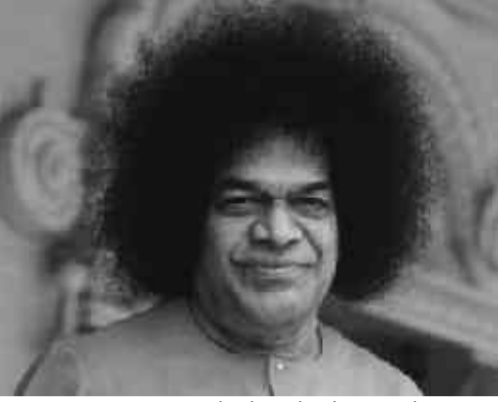


मन के जीते जीत सदा

दैनिक

● मुद्रण तारीख - 28-02-2016 ● अंक-448 ● तारीख - 29 फरवरी 2016, फाल्गुन कृष्ण - 6 ● सोमवार ● उदयपुर ● कुल पृष्ठ-02 ● मूल्य-1 रुपया ● पृष्ठ-01

श्री सत्यसाई - अनमोल वचन



अधिकाधिक लोगों को प्रेम करो, अधिकाधिक मात्रा में उनसे प्रेम करो।

बात पते की.....

सिर्फ आसमान छू लेना ही कामयाबी नहीं है..... असली कामयाबी तो वो है कि..... आसमान भी छू लो..... और पांव भी जमीन पर हों।

मत करना नजर अंदाज

“मत करना नजर अंदाज 'माँ-बाप' की तकलीफों को..... जब ये बिछड़ जाते हैं तो रेशम के तकिये पर भी नींद नहीं आती”



मानस योग साधना

बड़े भाग मानुष तन पावा। सुर दुर्लभ सद ग्रंथन्धि गावा।।

मानव शरीर अनमोल है। लाखों योनियों में भटकते हुए जीव पर जब ईश्वर अहैतुकी दया करता है तब कहीं जाकर यह मानव शरीर मिलता है। किंतु हम इस हीरे को कौड़ी बराबर भी नहीं समझते और रात-दिन इसका दुरुपयोग करते

दूर करें नेगेटिविटी



नकारात्मक सोचते रहने से चिंता, परेशानी, चिड़चिड़ापन, रिश्तों में कड़वाहट और जीवन से निराशा जैसी समस्याएं होने लगती हैं। इसी तरह तनाव में रहने की वजह से कई शारीरिक बीमारियां जैसे ब्लड प्रेशर, डायबिटीज, हृदय संबंधी रोग, थकान और नींद न आने की समस्या आदि होने लगती हैं। इस तरह बदलाव लाएं

1. किसी भी व्यक्ति या चीज के बारे में अंतिम निष्कर्ष पर पहुंचने से पहले विचार जरूर करें जैसे यह इतना बुरा नहीं है, जितना मैं सोच रहा हूँ।
2. कुछ नहीं से कुछ ज्यादा बेहतर है।
3. हमेशा खुद को दोष देने से अच्छा है कि सोचने का नजरिया बदल लिया जाए, जिससे सारे काम आसान हो जायेंगे।
4. लंबी गहरी सांस लें और रिलेक्स होने की कोशिश करें।
5. कैसी भी परिस्थिति हो, उसके साथ तालमेल बिठाने का प्रयास करें।
6. खुद को व्यस्त रखने की कोशिश करें। पसंदीदा कामों में मन लगाएं।
7. लोगों से मिलें, उनकी जगह खुद को रखकर व्यवहार को संतुलित रखें।
8. जब भी कुछ बढ़िया करें तो खुद की पीठ थपथपाएं।

ट्रेन में मिलेंगी बेहतर सुविधाएं, लेकिन चुकानी होगी ज्यादा कीमत

इस बार का रेल बजट बेहतर वैकल्पिक यात्री सुविधाओं पर केंद्रित होगा। लेकिन इसके लिए यात्रियों को ज्यादा कीमत अदा करनी पड़ेगी, क्योंकि इनके लिए निजी क्षेत्र की मदद ली जाएगी। रेल बजट में जनता के सुझावों को विशेष महत्व दिया है। रेल मंत्रालय ने रेल बजट पर आम जनता से राय मांगी थी। इस पर डेढ़ लाख से ज्यादा लोगों के सुझाव प्राप्त हुए। एक तिहाई से ज्यादा लोगों ने

सुविधाएं बढ़ाए जाने पर जोर दिया है। जबकि इससे कुछ कम लोगों ने ट्रेन के सफर को सुरक्षित बनाए जाने की अपील की है। बाकी यात्रियों ने समयपालन पर जोर दिया है। बेहतर सुविधाएं चाहने वाले यात्रियों ने कंफर्म रिजर्वेशन, स्वच्छ टॉयलेट व बेहतर खाने तथा ट्रेन रद्द होने या प्लेटफॉर्म बदले जाने के बारे में एसएमएस के जरिये सूचना को सर्वाधिक प्राथमिकता दी है। इसके लिए वे

अतिरिक्त कीमत अदा करने को तैयार हैं। लिहाजा रेल बजट में यात्रियों को उचित कीमत पर बेहतर सुविधाएं मुहैया कराने और सुविधाओं के एक से ज्यादा विकल्प उपलब्ध कराने पर जोर रहेगा। इसके लिए जहां भी जरूरी हो गी निजी एजेंसियों की मदद ली जाएगी। मसलन, ट्रेनों व स्टेशनों को स्वच्छ

व भीड़भाड़ से मुक्त बनाने, बेहतर रफ्तार के साथ ट्रेनों में बैठने, लेटने, पढ़ने, मनोरंजन और खाने-पीने वगैरह के बेहतर इंतजाम में निजी क्षेत्र का सहयोग लिया जाएगा।



मोक्ष प्राप्त करने का सरल उपाय-चार पुरुषार्थ

कर्तव्य पालन की इच्छा में व्यवधान आने से क्रोध उत्पन्न हो जाता है और कर्तव्य पालन की इच्छा पूर्ण होने से लोभ उत्पन्न हो जाता है। जो मनुष्य दोनों स्थितियों में सम-भाव में रहता हुआ निरन्तर अपने कर्तव्य पालन में लगा रहता है, वह क्रोध, लोभ और कामना रूपी सीढ़ियों को पार करके शीघ्र ही लक्ष्य यानि “मोक्ष” को सहज रूप से प्राप्त हो जाता है। जिस प्रकार पहली कक्षा को पास किये बिना कोई भी छात्र दूसरी कक्षा को पास नहीं कर सकता है और दूसरी कक्षा को पास करने के लिए तैयारी करनी पड़ेगी, वैसे ही मोक्ष को प्राप्त करने के लिए चार पुरुषार्थों का पालन करना आवश्यक है।

कर सकता है और दूसरी कक्षा को पास किये बिना तीसरी कक्षा को पास करना असंभव है, उसी प्रकार क्रोध रूपी पहली सीढ़ी को पार किये बिना कोई भी मनुष्य लोभ रूपी दूसरी सीढ़ी को पार नहीं कर सकता है और लोभ के त्याग के बिना तीसरी सीढ़ी यानि कामनाओं से मुक्त होना असंभव है। इच्छाओं की पूर्ति होने पर ही कामनाओं का अन्त संभव होता है, लेकिन एक इच्छा पूर्ण होने के पश्चात नवीन कामना के उत्पन्न

होने के कारण कामनाओं का अंत नहीं हो पाता है। इच्छाओं के त्याग करने से कामनाओं का मिटना असंभव है, केवल यही ध्यान रखना होता है कि इच्छा की पूर्ति के समय कहीं कोई नवीन कामना की उत्पत्ति तो नहीं हो रही है। कामना पूर्ति के लिये ही मनुष्य को बार-बार शरीर धारण करके इस भवसागर में सुख-दुख रूपी भंवर में फंसकर गोते खाने ही पड़ते हैं, बार-बार शरीर धारण करने की प्रक्रिया से मुक्त होने पर

ही मनुष्य जीवन का लक्ष्य “मोक्ष” की प्राप्ति होती है। “मोक्ष” ही वह लक्ष्य है जिसे प्राप्त करने के पश्चात कुछ भी प्राप्त करना शेष नहीं रहता है। इस लक्ष्य की प्राप्ति मनुष्य शरीर में रहते हुए ही होती है। जिस मनुष्य को शरीर में रहते हुये मोक्ष का अनुभव हो जाता है, उसी का मनुष्य जीवन पूर्ण होता है। इस लक्ष्य की प्राप्ति के बिना सभी मनुष्यों का जीवन अपूर्ण ही है।

नाड़ी के कम्पन्न से प्राणायाम का अभ्यास

प्राणायाम का अभ्यास स्वच्छ व शांत वातावरण में करें, जिससे हृदय की धड़कन का अनुभव आसानी से हो सके। अभ्यास के लिए विद्यासन, पद्मासन या सुखासन में बैठ जाएं और अपने हाथ को बाईं ओर दिल पर रखें। शरीर व मन को शांत रखते हुए दिल को 6 बार धड़कने तक धीरे-धीरे सांस अन्दर खींचें। फिर 3 धड़कन तक सांस को

अंदर ही रोककर रखें। इसके बाद 6 बार दिल धड़कने तक सांस को धीरे-धीरे बाहर छोड़ें और अंत में 3 धड़कन तक सांस को बाहर ही रोककर रखें। शुरु-शुरु में इसका अभ्यास कुछ मिनटों तक ही करना चाहिए। अभ्यास के क्रम में घबराहट या थकान का अनुभव होने पर अभ्यास को रोक दें। इसके अभ्यास को धीरे-धीरे



बढ़ाते हुए 16 बार दिल को धड़कने तक करना चाहिए। यह क्रिया जब लयबद्ध होने लगे तब समझना चाहिए कि श्वास क्रिया विद्युन्मय प्राण प्रवाह से संयुक्त हो गई है, शरीर में शक्ति का संचार लयबद्ध

सांस क्रिया पर निर्भर करता है। प्राणायाम के साथ श्वासन क्रिया को सही रूप से करने पर ही शरीर स्वस्थ, मन प्रसन्न और अनेक प्रकार के रोग जो दूषित रक्त के कारण उत्पन्न होते हैं दूर होते हैं। इन सभी कारणों से स्पष्ट है कि प्राणायाम किसी योगी या साधना करने वालों के लिए ही नहीं है, बल्कि यह सभी व्यक्तियों के लिए लाभकारी है।

रहते हैं। भगवान ने अति विकसित बुद्धि दी ताकि हम इसका सदुपयोग करके संसार की यथार्थ खोज कर इसके बंधन से मुक्त हो सकें किंतु हमने इस बुद्धि को संसार में न लगाकर उस भगवान में लगा दिया जो बुद्धि से परे हैं। परिणाम, हम संसारन में फंसते गये और प्रभु से दूर होते गए। भगवान ने हमें अति सुंदर प्रेम और भावों से भरा हृदय दिया ताकि उस हृदय को



परिणाम, हम प्रेम के सागर में रहते हुए भी प्रेम से वंचित रह गये। भगवान ने हमें अति सबल दो हाथ दिए ताकि हम निष्काम भाव से कर्म करते हुए संसार सागर से तर सकें। अपने कर्म समर्पित कर उसका दिव्य प्रेम पा सकें किंतु हमने इनका दुरुपयोग किया दिशाहीन क्रियाएं करने में। कर्म न करके कर्मकाण्ड को अपना आश्रय बनाया। परिणाम, अभी तक तो कुछ हासिल हुआ नहीं है, भविष्य में होगा, इसकी

संभावना भी कम ही है। जीवन भर हमें कोई लाख समझाए, हम समझने को तैयार नहीं हैं किंतु हमें समझ आता है तब जब जीवन के अंतिम क्षणों में मृत्यु हमारे सामने आकर खड़ी होती है और हम खाली हाथों को मसलते रह जाते हैं। तब हम कुछ क्षणों की मोहलत पाना चाहते हैं मानो अपनी सारी गलतियों को क्षण भर में सुधार डालेंगे। किंतु मित्रों, तब तक बहुत देर हो जाती है और देवदुर्लभ यह शरीर एक बार फिर मिट्टी में मिल जाता है।

अभी भी समय है जागने का। कौन जाने, कुछ समय शेष हो, उसका सदुपयोग कर लो। अपने अंदर बैठे सच्चिदानंद प्रभु को जगा लो, सारी बिगड़ी बन जायेगी। ईश्वर आपको शक्ति और सामर्थ्य प्रदान करे। साभार -मां मालती

क्या आपश्री जानते हैं ?

- ✱ महात्मा गाँधी ने अपने जीवन में सिर्फ एक फिल्म देखी थी और वह फिल्म थी सन् 1943 में बनी 'राम राज्य'
- ✱ सर्वाधिक आयु वाला जानवर कछुआ है।
- ✱ पहला ज्ञानपीठ पुरस्कार 1965 में मलयालम कवि गोविंद शंकर कुरुप को दिया गया था।
- ✱ बिच्छू की लगभग 2000 जातियाँ होती हैं जो न्यूजीलैंड व अंटार्कटिका को छोड़कर विश्व के सभी भागों में पाई जाती है।
- ✱ कराटे शब्द का अर्थ होता है खाली हाथ।
- ✱ बाघ के पूरे शरीर की लम्बाई लगभग 9 फीट तक हो सकती है जबकि उसकी पूँछ की लम्बाई 3-4 फीट तक हो सकती है।

जीवन के सात सच्चे मंत्र

1. दर्पण, झूठ बोलने नहीं देगा।
2. ज्ञान, भयभीत होने नहीं देगा।
3. आध्यात्म, मोह करने नहीं देगा।
4. सत्य, कमजोर होने नहीं देगा।
5. प्रेम, ईर्ष्या करने नहीं देगा।
6. विश्वास, दुःखी होने नहीं देगा।
7. कर्म, असफल होने नहीं देगा।

सुविचार

अपनी रोटी मिल बांट कर खाओ, ताकि सभी भाई सुखी रह सकें।।

मानव मन के बोल

जब मैं कलकत्ता गया



गतांक से आगे..... तुमारे आँखों के आंसू से ज्यादा मेरी व्याकरण नहीं हो सकती, कितना त्याग, ये मेरा भारत है। जो शेर के दाँतों को गिन ले ऐसा भरत। कभी-कभी मुझे भी लगता है। किसी कालखण्ड में मैं कमजोर पड़ गया। इस निराशा की रात्रि ने सब को डसा है। आदरणीय प्रसन्न कुमार जी-मैं अपवाद नहीं हूँ। मैं भी रोया हूँ। धड़-धड़ करके भी, जब जगदीश जी आर्य ने एक शिविर में जाते हुए प्रारम्भ किया था।

चालो चालो रे भाया उण, कांकड मंगरे चाला रे।। आदिवासी बसे मायला, वाने जाय सम्माला रे।। बहुत आंसू आये, आगे कुछ पत्तों में कुछ पंक्तियों में देखे, जिस कागज पर लिखा जा रहा है, वह जड़ है। वो विद्या माता का स्वरूप है। और जिस पेन से लिखा जा रहा है। जो प्रिंटिंग प्रेस में रखा ही लग रही है, वो भी जड़ है।

लेकिन जो शब्द बोले जा रहे हैं, वो सास्वतः है चेतन है, शब्द ब्रह्म है। वर्णनाम अर्थ संगानाम है। गोस्वामी तुलसीदास जी महाराज हमारे बीच नहीं रहे, “लेकिन अमर हो गये। मन जाही राचो। अमर हो गया बन बाग उपवन वाटिका, सर कूप बाकी सोय।” ऐसा कुछ कर लो रे लाला.. अमर होना हमारा लक्ष्य नहीं है। ना हम भगवान से मांगते कि अमर कर दो हां, हमें एक दीर्घ जीव बनाओ, हम लम्बे 100 साल तक जीना चाहते हैं। हम जल्दी नहीं मरना चाहते। हम आपका काम करना चाहते हैं।

कल ही मैंने आप कहेंगे महाराज चलिये- मैंने सुना, सुननालय, समझनालय दोनों देखनालय से भी ज्यादा समझदार होना चाहिये। तो मैंने सुना, समझा, मानस पीयूष, जिन्होंने लिखा रामचरित्र मानस की व्याख्या, उन्होंने लिखा कि जीर्ण-शीर्ण काया, सैंकड़ों रोग लगे हुए हैं। काशी का क्षेत्र सन्यास ले रखा, 89 की उम्र, प्रभु ने आदेश दिया कि मानस पर टीका लिखो। 106 साल की उम्र में जब टीका का समापन कर रहा हूँ। मुझे प्रभु की अनुकम्पा की अनुभूति, प्रभु आपने काम करवा दिया।

क्रमशः अगले अंक में...

अमरुद



हर मौसम में सबसे आसानी से उपलब्ध होने वाला फल है अमरुद। यही वजह है कि इसकी उपेक्षा भी सबसे अधिक होती है और इसके फायदों की अनदेखी की जाती है। 'इसमें कैलोरी काफी कम मात्रा में होती है। एक 50 ग्राम के अमरुद में 40 कैलोरी होती है। फाइबर की अधिकता आंतों की सफाई के लिए जरूरी होती है। अमरुद में एस्ट्रिजेंट का होना पेट व आंतों में संक्रमण करने वाले बैक्टीरिया की उत्पत्ति को रोकता है। यह एसिडिटी की समस्या को कम करता है।'

लड़ने की क्षमता को मजबूत बनाता है। कोलेजन का संतुलन बना रहता है, जिससे त्वचा ढीली नहीं पड़ती। अमरुद के छिलके व उसकी निचली परत में सबसे अधिक गूदा होता है, इसलिए इसे खाना न भूलें।

अमरुद में प्राकृतिक एंटीऑक्सीडेंट इलाजिक एसिड होता है, जो कैंसररोधी गुणों से भरपूर है। इसमें बी कॉम्प्लेक्स विटामिन और मैग्नीशियम और तांबा आदि मिनरल होते हैं। इसमें पोटेसियम भी प्रचुरता में होता है। इसे कच्चा व पकाकर दोनों तरह से खाया जा सकता है।

सम्पादकीय

महात्मा बुद्ध के एक शिष्य ने राह चलते एक भिखारी को अपने पास बुलाकर उसे जीवन की निस्सारता का उपदेश दिया। परन्तु भिखारी कभी इधर देखता तो कभी उधर। जब शिष्य का उपदेश समाप्त हुआ तो वह भी अपनी राह चल पड़ा। शिष्य को बुरा लगा कि मधुर और प्रेरक उपदेश के बदले इस मूर्ख ने उसका आभार तक नहीं माना। शिष्य ने महात्मा बुद्ध से भी इस प्रसंग की चर्चा की और भिखारी को मूर्ख कह दिया।

बुद्ध ने शिष्य से उस भिखारी को तुरन्त बुलाने को कहा। कुछ ही देर में शिष्य दीन-हीन भिखारी को ले आया। बुद्ध ने सबसे पहले उसके सिर पर हाथ फेरा और वह हैरान था कि गुरुदेव ने बिना उसे कुछ कहे ही क्यों भेज दिया। बुद्ध हैरान शिष्य की ओर देख मुस्कराए और बोले उसके लिए उपदेश से ज्यादा जरूरी भोजन था। शिष्य यह सुन निरुत्तर हो गया। वह भिखारी की नहीं अपनी मूर्खता पर शर्मिन्दा था। तात्पर्य यह कि समाज के सुखी होने में ही व्यक्ति का सुख निहित है। जब तक समाज में एक भी अशक्त, दीन-हीन और पीड़ित है, तब तक किसी को अपने इर्द-गिर्द सुख का अम्बार जुटा लेने का भ्रम भी नहीं पालना चाहिए। सुख-शांति इसी में है कि प्रभु प्रदत्त इस जीवन और जगत में अपने कर्तव्यों का ईमानदारी से पालन करते हुए दीन-दुःखी, पीड़ित और निराश्रितों के लिए भी कुछ करें। अपेक्षाओं से निकटता कटुता का कारण बनती है। जब हम अपने से कमजोर के लिए सेवा का भाव लेकर आगे बढ़ेंगे तो प्रभु कृपा से सुख-समृद्धि स्वतः ही हमारे द्वार पर दस्तक देने लगेगी।

जैसे लकड़ी में व्याप्त अग्नि नहीं दिखाई पड़ती, वैसे ही परमात्मा दिखाई नहीं देता। जबकि परमात्मा ही इस समस्त जगत को लीला से प्रकट कर स्वयं दृष्टि रूप से देखता है। इसीलिए श्रुति का भी यही कहना है कि 'न दृष्टे दृष्टार पश्ये' अर्थात्-दृष्टि या दृश्य को नहीं, बल्कि दृष्टा को भी देखो, उसको जानो-समझो। वही आत्मा है, जो भीतर भी है और बाहर भी है। इस सूत्र के माध्यम से हमें अपनी श्रद्धा व साधना को सशक्त बना अपने आत्मबल का निर्माण करके उसे अन्तस मूलमंत्र है। अतएव भीतर के मंथन से जो कुछ प्राप्त हो, उससे प्रेरित होते हुए बाहरी जगत में जीएं। परम सन्तोष मिलेगा और जीवन का कल्याण सुगम हो जायेगा।

घर से निकलते ही वाई-फाई ऑफ कर दें

स्मार्टफोन के वाई-फाई को घर से बाहर निकलते ही ऑफ कर देना चाहिए। अगर आपके स्मार्टफोन का वाई-फाई हमेशा ऑन रहता है, तो उसकी बैटरी पर बेवजह जोर पड़ता है। अब पब्लिक वाई-फाई इतनी जगहों पर नहीं है जो आप हर जगह कनेक्टिविटी ढूँढते रहेंगे। लेकिन जैसे ही आप अपने ऑफिस पहुंचते हैं, तो वाई-फाई से डिस्कनेक्ट कर सकते हैं, लेकिन कोई जरूरी नहीं है कि आप हर समय यह बात याद रखें कि वाई-फाई फिर से ऑन करना है। ऐसी ही परेशानी के लिए बना है एक ऐप वाई-फाई सेवर। एक काम यह बखूबी करता है और वह है कि अगर आपका स्मार्टफोन किसी वाई-फाई नेटवर्क से जुड़ा नहीं होता तो यह वाई-फाई को ऑफ कर देता है। यह ऐप नेटवर्क पर निर्भर करता है अगर नेटवर्क एक स्तर से कमजोर हो जाता है तो यह स्मार्टफोन से कनेक्टिविटी बंद कर देता है क्योंकि उससे कनेक्ट करने में बैटरी पर बहुत जोर पड़ता है। जब आप ऐप को डाउनलोड करने के लिए सेटिंग तय करके रहे हों तो आपके पास कनेक्ट करने के कई विकल्प होंगे, अगर आपका स्मार्टफोन लॉक किया गया हो मतलब इस्तेमाल में न हो तो कनेक्टिविटी बंद भी करने का विकल्प है।

रक्त की सफेद कणिकाएँ

रक्त में लाल रक्त कणिकाओं की तुलना में, सफेद कणिकाओं की संख्या बहुत ही कम होती है। सामान्यतः 500-600 लाल रक्त कणिकाओं में एक सफेद रक्त कणिका पायी जाती है। इनका आकार भी अपेक्षाकृत बड़ा होता है। रंग तो सफेद होता ही है, जिस कारण हम इसे सफेद रक्तकण कहते हैं। इनकी आकृति (रचना) किसी निश्चित आकार की नहीं होती है। ये आवश्यकता एवं परिस्थिति के अनुसार अपनी आकृति बदलती रहती है। यह इनकी विशेषता होती है। एक और विशेष गुण यह है कि ये स्वयं गतिशील हो सकती है। ये अवलेह (जैली) जैसा लुआबादार (लेसदार) पदार्थ की बनी होती है, जिससे संकरे से संकरे, तंग मार्ग से भी गमन करने में कठिनाई नहीं होती और सुगमता से निकलती जाती है। इसकी उत्पत्ति अस्थि मज्जा एवं लसीका ग्रंथियों (लीम्फाटीक नोड्स) दोनों स्थानों पर होती है। जहाँ लाल रक्त कणिकाओं में एक भी नाभिक नहीं होता, वहीं सफेद रक्त कोशिका में एक से अधिक नाभिक भी होते हैं।

सेवा को दिनचर्या में शामिल करें : विधायक ज्ञानदेव आहूजा

-सेवा परमोर्धम की पांचवीं वर्षगांठ पर भामाशाहों का सम्मान-



उदयपुर। जिन मनुष्यों ने अपनी क्षमता और प्रभु की कृपा से जीवन में बहुत कुछ प्राप्त किया है, उनका दायित्व बनता है कि वे समाज में जरूरतमंदों की सेवा को अपनी दिनचर्या का अंग बनाएं। यह बात नारायण सेवा संस्थान के सेवा परमोर्धम ट्रस्ट की पांचवीं वर्षगांठ पर रामगढ़ (अलवर) विधायक ज्ञानदेव आहूजा ने बलीचा स्थित 'अपना घर' परिसर में आयोजित समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में कही। उन्होंने कहा कि जीवन एक पूजा हो सकती है यदि वह आनंद के भाव से भर जाए। दीन:दुखियों और जरूरतमंदों की सेवा से इस आनंद की सहज प्राप्त हो सकती है। उन्होंने कहा कि दान करना अभिमान का नहीं अपितु विनम्रता और कर्तव्य का परिचायक है। उन्होंने सुखी और स्वस्थ जीवन के लिए व्यसनो से दूर रहने तथा शाकाहार को अपनाने पर बल दिया। इससे पूर्व नारायण सेवा संस्थान के संस्थापक पद्मश्री कैलाश 'मानव' ने विधायक सहित देश-विदेश से आए अतिथियों का स्वागत करते हुए कहा कि मनुष्य के भीतर जो भी शक्ति या उर्जा है, वह ईश्वर की देन है और इसका उपयोग हमें सूखी और समरस समाज की रचना के लिए करना चाहिए। ट्रस्ट अध्यक्ष प्रशान्त अग्रवाल ने सेवा परमोर्धम ट्रस्ट द्वारा निराश्रित, विमदित, प्रज्ञाचक्षु एवं मूकबधिर बच्चों की शिक्षा एवं सर्वांगीण

विकास के लिए किए जा रहे प्रयासों की जानकारी देते हुए बताया कि ट्रस्ट ने सभी 200 बच्चों के लिए शहर के श्रेष्ठतम एवं अंग्रेजी माध्यम विद्यालयों में शिक्षण की व्यवस्था की है और सर्वोच्च अंको के साथ इनके परीक्षा परिणाम शत-प्रतिशत रहे हैं। निदेशक वंदना अग्रवाल ने बताया कि इस वर्ष सर्दी में ग्रामीण क्षेत्रों में बच्चों को 22 हजार स्वेटर व 18 हजार लोगों को कम्बल वितरण किए गए। प्रतिमाह 577 नि:शक्त, निर्धन एवं विधवा महिलाओं को नि:शुल्क राशन का वितरण किया जा रहा है। समारोह में उदयपुर जिले की भीण्डर पंचायत समिति के ग्राम घाटियावास की रोशनी देवी (25) ने बताया कि वह एक गरीब परिवार से है और जन्म से ही दिल में वाल्व की खराबी से परेशान थी। परिवार की गरीबी से वर्षों तक दु:ख झेलती रही, आखिर में ट्रस्ट की मदद से 2012 में उसका ऑपरेशन हुआ और आज वह अपनी गृहस्थी के साथ प्रसन्न है। पटना (बिहार) के मन्टू पटेल (20) ने बताया कि वह जन्म से दिल में छेद होने से काफी दु:खी था। लगता था सासों

की डोर कभी भी टूट सकती है। ट्रस्ट से सम्पर्क करने पर सन 2011 में उसका पहला और डॉक्टरों की सलाह पर 2015 में दूसरा ऑपरेशन हुआ। इन दोनों ऑपरेशनों के बाद वह एकदम स्वस्थ है और अपना काम करता है। इनके अलावा भी उन बच्चों और लोगों ने अपनी भावाभिव्यक्ति दी, जिनके ट्रस्ट के माध्यम से जटिल रोगों का निवारण हुआ। विशिष्ट अतिथि चारुलता लंदन, प्रेम निजावन नई दिल्ली, विष्णु शरण सक्सेना भोपाल, सुरेश नागपाल अलवर, सरोज शर्मा मुम्बई, जितेन्द्र भाई राजकोट, पूनम अग्निहोत्री हरिद्वार, मूलचन्द प्रजापति अहमदाबाद ने भी अपने विचार व्यक्त किए। संस्थान ट्रस्टी श्री जगदीश आर्य व देवेन्द्र चौबीसा ने अतिथियों व भामाशाहों का मेवाड़ की परम्परा के अनुसार अभिनन्दन किया। संचालन ओम पाल सीलन व जितेंद्र भट्ट ने किया।



सादर आमंत्रण

अपंग, अनाथ, रोगी, विधवा, वृद्ध एवं वंचितजनों की सेवा में सतत सेवारत

नारायण सेवा संस्थान एवं सेवा परमोर्धम ट्रस्ट, उदयपुर

सहायतार्थ

श्रीमद् भागवत कथा

आयोजक

श्रीमद् भागवत एवं रामायण कथा समिति, चण्डीगढ़

दिनांक 05 से 11 मार्च 2016

समय : दोप. 03.00 से सांय 06.00 बजे तक

स्थान : नया रंग जी मंदिर, बुर्जा रोड, चैतन्य विहार वृन्दावन, जिला - मथुरा (उ.प्र.)

कथा व्यास : पूज्य मुकुन्द हरि जी महाराज

व्यास पीठ पर विद्यामान होकर अपने मुखारविन्द से ओजस्वी रसमयी पशुपतापी द्वारा संगीतमय कथा का श्रवणपान कराएंगे। आपश्री से अनुरोध है कि सपरिवार दृष्ट मित्रों सहित पधारकर श्रीमद् भागवत कथा का श्रवण लाभ उठावें।

स्थानीय सम्पर्क सूत्र : 9417569399, 9815346911, 9876190152

संस्थान सम्पर्क सूत्र : 0294-6622222, 9649499999

:: 'नि:शक्तजन' की सेवा-सहयोग के प्रति समर्पित ::

<p>कैलाश "मानव" मैनेजिंग ट्रस्टी एवं 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>	<p>प्रशान्त अग्रवाल अध्यक्ष नारायण सेवा संस्थान</p>	<p>वन्दना निदेशक नारायण सेवा संस्थान</p>

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



मुट्टी में तकदीर

गतांक से आगे.....
और आईये जानते हैं दूसरा वरदान। पहला वरदान जहाँ प्रहलाद ने कहा—मेरे पिता को क्षमा करें, जैसा कि गुरुदेव ने कहा। आईये जानते हैं उस नन्हे से प्रहलाद ने अपने लरजते हुए होठों से भगवान से क्या मांगा दूसरा वरदान। जय हो।

आज के आधुनिक युग में है बहुत हुए साधन विज्ञान धन सम्पत्ति बढ़ी, बढ़ गये संसाधन इन्सान क्यों अधर्मी है द्वार हृदय के बंद कैसे मिले शांति, प्रेम मिले, कैसे मिले आनन्द।

प्रहलाद करे ये प्रार्थना माँगू मैं वरदान भगवान। भक्तराज प्रहलादजी ने आपके हमारे लिए, इस तड़पती हुई दुनिया के लिए भक्तराज प्रहलादजी ने फरमाया—साधन बढ़ गये, सुविधाएँ बढ़ गईं। डेढ़-डेढ़ करोड़ की आपके कारं, हमें तो आश्चर्य होता है। पाँच लाख की कार भी, बहुत महंगी लगती है। हमें तो अपनी साईकिल बहुत प्रिय लगती है। हमें अपना टेम्पो, ऑटो बहुत प्यारा लगता है। आपकी कारें आपको मुबारक हो।

प्रहलादजी कहते हैं, प्रभु सुविधाएँ बढ़ गईं। मेरे भतीजे प्रिय राजेश ने लिखा था—

सच है कि जन संख्या तेजी से बढ़ रही है। दुनिया उतनी ही तेजी से सिमट रही है। पर मुझे तो मेरा पड़ोसी ही नहीं मिलता, भीड़ तो मिलती है, इन्सान नहीं मिलता। हे प्रभु इन्सानियत कहाँ खो गई। ठाकुरजी व्याकुलता क्यों बढ़ी। ठाकुरजी बार-बार ये उदासी, बीमारियाँ, ये मनोरोग ये तृष्णा, ये लालच, कहीं बेईमान बेदरि बढ़ गया। कहीं ये घुम्माकड़ पशु बढ़ गया। कहीं कलह बढ़ गया। कहीं व्याभिचार बढ़ गया।

घर-घर में झगड़ा क्यों है नाथ ? पति-पत्नी, जिनका दामपत्य जीवन, जिन्होंने अग्नि देवता के साथ फेरे लगाकर प्रतिज्ञा की, प्रभु हम मिलजुल कर कार्य करेंगे। हम ब्रह्माजी का कार्य करेंगे। उनमें क्रोध क्यों पैदा होता है ठाकुर। ये ईगो कहाँ से आ गया। ये भाई-भाई, राम लक्ष्मण नहीं हुए, क्रोध के पुतले हुए। हे प्रभु, ये भाई-भाई पर वार कर रहा है। ये भाई-भाई की खिल्ली उड़ा रहा है। ये भाई-भाई से दुश्मनी कर रहा है। प्रहलाद ने कहा—प्रभु मेरी आँखों में आंसू आ जाते हैं। प्रभु माता-पिता का सम्मान बच्चे क्यों नहीं करते हैं।

जिन पिताजी की अंगुली पकड़कर छोटेपन में चले थे। कहीं पिताजी अंगुली छोड़ न दे, हम कहाँ जायेंगे, हम लड़खड़ा जाएंगे। आज उन्हीं पिताजी ने कहा—बेटा मेरा चश्मा टूट गया। बेटा मेरा चश्मा तीन दिन से टूट गया। मुझे देखने में बहुत दिक्कत होती है। कल भी मैं गिरते-गिरते बचा था। चश्मा ला देगा क्या ? लड़ने ने एकदम हाँ नहीं भरी। बोला हाँ अगले महीने ले आऊंगा। अरे मूर्ख, बेवकूफ, कहां बुद्धि चली गई, अगले महीने फिर भूल गया। अगले महीने की 1 तारीख को बाबू साहब की बीवी के लिए साड़ियाँ आ गईं। बाबू साहब के बच्चे के लिए सूट आ गया। बिटिया के लिए ड्रेस आ गयी लेकिन पिताजी टुकर-टुकर करके देख रहे हैं। उनका चश्मा नहीं आया। आँखों में रुदन धारा फूट पड़ी। अरे ! मैंने बेटे के लिए क्या नहीं किया ? अरे मैंने सब कुछ किया लेकिन ये मेरा चश्मा लाना भूल गया। तीसरे दिन पिताजी। महिम जी—जी गुरुदेव, आप इसी कथा के मध्य में बताना चाहंगा वो व्यक्ति नारायण सेवा संस्थान में अपने परिवार सहित पधारते हैं या दु:खों की पीड़ा को जानते हैं, मानते हैं और उनका दु:ख कम करने के लिए सदैव सदा सहयोग देते हैं। ऐसे ही हमारे बीच में आदरणीय बजरंगजी मित्तल साहब उनके परिवार सहित पधारें। आईये आईये पधारो। इन्होंने 26 बच्चों के ऑपरेशन करवाने के लिये सहयोग दिया है एक लाख दो हजार रुपये का। बोलिये अग्रसेनजी महाराज की जय।

क्रमशः.....

मुन्य कार्यकारी अधिकारी-कैलाश 'मानव'
मार्गदर्शक-प्रशान्त अग्रवाल,
जगदीश आर्य, देवेन्द्र चौबीसा
मार्गदर्शिका-कमलादेवी, वन्दना अग्रवाल
अध्यक प्रबन्धक-मोहन लाल गाडनी
संपादक-लक्ष्मीलाल गाडनी
संपादन सल्योगी-घनश्याम त्रिठ नौटौड