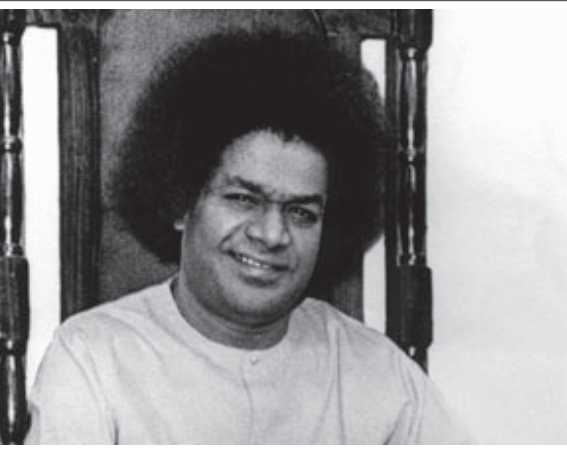


मन के जीते जीत सदा

दैनिक

● मुद्रण तारीख - 24-03-2016 ● अंक-473 ● तारीख - 25 मार्च 2016, चैत्र कृष्ण - 2 ● शुक्रवार ● उदयपुर ● कुल पृष्ठ-02 ● मूल्य-1 रुपया ● पृष्ठ-01

श्री सत्यसाईं - अनमोल वचन



तुम यह धारणा मत रखो कि यदि तुम मुझे ध्यान रूप के लिए स्वीकार नहीं करते हो, तो मैं तुम पर क्रोध करूंगा। नितान्त: इस बात से मेरा कोई संबंध नहीं है। जो नाम एवं रूप तुम्हें आवश्यक उत्साह प्रदान करता है, उसे चुनने के लिए तुम पूर्णतया स्वतंत्र हो। -सत्य साईं बाबा

मां दुर्गा स्तुति

***सर्वाबाधाविनिर्मुक्तो धनधान्यसुतान्वितः।
मनुष्यो मत्प्रसादेन भविष्यति न संशयः।।**
अर्थ:- मनुष्य मेरे प्रसाद से सब बाधाओं से मुक्त तथा धन, धान्य एवं पुत्र से सम्पन्न होगा-इसमें तनिक भी संदेह नहीं है।

श्रद्धा गीत

**सत्य वही चिड़िया कहा, गाए श्रद्धा गीत।
डाल-डाल पर फुदकती, पात-पात से प्रीत।।**
भावार्थ -सत्यरूपी चहकती चिड़िया जो हमेशा श्रद्धा के ही गीत गाती है। जो हर डाल पर फुदकती हुई, पात-पात से प्यार की डोर बाँधती हुई फुर-फुर उड़ती हुई नजर आती है।
अमृत वचन - सत्यरूपी चिड़िया हमेशा श्रद्धा के ही गीत गाती है।

सुविचार

सभी गलत कार्य मन से ही उपजते हैं। अगर मन परिवर्तित हो जाय तो क्या गलत कार्य रह सकता है। -**गौतम बुद्ध**
एक शब्द में, यह आदर्श है कि तुम परमात्मा हो।
-**स्वामी विवेकानंद**
वन की अग्नि चन्दन की लकड़ी को भी जला देती है अर्थात् दुष्ट व्यक्ति किसी का भी अहित कर सकते हैं।
-**आचार्य चाणक्य**
उस व्यक्ति ने अमरत्व प्राप्त कर लिया है, जो किसी सांसारिक वस्तु से व्याकुल नहीं होता। -**स्वामी विवेकानंद**
एक सुराही बूंद-बूंद से भरती है। -**गौतम बुद्ध**

दोहावली

**तरुवर फल नहीं खात है, सरवर पियहि न पान।
कहि रहीम पर काज हित, संपति सँचहि सुजान।।**
अर्थ: वृक्ष अपने फल स्वयं नहीं खाते हैं और सरवर भी अपना पानी स्वयं नहीं पीती है। इसी तरह अच्छे और सज्जन व्यक्ति वो हैं जो दूसरों के कार्य के लिए संपत्ति को संचित करते हैं।
-**रहीम**
**छिमा बड़न को चाहिये, छोटन को उतपात।
कह रहीम हरि का घट्यौ, जो भृगु मारी लात।।**
अर्थ: बड़ों को क्षमा शोभा देती है और छोटों को उत्पात (बदमाशी)। अर्थात् अगर छोटे बदमाशी करें कोई बड़ी बात नहीं और बड़ों को इस बात पर क्षमा कर देना चाहिए। छोटे अगर उत्पात मचाएं तो उनका उत्पात भी छोटा ही होता है।
-**रहीम**

अब तुरंत पकड़ में आ जाएगा डुप्लिकेट पेनकार्ड

इनकम टैक्स डिपार्टमेंट के लिए अब डुप्लिकेट पेन कार्ड के खतरे को रोकना आसान होगा। डिपार्टमेंट को एक ऐसा टेक्नोलॉजी टूल मिला है, जिसकी मदद से वह डुप्लिकेट पेन कार्ड को आईडेंटिफाई कर सकेगा। डिपार्टमेंट को डुप्लिकेट कार्ड को 'किल' करने का भी अधिकार दिया गया है। अभी तक टैक्स चोरी या ब्लैकमनी मामले से जुड़ी जांच में यह सामने आया है कि, इस तरह के गैरकानूनी काम में डुप्लिकेट पेन कार्ड का इस्तेमाल किया गया है।



इस इलेक्ट्रॉनिक स्मार्ट प्लेटफॉर्म को इनकम टैक्स बिजनेस अप्लीकेशन-परमानेंट अकाउंट नंबर (आईटीबीए-पैन) कहते हैं और इसे डिपार्टमेंट ही ऑपरेट करेगा। पेन जारी करने वाली इंटरमीडियरीज हर समय नए नंबर के अप्लीकेशन के साथ डुप्लिकेट नंबर की जांच कर सकेंगी। आईटी टूल इसमें यूनिक आईडेंटिटी बना देगा, जिससे उन्हें यह मालूम हो जाएगा कि अप्लीकेंट के पास पहले से पेन है

या नहीं। आईटी डिपार्टमेंट के सीनियर अफसर ने बताया कि पहले पेन की डुप्लिकेसी रोकने का मैनुअल तरीका था, जोकि पूरी तरह कामयाब नहीं है। लेकिन, नए इलेक्ट्रॉनिक सिस्टम से डुप्लिकेसी को बहुत हद तक रोका जा सकेगा। अफसर ने हालांकि यह भी कहा कि पुराने पेन कार्ड के मामले में मैनुअल सिस्टम भी काम करता रहेगा। पुराने सिस्टम में इस तरह के अधिक मामले नहीं हैं।

सच्ची मनुष्यता

'सब सुखी हो जायें, सब निरोग हो जायें, सबके आनन्द-मंगल हो, कभी किसी को किञ्चित्मात्र भी कष्ट न हो' - यह जिसका भाव बन जाये, वह मनुष्य कहलाने योग्य हैं। जब तक वह दूसरों के दुःख से दुःखी नहीं होता, तब तक वह मनुष्य कहलाने योग्य नहीं है। दूसरी एक और बात है -जो दूसरों के दुःख से दुःखी होता है, उसे अपने दुःख से दुःखी नहीं होना पड़ता है। आप लोग ध्यान दें, अपने दुःख से उसी को दुःखी होना पड़ता है, जो दूसरों के दुःख से दुःखी नहीं होता और दूसरों के सुख से सुखी नहीं होता। वह संग्रही बनता है और अपने सुख का भोगी बनता है। उसे सुख का अभाव रहता है, कमी रहती है। संग्रह करना और भोग

करना-ये दोनों परमतत्त्व की प्राप्ति में बाधक हैं। कारण कि मनुष्य संग्रह करेगा तो शरीर से ही करेगा और सुख भोगेगा तो शरीर से ही भोगेगा। अतः इस हाड़-माँस के पुतले में लिप्त रहने से चिन्मय तत्त्व की प्राप्ति नहीं होगी। परंतु दूसरों के सुख में सुखी होने से भोग भोगने की इच्छा और दूसरों के दुःख में दुःखी होने से अपने लिये संग्रह करने की इच्छा नहीं रहती है। मनुष्य-जीवन मिला है शुद्ध होने के लिये, निर्मल होने के लिये, परंतु जो दूसरों को दुःख देते हैं, वे पाप कमाते हैं। जिसका परिणाम बहुत भयंकर होगा। जिसके अन्तःकरण में दूसरों को सुखी देखकर प्रसन्नता नहीं होती और दूसरों को दुःखी देखकर करुणा नहीं

होती, उसका अन्तःकरण मैला होता है। मैला अन्तःकरण नरक में ले जाता है। दूसरों के दुःख से दुःखी होना और दूसरों के सुख से सुखी होना ही सच्ची मनुष्यता है। मनुष्य मात्र को हरदम यह भाव रखना चाहिये कि सब सुखी कैसे हों? उनका दुःख कैसे मिटे?



मन का नियंत्रण



सम्पूर्ण सृष्टि सरलता और बुद्धिमत्ता के मंगलमय लय से प्रकृति के नियमों पर चल रही है। यही मंगल ही दिव्यता है।

शिव वह सामंजस्यपूर्ण सरलता है जो कोई नियन्त्रण नहीं जानती। शिव का विपरीत है वशी, यानि नियन्त्रण। नियन्त्रण मन का होता है। नियन्त्रण का अर्थ है दो, द्वैत, कमजोरी। वशी का अर्थ है स्वाभाविकता से कुछ करने के बजाय दबाव द्वारा कुछ करना। प्रायः लोग समझते हैं कि उनका जीवन, परिस्थितियों उनके नियन्त्रण में, उनके वश में है, परन्तु नियन्त्रण एक भ्रम है। मन में क्षणिक ऊर्जा का दबाव नियन्त्रण है। यह है वशी। शिव इसके विपरीत है। शिव ऊर्जा का स्थायी और अनन्त स्रोत है, सत्ता की अनन्त अवस्था, वह एक जिसका कोई दूसरा नहीं। द्वैत भय का कारण है और वह सामंजस्यपूर्ण सरलता द्वैतवाद को विलीन करती है। जब एक क्षण पूर्ण हैं, सम्पूर्ण हैं, तब वह क्षण दिव्य है। वर्तमान क्षण में होने का अर्थ है न भूतकाल का पछतावा, न भविष्य की कोई माँग। समय रुक जाता है, मन रुक जाता है। -**श्री श्री रविशंकर जी**

सेवा के दोहे

कहते तो देखे सभी, करता दिखे न कोय।
बिन बोले सेवा करे, वो ही सेवक होय।।
रामायण गीता सभी, कहे भागवत ज्ञान।
सेवा सम दूजा नहीं, जग में कर्म महान्।।
राम, कृष्ण, गौतम, जिणन्द, नानक सूर कबीर।
सेवा सबके घट बसी, ज्यों गंगा का नीर।।
सेवा ऊँची गगन सम, गहरी ज्यों पाताल।
सेवा मिट सकती नहीं, हुवे करोड़ों साल।।
सेवा का बरगद खड़ा, चहुँ दिशी फँसे पात।
नारायण संस्थान है, दीन दुःखी के साथ।।
धरती सब कागज बने, वृक्ष कलम बन जाय।
सात समन्द स्याही बने, सेवा गुण न लिखाय।।
अस्थिदान दधीचि कियो, हरिशचंद्र ने राज।
भामाशाह ने धन दिया, मातृभूमि के काज।।
रूप, धूप, धन, बल, जमीं, नाशवान संसार।
सेवा से मिल जाएगा, नारायण का द्वार।।
नारायण संस्थान की, बड़ी अपूरब बात।
सेवा की गंगा बहै, प्रतिपल दिन और रात।।
धन बरसे, सरसे धरा, धान उगे जग खाय।
यह सब सेवा भाव है, सेवा व्यर्थ न जाय।।
प्रीत न ऐसी कीजिये, जैसे झाड़ी बोर।
ऊपर लाली प्रेम की, भीतर बड़ा कठोर।।
चार दिनों की जिन्दगी, राग द्वेष मत बाँध।
काया हाण्डी काठ की, इसमें विष मत रांध।।
देख दुःखी और दीन को, मत करना अपमान।।
आतमा सो परमात्मा, नर नारायण जान।।
प्रेम स्नेह और मित्रता, खरबूजे में देख।
बाहर से देखे अलग, लेकिन भीतर एक।।
-**बंशी जी बावरा**

मानव मन के बोल

ईमानदारी रूपी हीरा



गातांक से आगे.....
मालुम होना चाहिये सिर दर्द का कारण क्या है?उस समय दाल-रोटी की चिन्ता थी। 50 /- रुपये का बाबूजी को मन्नी ऑर्डर कराना है। हमारे भीलवाडा में एक साहब थे उनका कुछ कर्जा रह गया था मेरे पर तो उनको 50/- रुपया महिना भेजता था। 4-5 महिने भेजता रहा। एक महिने भेज नहीं पाया तो डाक की चिट्ठी आ गई मन्नी ऑर्डर नहीं मिला आपका। जल्दी भेजिये। मैंने उनको एक अन्तर्देशीय पत्र लिखा। बाबुजी मेरे को तनखाह बहुत कम मिलती है। इस बार माफ कर दे, अगली बार भेज दूंगा। आपके पास तो भगवान ने बहुत पैसा दिया है। आपके खुद का बंगला भी है।

हर महिने शायद 55/- महिना किराया देता था। तो मैंने कहा आपको तो भगवान की दया से बहुत सम्पत्ति दी है। तो चौधे दिन उनकी डाक की चिट्ठी आई, बोले आपकी ओकात किया है-मेरे सामने। कहां आप, आप तो बहुत छोटे आदमी हो। मेरे को भगवान ने बहुत सम्पन्न बनाया है। आपने मेरे से तुलना कैसे की? अपनी ओकात पर रहिये। जी आप की बात सही है। मैं ओकात भूल गया था। मैं भूल गया था कि अमीरी बहुत बड़ी बात होती है। मैं भूल गया था कि सोने की चमक भ्रमित कर देती है। मैं भूल गया था कि :

**कनक-कनक ते सो गुना,
मादकता अधिकाय।
ये खाय बोरात, वो पाये बोरात।।
क्रमशः अगले अंक में ...**

पोषक तत्वों से भरपूर - टमाटर

रोज एक-दो टमाटर खाने से डॉक्टर आपसे दूर ही दूर रहेगा अर्थात् डॉक्टर की आवश्यकता ही नहीं पड़ेगी। पोषक तत्वों से भरपूर टमाटर मूलतः तो अमरीका के निवासी हैं। आजकल तो दुनिया भर में टमाटर का उपयोग भारी मात्रा में होता है। आलू और शकरकंद के बाद, समग्र विश्व में, उत्पादन की दृष्टि से टमाटर का क्रम आता है। टमाटर में आहारोपयोगी पोषक तत्व काफी मात्रा में होने के कारण ये हरी साग-भाजियों में एक फल के रूप में सर्वश्रेष्ठ माना जाता है। टमाटर भारत में सर्वत्र होते हैं। ये



बलुई से लेकर सभी प्रकार की जमीन में होते हैं। परंतु इसे कठोर, क्षार या रेतवाली जमीन अनुकूल नहीं पड़ती। टमाटर सख्त ठंडी को सहन नहीं कर सकते। भारी वर्षावाली और ठंडी ऋतु को छोड़ किसी भी ऋतु में इसके बीजों की पनीरी बनाकर इसे उगाया जा सकता है। सामान्यतः वर्ष में दो बार, वर्षाऋतु में और शीतकाल में (मई-जून

तथा अक्टूबर- नवम्बर मास में) टमाटर बोये जाते हैं। यद्यपि बाजार में तो ये वर्षभर मिलते हैं। टमाटर के पौधे दो से चार फुट ऊँचे बढ़ते हैं। शाखाओं पर अंतर से पर्ण लगते हैं। इसके पत्ते बैंगन के पत्तों की अपेक्षा छोटे होते हैं। टमाटर के बीज बैंगन या मिर्च के बीज से मिलते-जुलते होते हैं। इसके पौधे हल्के धुँधले रंग के दीखते हैं। उनमें से कुछ उग्र और खराब बढबू आती है। टमाटर की कई किस्में होती हैं। इनकी आकृति, रंग और स्वाद भिन्न-भिन्न होते हैं। टमाटर जितने बड़े हों उतने ही गुण में

उत्तम होते हैं। कच्चे टमाटर हरे रंग के, खट्टे और पचने में हल्के होते हैं, परंतु जब ये पकने लगते हैं तब चमकते-तेजस्वी लाल रंग के होते हैं। आलू या शकरकंद की सब्जी में टमाटर डालकर बनाई हुई मिश्र तरकारी स्वादिष्ट होती है। गुड़ या शक्कर डालकर बनाया हुआ टमाटर की सब्जी खटमीठी, अत्यंत स्वादिष्ट, रुचिकर और पाचक होती है। थोड़ा-सा गुड़ डालकर धनिया-जीरे का बघार देने से भी टमाटर की सब्जी स्वादिष्ट बनती है।

सम्पादकीय

जनरल हॉस्पिटल उदयपुर का सर्जिकल वार्ड नंबर 11 बेड नंबर 9..... हमेशा की तरह किसना जी आदिवासी से जाकर राम-राम की। अपनी जर्जर काया को साधते हुए उन्होंने राम-राम का जवाब दिया ही था कि उसी समय भोजन वितरण करने वाली हॉस्पिटल की ट्रोली आ गई। मैंने थाली लेकर किसना जी को दी। उस गरीब बेसहारा ने एक रोटी खाई, और बाकी रोटी और सब्जी अपने जर्मन के कटोरे में रख दी। मैं अपनी उत्सुकता रोक नहीं सका। पूछ ही लिया, क्यों बा साहब? आपरी भूख बन्द वेई री है (बा साहब, क्या आपकी भूख बन्द हो रही है?) एक मिनट वे मौन रहे फिर रुंधे गले से बोले "बावजी मने लेइन मारो बेटो व भाई आयोड़ा है। दो दिन वेइग्या पैसा बिल्कुल नी रिया, ये रोटियाँ वगारे लिए राखी है।" (श्रीमान मुझे लेकर मेरा भाई व बेटा भी आये हुए हैं। दो दिन से पैसे बिल्कुल समाप्त हो गये हैं, ये रोटियाँ दोनों के लिए बचाकर रखी हैं।) एक मिनट मौन रहे..... सहानुभूति मिलते ही उनके सब्र का बाँध टूट गया और 60 वर्षीय किसना जी भील फूट-फूट कर अपने दुर्भाग्य एवं बेवसी पर रोने लगे। आँखें गीली हो गईं, एक विचार आया..... परिचित 5-7 घरों में खाली डिब्बे रख उनसे निवेदन किया कि जिस प्रकार से आप एक रोटी गाय की निकालते हैं, वैसे ही अपनी रोटी बनाने के पहले एक-दो मुट्ठी ऐसे लोगों के लिए भी निकालें जो दो-दो रातों भूखे गुजार लेते हैं, पर मांग सकते नहीं। अपनी गरीबी पर मन मसोस कर रह जाते हैं - ये लोग।

मानसिक विकारों का त्याग करें



चंचलं हि मनः कृष्णप्रमाथि बलवद्दृढम्।
तस्याहंनिग्रहयन्वी वायीरिव सुदुष्करम्॥ (गीता 6।34)

विचारों को उत्पन्न करने वाली कल्पनाशक्ति मनकी सर्जनशक्ति है— यदि तुम्हें उत्कृष्ट, स्वस्थ एवं दिव्य-विचारका सर्जन करना है और विशेष विशाल वस्तुओं की रचना करनी है, तो तुम्हें अपनी कल्पनाशक्ति को निर्मल, हितकारक तथा विस्तृत बना लेना चाहिये। जब तुम स्वयं अपने विषय में खोज करने निकलो तो आत्मतत्व को समझने में, खोजने में और प्राप्त करने में तत्परतापूर्वक जुट जाओ। तुम दैवी अंशयुक्त सत्, चित्, आनन्द हो। अपने असली स्वरूप को हृदयगम करो। निष्कलता, आधि-व्याधियाँ अधिकांश में निम्न विचारों, दूषित कल्पनाओं के ही फल हैं। अतएव अपने वास्तविक स्वरूप की खोज करते समय कल्पनाशक्ति को पूर्णरूप से निरामय रखने के हेतु तुम्हें भय, क्रोध, तिरस्कार, शंका तथा अन्य दुविधामय मानसिक स्थितियों का परित्याग करना होगा।

नारायण सेवा संस्थान के अन्तर्गत किये गये नियमित निःशुल्क दिव्यांग ऑपरेशन की सूची

क्रं.स.	रोगी का नाम	पिता/पति का नाम	उम्र	लिंग	शहर	राज्य
1.	गौरेश जोशी	संदेश	9	पुरुष	ठाणे	महाराष्ट्र
2.	मोईनुददीन	अमीरुददीन मोहम्मद	9	पुरुष	मधुबनी	बिहार
3.	विपिन कुमार	विनोद कुमार	9	पुरुष	जौनपुर	उत्तरप्रदेश
4.	बिश्मिता	महेश्वर	10	स्त्री	नलबरी	असम
5.	शाकिब तेली	भूरा तेली	11	पुरुष	सहारनपुर	उत्तरप्रदेश
6.	टकलू कुमार	शंकर यादव	12	पुरुष	जमुई	बिहार
7.	आयुष कुमार	राजीव गुप्ता	20	पुरुष	दिल्ली	न्यू दिल्ली
8.	सौरभ कुशवाह	ओमप्रकाश	24	पुरुष	कन्नौज	उत्तरप्रदेश
9.	सीमा बेगम	साबिर अली	25	स्त्री	ईलाहाबाद	उत्तरप्रदेश
10.	अयान कुरेशी	नफीस	4	पुरुष	दिल्ली	न्यू दिल्ली
11.	रमेश	सॉवलाराम	6	पुरुष	जालौर	राजस्थान
12.	राजकुमार	सतीश	7	पुरुष	वाराणसी	उत्तरप्रदेश
13.	मोनिका मीणा	भेंवरलाल	10	स्त्री	बुन्दी	राजस्थान
14.	उर्वशी बिलाला	बापू सिंह	11	स्त्री	धार	मध्यप्रदेश
15.	सुमित यादव	कैलाश यादव	11	पुरुष	कोटा	राजस्थान
16.	अंजली चमार	रामजीत चमार	11	स्त्री	औरैया	उत्तरप्रदेश
17.	सपना कुमारी	धुपाल	12	स्त्री	सरण	बिहार
18.	अरनोब चटर्जी	तन्मय	13	पुरुष	बीरभूम	पं. बंगाल
19.	निलेश कुमार	सुभाष	14	पुरुष	गोरखपुर	उत्तरप्रदेश
20.	राजेश जांगिड	राधेश्याम	14	पुरुष	टोंक	राजस्थान
21.	शमीम अली	अब्दुल जब्बर	14	पुरुष	24 परगना	पं. बंगाल
22.	जितेंद्र	अजय	14	पुरुष	नालन्दा	बिहार
23.	शीतल कुम्हार	सतपाल	15	स्त्री	झज्जर	हरियाणा
24.	कालूराम यादव	कृष्ण कुमार	15	पुरुष	सीकर	राजस्थान
25.	जोसना	बेगु	15	स्त्री	नान्देड	महाराष्ट्र
26.	राष्ट्रपाल	समाधान	16	पुरुष	बुलढाना	महाराष्ट्र
27.	उमेश यादव	रोहीत	16	पुरुष	सिद्धार्थनगर	उत्तरप्रदेश
28.	खजन चन्द्र	मोहन	17	पुरुष	पिथौरागढ़	उत्तराखण्ड

आत्मा परमात्मा का सम्बंध

ईश्वर सृष्टि में सर्वोच्च सत्ता है और सब का नियमन कर रहा है। उसकी इच्छा से ही सब कुछ घटित हो रहा है। सभी जीवों को उसके अधीन जीवन व्यतीत करना पड़ता है। धर्म ने ईश्वर और जीव के मध्य के संबंध को परमात्मा और आत्मा के रूप में स्थापित करके एक अनिवार्य और अपरिहार्य बंधन में बाँध दिया है। इस बंधन में भी प्रेम के तत्व को डाल दिया गया है ताकि यह बंधन न रहकर आनंदपूर्ण सम्मिलन जैसा हो जाए, ताकि ईश्वर की महानता भी बनी रहे और जीव की पहचान भी। प्रेम का आधार बस प्रेम ही होता है। जिससे प्रेम किया जाता है, उसे पाने के लिए प्रेम किया जाता है ताकि उसे पाकर आत्मिक जीवन आनंद से परिपूर्ण हो जाए। भौतिकतावादी जीव ने धर्म के अनुपालन में ईश्वर से संबंध तो स्थापित कर लिया, किंतु इस संबंध में प्रेम से अधिक स्वार्थ के तत्व को मुखर कर दिया गया है। शक्तिशाली परमात्मा से सांसारिक वस्तुओं को पाने की आशा अधिक हो गई है, क्योंकि उसे लगता है कि आनंद इनमें है। वह सांसारिक कामनाओं की पूर्ति के लिए स्वयं भी प्रयास करता रहता है और परमात्मा से भी सहायता की याचना करता है। कई बार जब उसे आशा से परे चीजें मिल जाती हैं, तो उसे परमात्मा की कृपा दिखती है। वह ईश्वर की उपासना को लेकर गंभीर हो जाता है और उसमें प्रेम का तत्व भी प्रबल होने लगता है। ऐसे में लगता है कि धर्म उसका अंगवस्त्र बन गया है, किन्तु जब काम नहीं बनते तो प्रेम तत्व न्यूनतम स्तर पर पहुँच जाता है और लेन-देन की व्यापारिक सोच प्रभावी होने लगती है। परमात्मा से लेन-देन पर आधारित संबंध स्थापित करने की कोशिश परमात्मा की महानता और उसके गुणों के प्रति अज्ञानता का प्रतीक है। ईश्वर कब किसको दे रहा है, यह उस पर निर्भर है। उस पर किसी का न तो कोई दबाव है। और न ही बाध्यता। उसका विवेक और उसकी दया व करुणा भी संदेह से परे हैं। उसकी कृपा और उससे मिलन ही जीवन का आनंद और अभीष्ट है। वह सब कुछ हर ले और अपनी कृपा से, मन से सारे उद्वेग शांत कर दे, उसकी इससे बड़ी रहमत और क्या हो सकती है। सब कुछ है फिर भी अशांति है, क्योंकि हमने सब कुछ माँगा, लेकिन परमात्मा को माँगा ही नहीं। यदि परमात्मा को माँगने की चाह हो, तो कुछ माँगने के लिए बाकी नहीं रह जाता।



सत्संग
चैनल पर सीधा प्रसारण

सादर आमंत्रण

दिव्यांग, अनाथ, रोगी, विधवा, वृद्ध एवं वंचितजनों की सेवा में सतत सेवार्त

नारायण सेवा संस्थान एवं सेवा परमो धर्म ट्रस्ट, उदयपुर

सहायतार्थ

भजनसत्संग एवं मानव मन के बोल

दिनांक 28 से 30 मार्च 2016

समय :
सांय : 07.00 से रात्रि : 10.30 बजे तक

स्थान
सेवामहातीर्थ लियो का गुड़ा, बड़ी, उदयपुर (राज.)

कथा व्यास भ्रम पुज्य कैलाश जी 'मानव'

व्यास पीठ पर विराजमान होकर अपने मुखारविन्द से ओजस्वी रसमयी मधुरवाणी द्वारा संगीतमय कथा का श्रवणपान कराएंगे। आपश्ची से अनुरोध है कि सपरिवार ईष्ट मित्रों सहित पधारकर 'भजनसत्संग एवं मानव मन के बोल' का श्रवण लाभ उठावें।

संस्थान सम्पर्क सूत्र : 0294-6622222, 9649499999

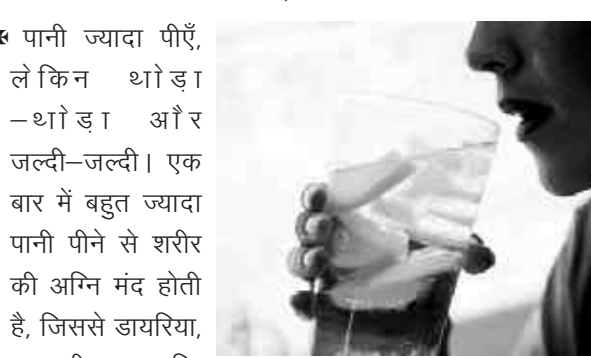
:: 'निःशक्तजन' की सेवा-सहयोग के प्रति समर्पित ::

<p>कैलाश "मानव" चैयरेन संस्थापक नारायण सेवा संस्थान</p>	<p>कमला देवी कोषाध्यक्ष नारायण सेवा संस्थान</p>	<p>प्रशान्त अग्रवाल अध्यक्ष नारायण सेवा संस्थान</p>	<p>वन्दना निदेशक नारायण सेवा संस्थान</p>
<p>जगदीश आर्य ट्रस्टी एवं निदेशक नारायण सेवा संस्थान</p>	<p>देवेन्द्र चौबीसा ट्रस्टी एवं निदेशक नारायण सेवा संस्थान</p>		

भक्ति एवं सेवा के महायज्ञ में एक आहुति आपकी भी...
कृपा सपरिवार अवश्य पधारें।



शरीर रहेगा ठंडा, आप रहेंगे स्वस्थ



* पानी ज्यादा पीएँ, ले किन थोड़ा — थोड़ा और जल्दी-जल्दी। एक बार में बहुत ज्यादा पानी पीने से शरीर की अग्नि मंद होती है, जिससे डायरिया, उल्टी आदि समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है।

* घर में बने अच्छे ड्रिक्स का सेवन करें। इसके लिए अनन्नास, सेब, मौसमी, नींबू रस, आम पना का सेवन करें।

* शरीर में ग्लूकोज की मात्रा बढ़ाने के लिए चीकू और अनार का सेवन करें।

* कोल्ड ड्रिंक से बचें, क्योंकि ये पित्त को बढ़ाते हैं, जिससे एसिडिटी की समस्या बढ़ जाती है।

* इस मौसम में नींबू पानी में शहद मिलाकर पीने से कमजोरी महसूस नहीं होगी।

* नारियल पानी इलेक्ट्रोलाइट का बेहतरीन स्रोत है, जिसके सेवन से शरीर की कोशिकाओं में जल तत्वों की कमी नहीं हो पाती। एक दिन में एक से अधिक नारियल का पानी न पीएँ और दो नारियल का पानी एक साथ मिला कर बिल्कुल भी न पीएँ।

* इस मौसम में घी का सेवन जरूर करें, क्योंकि इससे गर्मी सहन करने की क्षमता बढ़ती है।

* रस वाले फलों तरबूज, खरबूजा, खीरा, अनार, अंगूर, पपीता, नींबू, अनन्नास, चुकंदर, ककड़ी आदि का पर्याप्त मात्रा में सेवन करें।

* सब्जियों में घीया, तोरी, परमल, टिंडा आदि का इस्तेमाल बढ़ा दें।

* मूंग और मसूर की दाल का सेवन अधिक करें।

* मूंग, सोयाबीन, अल्फा-अल्फा आदि को अंकुरित करके खाने से पर्याप्त मात्रा में प्रोटीन मिल जाता है और यह आँखों के लिए भी काफी फायदेमंद होता है।

* जौ और चने के सत्तू को बराबर मात्रा में मिला कर उसमें गुड़ मिलाएँ और पीएँ।

* छाछ, मट्ठे का सेवन शरीर को ठंडा रखता है।

* चंपा, चमेली, मोगरा, मोतिया फूलों की माला हमारे मन में शीतलता का अहसास कराती है और मन को प्रसन्न रखती है।

मुट्ठी में तकदीर हमारी

गतांक से आगे.....

इन्सानियत में आ जाओ, इन्सान बनो। आपकी धर्म पत्नी को आदर दीजिये, आपकी माँ का सम्मान कीजिये, आपकी भुआ जी का काम कीजिये, आपकी दादीजी का चश्मा बिना कहे ही नया ले आईये। अरे कहाँ भूल गये। एक पिता ने अपने पुत्र को कहा — बेटा तीन घण्टे से मेरा बहुत सिर दर्द हो रहा है, मेरा सिर फटा जा रहा है। मुझे बहुत कष्ट है बेटा, मुझसे सहन नहीं होता, मुझे बहुत सिर दर्द है। बेटे ने कहा — मैं जा रहा हूँ, घण्टे-दो घण्टे में दवाई भेज दूँगा। शाम तक दवाई नहीं भेजी आठ बजे पुत्र आया पिता ने कहा, बेटा मेरी आँखों में बहुत आँसू आये, मैं तड़पता रहा। मैंने रोटी का एक कौर भी नहीं खाया-बाबूड़ा। तुझे कहा था कि 11 बजे से मेरा सिर बहुत दर्द हो रहा है। तुमने कहा था एक — दो घण्टे में दवाई भेज दूँगा, तुमने दवाई भेजी नहीं। ला जल्दी दवाई दे, मेरा सिर दर्द से फटा जा रहा है। उस पापी बेटे ने कहा, मैं तो दवाई लाना भूल गया। पिता को शॉट लगा, लगा जैसे दिमाग और फट जायेगा। अरे तू दवाई लाना भूल गया, अरे तू मुझे ही भूल गया अच्छा बेटा अच्छा, कोई बात नहीं। अब तक मैंने तुझमें बहुत मोह रखा

था, रात दिन तुझे याद किया, और तू मेरी दवाई लाना भूल गया, कोई बात नहीं बेटा! कहाँ भूल गये-बाबू। एक डॉ. साहब ने मुझे कहा — गीताप्रेस गोरखपुर की पुस्तकों को पढ़ो-समझो- और करो। मैंने पढ़ा पिता का वो थप्पड़, पिता का वो थप्पड़। क्या लिखा उन्होंने? क्या मैंने पढ़ा? आप पढ़िये। डॉ. साहब ने लिखा, मैं अमीर बन गया, दो-चार करोड़ रुपये का मालिक बन गया। डेढ़ करोड़ की गाड़ी में मैं बैठकर कहीं पर जाने लगा तभी एक बुढ़िया गरीब माता तुरन्त हाथ जोड़कर आ गई। बोली, डॉ. साहब मेरी बेटी को बहुत बुखार है। आप मेरे यहाँ चलिए, आप दवाई दे दीजिये, उसका बुखार ठीक कर दीजिये। डॉ. लिखते हैं मेरे पत्थर दिल हृदय ने कहा, 500 रुपये मेरी फिस लगती है। है तुम्हारे पास 500 रुपये? क्या तू 500 रुपये फीस देगी? उस बुढ़िया माई ने अपनी फटी सी साड़ी का एक कोर खोला और गाँठ में बंधे हुए 250 रु. निकालकर दिये। डॉ. साहब घर में जितना रुपया था, सब ले आई हूँ। मेरे पास 250 रु. से ज्यादा नहीं है, मेरी बेटी को बचा लीजिये। डॉ. लिखते हैं- मेरा कलेजा राक्षसी हो गया था, मेरा कलेजा पत्थर का हो गया था। मैंने कहा नहीं, मैं 500 रुपये के बिना नहीं आऊँगा और मैं जैसे ही कार में बैठने लगा, एक थप्पड़ पड़ा। मेरे पिताजी मुझे देख रहे थे। उन्होंने कहा- नालायक, तूने मुझे लजा दिया। तुझे डॉक्टर बनाने के लिये मैं भूखे पेट रहा अपने लिये कपड़े नहीं खरीदे। एक ही कमीज को धोता रहा, पहनता रहा। मेरा बेटा डॉक्टर बनेगा, मेरा बेटा दु:खियों के दर्द दूर करेगा, मेरा बेटा पीर हरेगा, लेकिन तुमने तो मुझे लजा दिया। इस माई की बेटी को ठीक करने के लिये तुरन्त चला जा नहीं तो मुझे अपना बाप मत समझना मैं तेरा त्याग कर दूँगा। डॉ. लिखते हैं, मेरा काया कल्प हो गया। मेरा हृदय परिवर्तन हो गया, पत्थर मोम बन गया।

आप भी ऐसे मोम बन जाईये, आप निर्मल बन जाईये। मैं आपसे हाथ जोड़कर प्रार्थना करता हूँ, मेरी झोली में दयारूपी मानव धर्म को डाल दीजिये। वो दया जो आपके रोम-रोम में बसती है। वो दया, आपके अंग-अंग में बसती है, वो दया आपके आज्ञा चक्र में, वो दया आपके रोम-रोम में, वो दया आपके नख-नख में, वो दया आपके रुधिर के कण-कण में बसती है। कितने बंगले चाहिये, किस बंगले में पहिये हैं, जिस बंगले को लेकर आप स्वर्गवास करोगे। कौन से कफन में जेबें चाहिये, कितनी जेबें चाहिये। शेरार में खो गये, दिन-रात लगे रहते हैं, शेरार मार्केट बढ़ा-घटा। अरे! आपका गुण बढ़े या नहीं बढ़े। क्या आप गुणनिधि हुए?

क्रमशः