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

मन के जीते जीत सदा

दैनिक

● मुद्रण तारीख-11-01-2016 ● अंक-400 ● तारीख-12 जनवरी 2016, पौष शुक्ल पक्ष-03 ● मंगलवार ● उदयपुर ● कुल पृष्ठ-2 ● मूल्य-1 रूपया

अनमोल वचन (सत्यसाईं बाबा)

स्वयं प्रेम से पूर्ण हो जाओ, फिर आपके शब्दों में भी प्रेम का प्रसार होगा।

देश का पुनर्निर्माण

रामकृष्ण की मृत्यु के बाद स्वामी विवेकानन्द ने स्वयं को हिमालय में चिंतनरूपी आनंद सागर में डुबाने की चेष्टा की, लेकिन जल्दी ही वह इसे त्यागकर भारत की कारुणिक निर्धनता से साक्षात्कार करने और देश के पुनर्निर्माण के लिए समूचे भारत में भ्रमण पर निकल पड़े। इस दौरान उन्हें कई दिनों तक भूखे भी रहना पड़ा। इन छह वर्षों के भ्रमण काल में वह राजाओं और दलितों, दोनों के अतिथि रहे।

उनकी यह महान यात्रा कन्याकुमारी में समाप्त हुई, जहाँ ध्यानमग्न विवेकानंद को यह ज्ञान प्राप्त हुआ कि राष्ट्रीय पुनर्निर्माण की ओर रूझान वाले नए भारतीय वैरागियों और सभी आत्माओं, विशेषकर जनसाधारण की सुप्त दिव्यता के जागरण से ही इस मृतप्राय देश में प्राणों का संचार किया जा सकता है। भारत के पुनर्निर्माण के प्रति उनके लगाव ने ही उन्हें अंततः 1893 में शिकागो धर्म संसद में जाने के लिए प्रेरित किया, जहाँ वह बिना आमंत्रण के गए थे, परिषद में उनके प्रवेश की अनुमति मिलनी ही कठिन हो गयी। उनको समय न मिले, इसका भरपूर प्रयत्न किया गया। भला, पराधीन भारत क्या सन्देश देगा– युरोपीय वर्ग को तो भारत के नाम से ही घृणा थी।

एक अमेरिकन प्रोफेसर के उद्योग से किसी प्रकार समय मिला और 11 सितंबर सन् 1893 के उस दिन उनके अलौकिक तत्वज्ञान ने पाश्चात्य जगत को चौंका दिया। अमेरिका ने स्वीकार कर लिया कि वस्तुतः भारत ही जगद्‌गुरु था और रहेगा। स्वामी विवेकानन्द ने वहाँ भारत और हिन्दू धर्म की भव्यता स्थापित करके जबरदस्त प्रभाव छोड़ा। ''सिस्टर्स ऐंड ब्रदर्स ऑफ अमेरिका'' (अमेरिकी बहनों और भाइयों) के संबोधन के साथ अपने भाषण की शुरुआत करते ही 7000 प्रतिनिधियों ने तालियों के साथ उनका स्वागत किया। विवेकानंद ने वहाँ एकत्र लोगों को सभी मानवों की अनिवार्य दिव्यता के प्राचीन वेदांतिक संदेश और सभी धर्मों में निहित एकता से परिचित कराया। सन् 1896 तक वे अमेरिका रहे। उन्हीं का व्यक्तित्व था, जिसने भारत एवं हिन्दू–धर्म के गौरव को प्रथम बार विदेशों में जाग्रत किया।

स्वामी विवेकानंद जी की ये बातें जरूर याद रखें

1. उठो, जागो और तब तक रुको नहीं जब तक मंजिल प्राप्त न हो जाये।
2. तूफान मचा दो तमाम संसार हिल उठता। क्या करूँ धीरे–धीरे अग्रसर होना पड़ रहा है। तूफान मचा दो तूफान!
3. अनुभव ही शिक्षक, जब तक जीना, तब तक सीखना''
4. पवित्रता, दृढ़ता तथा उद्यम– ये तीनों गुण मैं एक साथ चाहता हूँ।
5. ज्ञान स्वयं में वर्तमान है, मनुष्य केवल उसका आविष्कार करता है।
6. मस्तिष्क पर अधिकार कर लेता है तब वह वास्तविक भौतिक या मानसिक अवस्था में परिवर्तित हो जाता है।
7. आध्यात्मिक दृष्टि से विकसित हो चुकने पर धर्मसंघ में बना रहना अवांछनीय है। उससे बाहर निकलकर स्वाधीनता की मुक्त वायु में जीवन व्यतीत करो।
8. नैतिक प्रकृति जितनी उन्नत होती है, उतना ही उच्च हमारा प्रत्यक्ष अनुभव होता है, और उतनी ही हमारी इच्छा शक्ति अधिक बलवती होती है।
9. लोग तुम्हारी स्तुति करें या निन्दा, लक्ष्मी तुम्हारे ऊपर कृपालु हो या न हो, तुम्हारा देहान्त आज हो या एक युग मे, तुम न्यायपथ से कभी भ्रष्ट न हो।
10. किसी के सामने सिर मत झुकाना तुम अपनी अंतःस्थ आत्मा को छोड़ किसी और के सामने सिर मत झुकाओ। जब तक तुम यह अनुभव नहीं करते कि तुम स्वयं देवों के देव हो, तब तक तुम मुक्त नहीं हो सकते।

दुनिया के टॉप 30 सुपर सिटी में मुंबई

दुनिया के 30 सबसे शक्तिशाली, उत्पादक व बेहतर संपर्क सुविधा वाले शहरों में दो भारतीय शहरों दिल्ली और मुंबई को भी शामिल किया गया है। अंतरराष्ट्रीय रीयल एस्टेट परामर्श कंपनी जेएलएल ने एक सर्वेक्षण में यह निष्कर्ष निकाला है। इसमें भारत की वित्तीय राजधानी मुंबई को 22वें तथा राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली को 24वें स्थान पर रखा गया है। तीस शहरों की इस सूची में टोक्यो पहले स्थान पर है। चार टॉप सुपर शहरों में न्यूयार्क, लंदन और पेरिस शामिल हैं।

JONES LANG LASALLE®
Real value in a changing world

भक्त और भगवान के बीच होता है–प्रेम का संबंध

प्राचीन समय में आंध्र प्रदेश में बम्मेर पातन्ना नामक एक संत रहते थे। उन्होंने 'श्रीमद्‌भागवत' का तेलगु में रूपांतरण किया था। एक दिन वे अष्टम स्कंध का गजेन्द्र – मोक्ष प्रंसग देख रहे थे कि तभी उनकी पत्नी का भाई श्रीनाथ वहां आया और वह पढ़ने लगा। 'मगर ने गजेंद्र (हाथी) का पैर पकड़ा और वह उसे धीरे – धीरे निगलने लगा। तब गजेंद्र के प्राण संकट मे पड़ गए और उसने भगवान श्रीविष्णु की प्रार्थना की। आर्तपुकार सुनकर भगवान तुरंत वहा आ पहुंचे। उन्हे जल्दी जल्दी में अपने सुदर्शन चक्र को लेने का भी ध्यान न रहा।'

इतना पढ़कर श्रीनाथ रूक गया और अपने बहनोई का मजाक उड़ाते हुए बोला – ''जीजाजी, आपने कैसे लिखा कि भगवान को सुदर्शन चक्र लेने का ध्यान न रहा। वे क्या लड़ाई देखने जा रहे थे ? यदि सुदर्शन चक्र हाथ में ले जाए तो भला गजेद्र की मुक्ति कैसे होगी ? कोई काव्य लिखने के पूर्व उसे अनुभव की कसौटी पर परखना आवश्यक होता है।''

पोतन्ना उस समय तो चुप रहे, मगर दूसरे दिन उन्होंने अपने साले श्रीनाथ के लड़के को दूर खेलने भेज दिया और समीप के एक कुंए में एक बड़ा पत्थर डाल दिया। कुंएं में पत्थर के गिरने से जोरदार की आवाज हुई और पोतन्ना चिल्लाने लगे – '' अरे श्रीनाथ ! जल्दी आओ, तुम्हारा बेटा कुंएं मे गिर गया है।''

यह सुनते ही श्रीनाथ दौड़ा – दौड़ा आया और बिना कुछ सोचे – समझे कुंएं में छलांग लगाने लगा। यह देख पोतन्ना उसे पकड़ लिया और कहा – ''क्या तुम मूर्ख हो, जो तुम बिना सोचे – विचारे कुंएं में कूद रहे हो ? तुमने यह भी नहीं सोचा कि तुम्हे तैराना आता है या नहीं और बच्चे को निकालोगे भी कैसे ? रस्सी – बाल्टी भी तो साथ नही लाए।''

यह सुनकर श्रीनाथ कुछ नहीं बोला। तब पोतन्ना बोले – ''घबराओ मत, तुम्हारा बेटा कुंए में नहीं गिरा। वह सकुशल है। मैं तो तुम्हे यह दिखाना चाहता था कि जिस पर प्रेम अधिक हो, उस पर संकट पड़ने पर मनुष्य की दशा क्या होती है। जिस प्रकार पुत्र – प्रेम के कारण तुम्हें रस्सी बाल्टी लेने का स्मरण न रहा, उसी प्रकार भगवान कृष्ण को भी सुदर्शन चक्र लेने का स्मरण, न रहा।''

यह सुनकर श्रीनाथ को समझ आ गया कि अपने प्रियजनों के विलाप अथवा दुख – कष्ट की बात सुनकर मनुष्य सुध – बुध खो बेठता है। प्रेम से बड़ी कोई दौलत नहीं है। जीवन में यदि प्रेम हो तो सारी चीजें बेमानी मालूम होती हैं। आपसी रिश्ते भी प्रेम की डोर से ही बंधे रहते हैं। प्रेम के सम्मुख अन्य सभी चीजें तुच्छ है। भगवान और भक्त के बीच भी प्रेम का ही संबध होता है। भक्त जितना भगवान से प्रेम करता है, उतना ही भगवान भक्त से।

शरीर को शक्ति देने वाली ऊर्जा का नाम है – कफ दोष

वात बुढ़ापे की लाठी है और पित्त युवा जीवन की ऊर्जा है। लेकिन 'कफ' शरीर को शक्ति देने वाली ऊर्जा का काम करता है। यह चिकनाई तथा सबलता प्रदान करता है। चूंकि यह ऊतकों के बहुत करीब है। इसलिए इसे बड़ा मौलिक रूप प्रदान किया गया है। कफ पित्त का विरोधी है, क्योंकि यह स्वभाव से उपचयी है। जहां पित्त उत्तेजित होता है, वहीं कफ उसे शांत करता है। इसका विशेष गुण स्थायित्व है। कफ में धैर्य रखने की प्रवृति होती है। यह भोजन नली को चिकना करता है। यह सूक्ष्मतम कोशिका के निर्माण में सहायक होता है। साथ ही बड़ी से बड़ी हड्डी के निर्माण में भी हाथ बंटाता है। कफ सभी ढांचागत तत्वों को एक साथ बांधे रखता है। यह मानसिक शक्ति प्रदान करने के साथ–साथ रोगों के विरुद्ध रोधक क्षमता भी बढ़ाता है। प्रत्येक स्त्री –पुरुष की शक्ति कफ के कारण ही प्राप्त होती है।

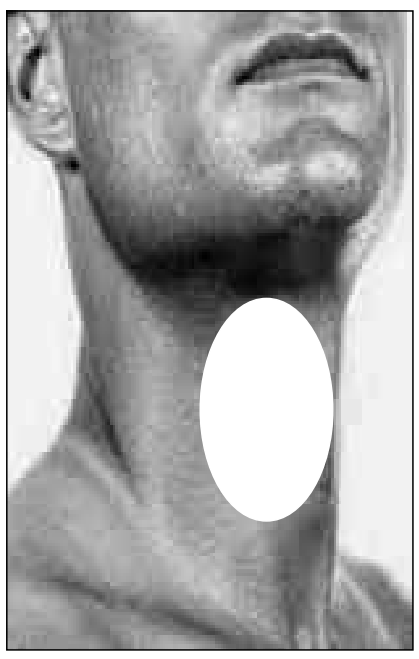
चूंकि कफ जल और पृथ्वी तत्व से बना है, इसीलिए यह भारी, स्थिर और आर्द्र होता है। जो लोग भोजन में मीठे, खट्टे और नमकीन पदार्थ अधिक मात्रा में ग्रहण करते है, उनका कफ कुपित हो जाता हैं। खांसी, ज्वर, शरीर दर्द आदि रोग उत्पन्न हो जाते है। कफ की प्रधानता वाले लोगों को अधिक तकलीफ उठानी पड़ती है। कफ की अधिकता के कारण व्यक्ति मोटा, संतुष्ट और कुछ सुस्त हो जाता है। यदि कफ दोष बढ़ जाए तो व्यक्ति ईर्ष्यालु, नपुंसक, क्षीण, लार छोड़ने वाला तथा खराब पाचन शक्ति वाला हो जाता है। इस प्रकार कफ पित्त की उग्रता को शांत करने वाला सौम्य दोष है। यह सदैव वात के आदेश का पालन करता है। यदि हम इनकें विरुद्ध

गले के रोग होने पर करें ये घरेलू उपचार

दिन तक खाने से लाभ होता है, सोते समय छुहारा दूध में उबाल कर लें। इसे लेने के दो घंटे बाद तक पानी न पीयें। इससे तीखी, मोटी आवाज साफ हो जाएगी।

टांसिल होने पर – अनन्नास का जूस गर्म करके पीयें, टांसिल के रोगी को अनन्नास के टुकड़े पर नीबूं का रस निचोड़ कर खिलाना चाहिए, टॉसिल का रोग नष्ट हो जायेगा और पानी से कुल्ला करें, लाभ होगा। थोड़ी वेदना होगी, इरे नहीं। जिन लोगों को छाले होते रहते हैं वे खाने के बाद थोड़ी सौंफ लिया करें। छाले नहीं होंगे। देशी घी में कपूर मिलाकर नित्य चार बार लगायें और लार गिराएं। फिर कुल्ला कर लें। पान में चने के बराबर कपूर का टुकड़ा रखकर चबाएं और पीक थूकते जाएं। ध्यान रहे पीक पेट में न जाए। मसूड़े फूलना, दर्द होना, टीस उठना आदि होने पर भुना हुआ जीरा और सेंधा नमक समान भाग पीसकर, छानकर मसूड़े पर रगड़े और लार टपका दें लाभ होगा।

टॉन्सिलाइटिस – गले के रोग तुलसी की माला पहनने से नहीं होते। अन्नानास खाने से लाभ होता है। सिंघाड़े में आयोडीन अधिक होता है अतः इसका सेवन करना चाहिए। गरम पानी में फिटकरी डालकर गरारे करे, लाभ होगा। गरम पानी में नमक डालकर गरारे करने से टॉन्सिल, गले में सूजन, दर्द में लाभ होता है। टॉन्सिल में जब तक दर्द हो गरारे करते रहे। गर्म पानी में ग्लिसरीन मिलाकर गरारे करने से लाभ होता है। चाय की पत्तियों को उबालकर छानें और उस पानी से गरारें करें, लाभ होगा।



गला बैठना, स्वर भंग – गरम पानी में थोड़ा सा नमक मिलाकर कुल्ले करना चाहिए। यह सुबह तथा रात को सोते समय करना चाहिए। मुलहठी को मुंह में रखकर चूसना चाहिए। मुलहठी का सत्व थोड़ा–थोड़ा मुंह मे रखकर चूसने से भी लाभ होता है। गला बैठ जाए, गले में ललाई या सूजन हो जाए तो ताजा पानी या गर्म पानी में नीबूं निचोड़कर नमक ड़ालकर तीन चार गरारे करने से लाभ होता है।

हकलाना, तुतलाना – बच्चों का हकलाना, आँवला चबाने से ठीक हो जाता है, जीभ पतली होकर आवाज साफ आने लगती है, एक चम्मच पिसा हुआ आँवला घी में मिलाकर नित्य चाटते रहें। तुतलाना ठीक हो जाएगा। नित्य 2 बादाम भिगोकर, छीलकर, पीसकर, आधी छटाँक (31ग्राम) मक्खन में कुछ

सफल बनाने के लिए कटिबद्ध होना प्रमुख कार्य

योगाभ्यास की ध्यान योजना के अंतर्गत आत्मसमीक्षा, आत्मपरिष्कार, आत्मनिर्माण एवं आत्मविकास की सुविस्तृत रूपरेखा खड़ी करना, उसे सफल बनाने के लिए कटिबद्ध होना प्रमुख कार्य है। इसी के निमित्त स्वाध्याय, सत्संग, चिन्तन, मनन के चार आधार अपनाने पड़ते हैं। एकाग्रता (मेडिटेशन) ध्यान योग के अंतर्गत ये प्रयोजन भी जुड़े रहते हैं। अन्यथा मन को एक कल्पना भर देकर रोके रहने से योगाभ्यास का वह उद्देश्य पूरा नहीं हो सकेगा जिसके आधार पर आत्मसत्ता को आत्मिकी की प्रयोगशाला के रूप में परिणति करने की व्यवस्था बनती थी।

दोहावली

नीलाम्बुजश्यामलकोमलांग सीतासमारोपितवामभागम।
पाणौ महासायकचारुचापं नमामि रामं रघुवंशनाथम ।।

भावार्थ :– नीले कमल के समान श्याम और कोमल जिनके अंग हैं, श्री सीताजी जिनके वाम भाग में विराजमान हैं और जिनके हाथों में (क्रमशः) अमोघ बाण और सुंदर धनुष है, उन रघुवंश के स्वामी श्री रामचन्द्रजी को मैं नमस्कार करता हूँ।

प्रार्थना की शक्ति

प्रार्थना में असीम शक्ति है।
प्रार्थना ही आत्मा की खुराक है।

ईश्वर को पत्र लिखने में न कागज़ चाहिए, न कलम, न दवात, न शब्द। उस पत्र का नाम प्रार्थना पूजा है।

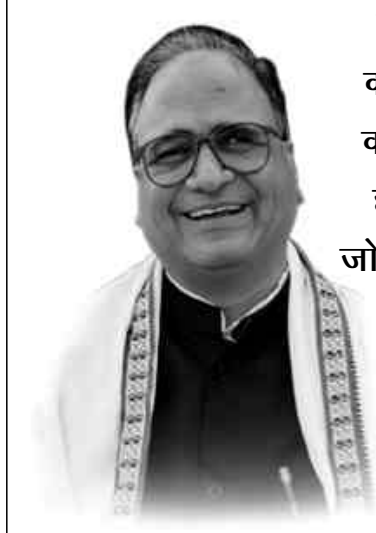
अर्थहीन स्तोत्र–पाठ प्रार्थना नहीं है, न शरीर को भूखों रखना उपवास है।

प्रार्थना प्रभात की कुंजी है और सायंकाल की साँकल है।

गतांक से आगे ...

मानव मन के बोल

बड़ों के प्रति कृतज्ञता



मनुज गलती का पुतला है, वो अक्सर हो ही जाती है। जो करले ठीक गलती को, उसे इन्सान कहते हैं।।

उसे इन्सान कहते हैं। बार–बार गलती को दोहराये, उसे इन्सान नहीं कहते हैं। की हुई भूल ना दोहराने से मिट जाती है। हम दुनिया में इसीलिये आये, सच्चाई के लिये आये है। हमें क्या करना है? हमें क्या जोड़ना है? अरे बंगले के पहिये नहीं होते, कफन में जेब नहीं होती। कोई दर्जी कफन में जेब बना भी दे तो ले जा सकते नहीं। धूं-धूं करके शरीर जलेगा। राम–नाम सत्य है सत्य कहते गत है! आपकी अर्थी को कोई कंधा देंगे। देखेंगे कि ये शव अच्छा है, वो शव अच्छा है। बड़ी लकड़ी नीचे लगाओ, छोटी ऊपर लगाओ, तीन घण्टे में आपका अरबों–खरबों रूपयों का शरीर 11 रूपये 25 पैसे का रह जायेगा। 2 रूपये की कीलियाँ लोहा, 1 रूपये का फास्फोरस, 3 रूपये का गन्धक, 1.50 रूपये का पोटेशियम, बस यही माया है। ....

क्रमश अगले अंक में ...

सम्पादकीय — कर्म प्रधान

संसार के कुशल समाचार जानने के लिये एक दिन भगवान ने नारद जी को पृथ्वी पर भेजा। उन्हें सबसे पहले एक दीन–दरिद्र पुरूष मिला जो अन्न और वस्त्र से वंचित था। उसने नारद जी से कहा, "जब आप भगवान से मिलें तो मेरे गुजारे का प्रबन्ध करवा लेवें। नारद जी भी उसका दुःख देखकर दुःखी हुए बिना नहीं रहे, उदास मन से उन्होंने वहाँ से विदाई ली, और ऐसा आश्वासन दिया कि मैं प्रभु से अवश्य बात करूंगा – तुम्हारे लिये।

एक गाँव में नारद जी की भेंट एक धनाढ्य पुरूष से हुई। उन्होंने भी नारद जी को पहचानने में देर नहीं की, पर उनका उलाहना कुछ और ही था। नारद जी ने कुशलक्षेम पूछा तो उस धनवान ने खिन्न होकर कहा, मुझे भगवान ने कैसे जंजाल में फँसा दिया? थोड़ा मिलता तो मैं शान्ति से रहता और कुछ भजन कर पाता, पर इतनी दौलत तो संभाले नहीं संभलती। ईश्वर से मेरी प्रार्थना करना कि मुझे इस जंजाल से मुक्ति दें। नारद जी को यह विषमता अखरी और पुनः स्वर्गलोक की ओर प्रस्थान कर गए। भगवान ने नारद जी को उस यात्रा का वृतान्त पूछा तो देवर्षि ने दोनों घटनाएँ सुना दी। तब श्री नारायण हंसे और बोले– "देवर्षि, मैं कर्म के अनुसार ही किसी को कुछ दे सकने में विवश हूँ। जिसकी कर्मठता समाप्त हो चुकी है उसे मैं कहाँ से दूँ। तुम अगली बार जाओ तो उस दीन–हीन से कहना कि दरिद्रता के विरूद्ध लड़े और साधन जुटाने का प्रयत्न करे तभी उसे दैवीय सहायता मिल सकेगी। कहा भी है :–

उद्यमेव ही सिद्यन्ति, कार्याणि न मनोरथे।
न ही सुप्तस्य सिंहस्य प्रवेशन्ति, मुखे मृगाः।।

बिखरे हुए कल्याणकारी अमूल्य हीरे–मोती

- बुराई के बदले भलाई और घृणा के बदले प्रेम करो।
- सब धर्मों का सार है सत्य, प्रेम और करुणा।
- भलाई करना मनुष्य का सबसे शानदार कर्त्तव्य है।
- मनुष्य के उदार और उच्च विचार ही उसके व्यक्तित्व और चरित्र का गठन करते हैं।
- मनुष्य का चरित्र उसके विचारों से बनता है।
- बल और आरोग्य संयम में ही छिपे होते हैं।
- दूसरों की पीड़ा का आघात जिस करुणा के स्त्रोत को उद्वेलित करता है, वह करुणा ही सबसे बड़ी मानवीय निधि है।
- बुढ़ापा रूप का, आशा धैर्य का, मृत्यु प्राणों का, द्वेष धर्माचरण का, काम लज्जा का, नीच पुरुषों की संगति सदाचार का, क्रोध लक्ष्मी का और अभिमान सर्वस्व का ही नाश का देता है।
- काया, वाचा और मन से निर्दोष रहने का तुम्हें आज से ही निर्णय कर लेना चाहिए।
- अभिमान कभी भी सुखद साथी नहीं हो सकता।

मानव – कल्याण का राजमार्ग से साभार

हाँगकाँग के उद्यमी लखानी करवाएंगे 501 निःशक्त बच्चों की सर्जरी

5000 बच्चों को स्वेटर, 800 निराश्रित महिलाओं को राशन व 11 बच्चों के दिल में छेद का होगा ऑपरेशन

उदयपुर। हाँगकाँग के प्रमुख अप्रवासी भारतीय उघोगपति दादा कान हासूमल लखानी एवं उनकी धर्म पत्नी श्रीमती रीटा लखानी ने नारायण सेवा संस्थान के बड़ी परिसर में अपनी ओर से पूर्व पोलियोग्रस्त 501 बच्चों व किशोर –किशोरियों के शल्य चिकित्सा शिविर का उद्घाटन किया। उन्होंने कहा कि पीड़ित मानवता की सेवा भारतीय संस्कृति का मूल मंत्र है। उन्होंने माँ से ही सेवा के संस्कार प्राप्त किए। निःशक्तजनों की चिकित्सा, शिक्षा, प्रशिक्षण और पुनर्वास के माध्यम से उनकी क्षमता व प्रतिभा का राष्ट्र के विकास में उपयोग सुनिश्चित करना समाज का दायित्व है। हर व्यक्ति को इसमें अपनी सामर्थ्य के अनुसार योगदान करना होगा। संस्थान संस्थापक पद्मश्री कैलाश मानव ने लखानी दम्पती का स्वागत करते हुए उनकी ओर से संस्थान के माध्यम से गरीब परिवारों के 50 से अधिक बच्चों के ह्रदय वॉल्व बदलने के ऑपरेशन नारायण ह्रदयालय सुपर स्पेशलिटी हॉस्पीटल बैंगलुरू व जयपुर में करवाए जाने पर आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि दादा ने कई लोगों का मौत के मुंह से और कई माँ की कोख उजड़ने से बचायी। इन्होंने अपनी उम्र से कई ज्यादा गुना सेवा के काम किए हैं। इन बच्चों और उनके परिवारों के सदस्यों ने भी मंच पर उनसे भेट कर बच्चों को नवजीवन प्रदान करने के लिए उनका धन्यवाद ज्ञापन किया। लखानी दम्पती ने संस्थान द्वारा निःशक्तजन के लिए सिलाई, कम्प्यूटर, मोबाईल सुधार, हस्त शिल्प आदि विभिन्न स्वरोजगार परक प्रशिक्षण केन्द्रों व मूक बधिर, विमन्दित तथा प्रज्ञाचक्षु बालकों की शिक्षा के लिए संचालित नारायण चिल्ड्रन ऐकेडमी तथा निःशक्त बच्चों के होते ऑपरेशन का भी अवलोकन भी किया। समारोह के विशिष्ट अतिथि मॉरीशस के श्री सुभाष चन्द्र थे।

संस्थान अध्यक्ष श्री प्रशान्त अग्रवाल व निदेशक श्रीमती वन्दना अग्रवाल ने पोलियो अस्पताल में भर्ती विभिन्न राज्यों के निःशक्तजनों से दादा को मिलवाया। उत्तर प्रदेश के मैनपुरी से आए संजय दिवाकर ने उन्हें बताया कि पांच वर्ष पूर्व ऑयल कम्पनी में काम के दौरान स्पेलर मशीन से उनका कोहनी से ऊपर तक दायाँ हाथ कट गया था। संस्थान में न केवल इलाज हुआ बल्कि कृत्रिम हाथ भी लगाया गया।

संस्थान अध्यक्ष श्री प्रशान्त अग्रवाल ने बताया कि लखानी दम्पती के विवाह की 50वीं साल गिराह पर अभिनन्दन भी किया गया। इस अवसर पर लखानी दम्पती ने उदयपुर जिले के ग्रामीण क्षेत्रों में स्कूली बच्चों के लिए 5,000 स्वेटर व 800 निर्धन महिलाओं को राशन और 11 बच्चों के ह्रदय में छेद के ऑपरेशन करवाने की घोषणा की। लखानी दम्पती मंगलवार को आदिवासी बहुल क्षेत्र बछार के सहायता शिविर में भाग लेंगे।

श्री अग्रवाल ने बताया कि ब्लड कैंसर, युरिनरी ब्लेडर, हिमोफिलीया और थिलीसिमिया जैसे जटिल रोगों के उपचार में लखानी परिवार का योगदान अविस्वमरणीय है। भोपाल में इनके द्वारा स्थापित उच्च शिक्षा संस्थान गरीब परिवार के बच्चों की शिक्षा में बड़ी मदद कर रहा है। कई निःशक्त, गरीब व अनाथ कन्याओं के विवाह भी इनके द्वारा सम्पन्न हुए है। इस अवसर पर लखानी के कहा कि सेवा से जो खुशी मिलती है उसकी अभिव्यक्ति के लिए मेरे पास शब्द नहीं है। मैं तन से कहीं भी रहूं, आत्मा दरिद्र नारायण में निवास करती है। जिस धरती पर हमने जन्म लिया और जहाँ पोषित हुए, उसकी सेवा करना प्रत्येक व्यक्ति का धर्म है।

अपरिग्रह का व्रत मत तोड़ो

तुम्हारे पास स्नेह सौजन्य और मधुर वचनों का भण्डार भरा पड़ा है। उसे बाँटते क्यों नहीं ?

भगवान महावीर उन दिनों राजगीर में अपना अपरिग्रह प्रवचन माला चलाते हुए चातुर्मास सम्पन्न कर रहे थे। उनके प्रभावी प्रतिपादन श्रोताओं के गले उतरते चले जा रहे थे। परिणाम स्वरूप चारों ओर सत्प्रवृत्ति विस्तार हेतु परमार्थ परायणता की भावना ही संव्याप्त थी। धनिकों और मध्यम वर्ग के अनेकों लोगों ने सत्प्रयोजनों हेतु अपनी सम्पदा दान कर दी। संचय और स्व की ही–सुख उपभोग मात्र की ही–विचारणा करने वाले उस समाज के लिए लिये यह एक असाधारण घटना थी। भगवान् का कहा हुआ हर वाक्य व्यवहार में उतरता चला जा रहा था।

उन दिनों भी कुछ ऐसा ही हुआ। जिनके पास धन था, उन्होंने सामान्य नागरिकों जैसा जीवनयापन कर शेष सत्प्रवृत्ति संवर्धन हेतु दान कर दिया। लोभजन्य अपराधों का तो समापन ही हो गया। बारी अब उनकी थी जिनके पास धन तो नहीं था, पर जन्मजात श्रम सम्पदा की तनिक भी कमी नहीं थी। उन्होंने श्रमदान भगवान के चरणों में अर्पित किया। शरीर यात्रा भर के लिए निजी उपार्जन करने के उपरान्त अपनी शेष समय श्रम–सम्पदा उन्होंने धर्मधारणा के व्यापक विस्तार हेतु नियोजित कर दी। इस श्रम–सम्पदा से प्रगति की अनेकानेक गतिविधियाँ चल पड़ीं।

प्रवचन माला जारी थी। नहीं आए थे तो मात्र एक ही धनाधिपति– राजगृही के सबसे समृद्ध गाथापति महाशतक। जन–सामान्य इसी ऊहापोह में था कि इस प्रवाह का क्या किंचित मात्र भी प्रभाव इस महाधनिक पर नहीं पड़ा। मानो उनके समाधान हेतु ही उस दिन एक किशोरी के संकल्प के रूप में तीर्थांकर की प्रेरणा प्रस्फुटित हुई।

किशोरी मधूलिका ने संकल्प लिया– "भगवान! जब आयुष्य भी परिग्रह है, तो फिर लम्बी आयु तक जीकर मैं ही क्यों परिग्रह का पाप ओढ़ूँ? मेरे पास और तो कुछ नहीं, मेरा आयुष्य दान स्वीकार कर लें। जीवन भर धर्म चेतना के प्रसार–विस्तार हेतु लगी रहूं– यही अभिलाषा है।"

जीवन दान के इस आत्म निवेदन को अर्हन्त ने स्वीकार किया। उसे महिला जागरण के कार्य को अहिर्निशि सम्पन्न करते रहने की साधना में प्राण–पण से जुटने को जब प्रभू ने कहा तो सारा राष्ट्र उस किशोरी के त्याग से झकझोर उठा। सामान्य गृहणियों का स्तर भी देवियों जैसा बनने लगा। मधूलिका के समर्पण से परिवारों में स्वर्गीय सुसंस्कारिता की हरीतिमा उगने– लहलहाने लगी।

महाशतक के घर आज वही आयुष्य दानी कुमारिका आयी था। उसके तेजस् ने धनपति के मन में सत्संग समागम तक पहुँचने के लिए उत्कंठा उत्पन्न कर दी। परिग्रह त्याग से ग्रहीता की तुलना में दानी अधिक लाभ में रहता है, यह उसने उपस्थित लोगों के परिवर्तित जीवन को देखकर प्रथम बार अनुभव किया। उसने भी अपना वैभव–कुबेर समान धनराशि श्रमण संघ हेतु समर्पित कर दी। नये बिहार बनने लगे। नये धर्म प्रचारकों के प्रवेश का अवरुद्ध द्वार खुला। शालीनता की बासन्ती सुरभि से वह सारा प्रदेश सुगन्धित हो उठा।

महाशतक की पत्नी स्वयं में बड़ी कृपण व कर्कश थी। वस्तुतः अभी तक उसी का प्रभाव उनकी उदारता में बाधक बनता रहा था। उसके असहयोग ने महाशतक के अपरिग्रह व्रत में कई व्यवधान डाले। एक दिन सामा से बाहर होने पर वह क्रुद्ध हो उठा। कटु वचनों के उपरान्त प्रताड़ना तक की नौबत आ गयी।

दैवी संयोगवश उसी समय भगवाग उधर भिक्षाटन हेतु आ निकले। कलह का दृश्य देख दुःखी हो वे बोले– "महाशतक। अपरिग्रह का व्रत मत तोड़ो। तुम्हारे पास स्नेह सौजन्य और मधुर वचनों का भण्डार भरा पड़ा है। उसे क्यों रोकते हो? बाँटते क्यों नहीं। सौजन्य के प्रसाद से पत्नी को क्यों वंचित करते हो?" भगवान के इन शब्दों ने महाशतक की पत्नी पर जादू–सा असर डाला। अपरिग्रह की और भी परिमार्जित विवेचना सुन दोनों तीर्थांकर के चरणों में गिर पड़े। भगवान अन्य सोयों को जगाने आगे चल दिए।

घरेलू उपचार

- दाँतों व मसूढ़ों को सदैव साफ, स्वच्छ व स्वस्थ रखें। मसूढ़ों की बीमारी से किटाणु रक्त में प्रवेश कर इंसुलिन बनाने वाली कोशिकाओं को क्षतिग्रस्त करने में मदद करते हैं, जिससे मधुमेह होने का खतरा बढ़ जाता है।
- साइकिल चलाते रहने से कुछ ऐसा रसायन पैदा होता है, जो ह्रदय की रक्षा करता है। साइकिल चलाना एक तरह की कसरत भी है जो ह्रदय व शरीर को स्वस्थ रखती है।
- लौंग पाचन शक्ति बढ़ाता है। इसके सेवन से भूख तेज लगती है। ये रक्त संचार को भी सामान्य रखता है तथा अच्छे एण्टी ऑक्सीडेण्ट का काम करता है। अतः किसी न किसी रुप में दो चार लौंग का सेवन करना स्वास्थ्य के लिए अच्छा रहता है।
- पपीता पेट व शरीर के लिए वरदान स्वरुप है। इसमें मौजूद विटामिन ए, बी, डी, प्रोटीन, कैल्सियम लोहा आदि स्वास्थ्य के लिए काफी लाभदायक है। इसमें पाया जाने वाला पेप्सिन नामक तत्व भोजन को पचाने में सहायक होता है। नियमित सेवन से पाचन शक्ति सुधर जाती है, कब्ज मिट जाती है और मोटापा भी नियन्त्रित होने लगता है।

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

मुद्रक–न्यूट्रेक ऑफसेट प्रिंटर्स, प्रकाशक–कमलादेवी, मुद्रण स्थल–13, भोपा मगरी, बी.एस.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