरी ही जय बोल।
अरे हिरण्याकश्यप। तू कैसा इन्सान है ? स्वयं हरि बनना चाहता है। भक्तराज प्रहलाद को कितना सताया तूने और कहता है मेरी ही जय बोल। अरे, तू तो क्षण भंगुर है। अरे, ये जीवन तो अनिध है। ये जीवन जा रहा है। हे मद में आये हुए हिरण्यकश्यप कुछ होश कर, कुछ धर्म की बात कर लेकिन जब घमण्ड आ जाता है, अभिमान आ जाता है। जब कुलदागी जैसा हिरण्यकश्यप।
अभिमानी रावण और हठी दुर्योधन, दुष्ट दुःशासन जब अकृपा करते। मानव धर्म की अकृपा। ये दुष्ट हैं, ये दागी हैं, ये विकार हैं। ये घमंड तो महान मृत्यु को प्राप्त कराने वाला है और हिरण्यकश्यप जब प्रहलाद जी को बोलता है –मेरी जय बोल। प्रहलाद हाथ जोड़कर कहता है–आप मेरे पिता हैं। आप आकाश से बड़े हो सकते हैं लेकिन आप हरि नहीं हो सकते। हे मेरे पिता, हरि की जय बोलो, हरि की जय बोलो। बालक भक्त प्रहलाद हिरण्यकश्यप के समक्ष हैं और उनसे कह रहा है कि आप भी नारायण की जय बोलिये। आप भी मेरी तरह नारायण का गुणगान गाईये, अहंकार को त्याग दीजिये। और ये वार्तालाप चल रहा है, आनन्द के साथ और कैसे भगवान नृसिंह प्रकट होंगे और हिरण्याकश्यप का वध करेंगे, जय हो –

अगर मेरी ना करेगा आरती, तुझको सजा दिलाऊंगा
मेरे इन सैनिकों से कहकर जेल में भिजवाऊंगा
बोला प्रहलाद ये दभं तू अपना छोड़
मिलकर मेरे साथ ओ राजन नारायण जय बोल
हे हिरण्याकश्यप बहुत अन्याय किया है तुमने। इस धरती को बहुत जलाया है। तुम्हारे भाई हिरण्याक्ष ने इतना बड़ा पाप किया। पृथ्वी माता को भी पाताल में लेकर चला गया और मेरे हरि भगवान को। बोलिये वाराह अवतार की जय : जय हो।

क्रमशः.....

मुख्य कार्यकारी अधिकारी–कैलाश 'मानव'
मार्गदर्शक–प्रशान्त अग्रवाल,
जगदीश आर्य, देवेन्द्र चौबीसा
मार्गदर्शिका–कमलादेवी, वन्दना अग्रवाल
सलयक प्रबन्धक–मोहन लाल गाडरी
संपादक–लक्ष्मीलाल गाडरी
संपादन सहयोगी–घनश्याम सिंह राठौड़

मुद्रक–न्यूट्रेक ऑफसेट प्रिंटर्स, प्रकाशक–कमलादेवी, मुद्रण स्थल–13, भोपा मगरी, बी.एम.एन.एल. एक्सचेंज के पास, हिरण मगरी, सेक्टर–3 उदयपुर (राज.), प्रकाशन स्थल– ई–डी–71 बप्पा रावल नगर, हिरण मगरी, सेक्टर–6, उदयपुर (राज.)
सम्पादक–लक्ष्मीलाल गाडरी, आर.एन.आई. नं. RAJHIN/2014/59353 टेलिफोन नं. – 0294–6622222 मो.–09587720000,09928022275,09214657807,09785039524 www.mannkijeet.com, mankijeet2015@gmail.com