आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353
डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023

प्रेषण :- कार्यालय चेतक सर्कल पोस्ट ऑफिस ,उदयपुर
प्रेषण दिनांक:-प्रतिदिन

दैनिक समाचार–पत्र

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 9 • अंक-2309 • उदयपुर, मंगलवार 20 अप्रेल, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

सेवा–जगत्
मन से सेवा, नारायण सेवा

अंतरिक्ष यात्री बिना पानी के स्प्रे से नहाएंगे

भारत का स्वदेशी बहुउद्देशीय मानवयुक्त अंतरिक्ष मिशन 'गगनयान' दिसंबर 2021 में लॉन्च किया जाएगा। इसमें इसरो और आईआईटी दिल्ली नया प्रयोग करने वाले हैं। इसके तहत अंतरिक्ष यात्री बिना पानी के स्प्रे से नहाएंगे। इसे क्लेन्स्टा इंटरनेशनल कंपनी ने आईआईटी दिल्ली के साथ मिलकर तैयार किया है। अंतरिक्ष में नहाने के लिए इसका इस्तेमाल करने वाला भारत पहला देश होगा। नासा भी इसका इस्तेमाल किए जाने को लेकर इसरो के साथ संपर्क में है।

अंतरिक्ष में यात्रियों को स्पेस शटल में कम से कम सामान ले जाना होता है। जहां नहाने के लिए पर्याप्त पानी नहीं होता है। न नहाने पर शरीर पर कई तरह के कीटाणु पैदा हो जाते हैं। अंतरिक्ष यात्रियों को नहाने के लिए अलग प्रकार से पानी का उपयोग करना पड़ता है। यहां तक कि उन्हें अपने पेशाब को जमा कर विशेष प्रक्रिया के जरिए रिसाइकिल कर इस्तेमाल करना पड़ता है।

स्प्रे को नेवी, आर्मी कमांडो इस्तेमाल कर चुके हैं

बिना पानी के स्प्रे से नहाने की तकनीक पर आईआईटी दिल्ली के साथ मिलकर काम करने वाले डॉ. पुनीत गुप्ता ने बताया कि उनकी मां को कुछ साल पहले पैर में चोट आ गई थी। घाव में इंफेक्शन न हो, इसलिए डॉक्टर ने चोट को पानी से दूर रखने की हिदायत दी। इस कारण वह कई दिनों तक नहा नहीं पाईं। उन्हें बालों और त्वचा में खुजली होती थी। वहीं से उन्हें वॉटरलेस बॉडी वॉश बनाने का आइडिया आया।

2018 में उन्होंने स्टार्टअप शुरू किया। आईआईटी दिल्ली के साथ मिलकर इसरो के लिए इस प्रोजेक्ट पर काम किया। तब से लेकर अब तक नेवी, आर्मी कमांडो इसका इस्तेमाल पानी की गैरमौजूदगी में कर चुके हैं। अब इस प्रोडक्ट का इस्तेमाल एम्स रायपुर समेत करीब 200 से ज्यादा सरकारी अस्पताल अपने उन मरीजों के लिए कर रहे हैं, जिन्हें किसी न किसी चोट के कारण पानी से दूर रहने के लिए कहा जाता है। इसके इस्तेमाल के बाद शरीर से 100 प्रतिशत कीटाणु खत्म हो जाते हैं।

मुंह को मिला निवाला

उदयपुर के पायड़ा क्षेत्र में कालका माता रोड़ पर किराए की एक छोटी सी दुकान में लोगों के कपड़ों पर प्रेस कर बरसों से घर परिवार का गुजारा कर रहे श्री धनराज धोबी अपनी 45 साल की जिंदगी में दुःखों से रूबरू भी हुए पर वे कहते हैं कि कोरोना की महामारी ने सबको भयभीत तो किया ही, लेकिन लॉकडाउन से उत्पन्न हालातों की तो किसी ने कल्पना भी नहीं की थी।

काम बंद हो गया, मुंह का निवाला छूट गया। हालात को सम्भालते के लिए वे नारायण सेवा संस्थान का आभार मानते हैं, जो पिछले 6–7 माह से नियमित रूप से उनके घर मासिक राशन भेज रहा है। धनराज दम्पती अपने चार बच्चों के साथ खुश है और यह सब सम्भव हुआ करुण हृदय दानदाताओं को वजह से, जिनके दान से संस्थान आज अनेक नगरों–महानगरों में हजारों गरीबों तक नियमित राशन पहुंचा पा रहा है।

संस्थान द्वारा दिव्यांग दम्पती व बच्चे की मदद

नारायण सेवा संस्थान ने दिव्यांग धर्माराम (13) और रमेश मीणा (28) को उनकी विपरीत परिस्थितियों में तात्कालिक मदद पहुँचाई है। कानोड़ तहसील जिला उदयपुर (राज.) के तालाब फलां निवासी रमेश पुत्र वाला मीणा का घर आग लगने से स्वाह हो गया था।

संस्थान ने अनाज, वस्त्र, कम्बल मसाले आदि देकर उसकी मदद की। रमेश और उसकी पत्नी लोगरी दोनों ही जन्मजात दिव्यांग है। चार बच्चों के साथ गृहस्थी को चलाना, पहले से ही इसके लिए भारी था और अब घर के जल जाने से उस पर मुसीबतों का पहाड़ टूट पड़ा है। वहीं मंगलवार को पीआरओ विपुल शर्मा को फुटपाथ पर मिले धर्मा पुत्र कंवरलाल को व्हीलचेयर, कपड़े, बिस्किट एवं राशन देने के साथ उसका सीपी टेस्ट करवाया।

इस बालक की दो वर्ष पूर्व बीमारी के दौरान आवाज और आंखों की रोशनी चली गई थी। अब इसके पांव भी नाकाम हो गए है। डॉक्टर्स टीम आवश्यक चिकित्सा के लिए प्रयासरत हैं। संस्थान निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने कहा कि विषमता में परेशान दिव्यांगों एवं दुखियों को ज्यादा से ज्यादा मदद पहुंचाने के लिए संस्थान तत्पर है। इस अवसर पर विष्णु जी शर्मा हितैषी, भगवान प्रसाद जी गौड़, दिलीप सिंह जी, फतेहलाल जी मौजूद रहे।

मिलिट्री पुलिस में फौलादी इरादों वाली सौ जांबाज बेटियां

आंखों पर काली पट्टी बांध ये कुछ ही सेकंड में इंसास राइफल के पुर्जे–पुर्जे खोल देती है। पलक झपकते ही दुश्मन को पस्त करने के इरादों वाली 100 महिला सैनिकों के पहले दस्ते की इन दिनो बेंगलुरू के कार्प्स ऑफ मिलिट्री पुलिस (सीएमपी) में ट्रेंनिग जारी है। 61 सप्ताह का प्रशिक्षण पूरा होने के बाद 8 मई को ये सभी पासिंग आउट परेड में भाग लेंगी और इन्हें स्थायी कमीशन मिलेगा।

राजस्थान की लाडो भी कम नहीं

राजस्थान के झुंझुनु की कनिका सिंह चौहान का कहना है कि वे एनसीसी में थी तब पहली बार घर से निकली थी। सेना में भर्ती होने पर परिवार ने सपोर्ट किया। झुंझुनू की रिंकू चौधरी के पिता सेना में जबकि मां राजस्थान पुलिस में है। भाई सीआरपीएफ में है। रिंकू कहती है यहां काफी अच्छा लग रहा है। उधर, मध्य प्रदेश की हिमांशी कहती है कि प्रशिक्षण के शुरूआती दिन काफी कठिन रहे अब सब सही है।

1700 महिला सैनिक शामिल होंगी

करीब 3 दशकों से महिलाएं सेना में सिर्फ ऑफिसर पदों पर थी। लेकिन, निचले स्तर पर पहली बार महिला जवानों की तैनाती होने जा रही है। पहले बैच में लगभग 2 लाख आवेदनों में से देश के कोने–कोने से चुनी गई है। 100 युवतियां पहले दस्ते मे आई है। थल सेना में 1700 महिला सैनिकों की नियुक्ति होनी है।

40 फीसदी की फील्ड पोस्टिंग

महिलाओं को प्रशिक्षण दे रही लेटिनेंट कर्नल जूली ने बताया कि पास आउट होने पर इनकी तैनाती लांस नायक पद पर होगी और सूबेदार मेजर पद तक पहुंचेगी। दस्ते की 60 फीसदी महिला जवानों की तैनाती शांति वाले क्षेत्रों जबकि 40 फीसदी की तैनाती फील्ड में होगी। ट्रेनिंग ले रही सभी युवतियां उत्साहित हैं।

तुसी बड़े चंगे हो

प्रचारक महात्मा टूर पर जा रहे थे। साथ में जिन सहयोगी महात्मा को जाना था उन्होंने विनती की कि एक माह का टूर है आज्ञा हो तो दास की पत्नी भी साथ चली चले। प्रचारक महात्मा ने कहा– अच्छा है वो भी चलें। अभी यात्रा पर कुछ दूर निकले ही थे कि पति–पत्नी किसी बात पर झगड़ पड़े। वाद–विवाद बढ़ता गया तो प्रचारक महात्मा ने गाड़ी रूकवाई और उन महात्माओं ने कहा कि भाई साहब जी हम टूर पर जा रहे हैं, पिकनिक पर नहीं। आप ये माया लो और बस में बैठ कर वापस चले जाओ। प्रचार यात्रा में इस तरह का आचरण अच्छा नहीं होता। वहां संगतों पर इस तरह का प्रभाव पड़ेगा तो न वहां के सन्तों को अच्छा लगेगा और नहीं आपको। इस पर उस महात्मा ने प्रार्थना की कि हमें क्षमा कर दो हम से भूल हुई है, आगे से ऐसा नहीं होगा।

इस पर प्रचारक महात्मा ने कहा–एक शर्त पर आप दोनों चल सकते हैं। पति–पत्नी को लगा कि एक अवसर मिल रहा है अब हमने लड़ाई–झगड़ा बिल्कुल नहीं करना। पहले ही हमने घर की तरह यहां लड़–झगड़ कर अपना काम बिगाड़ लिया है। अब प्रचारक महात्मा की शर्त जो भी होगी हम मान लेंगे ताकि टूर पर जाने का सुन्दर मौका व्यर्थ न चला जाए। उत्सुकतावश उन्होंने कहा कि सन्त जी आपकी हर शर्त स्वीकार है, आप हमें टूर पर अवश्य ले चलें। हम अपने अमर्यादित व्यवहार पर शर्मिंदा हैं। प्रचारक महात्मा ने कहा– शर्त यह है कि हर आधे घंटे के बाद आप दोनों ने एक–दूसरे को कहना है, 'तुसी बड़े चंगे हो' (आप बहुत अच्छे हैं)। शुरू में तो उनको ऐसा बोलने में असहजता महसूस हुई लेकिन धीरे–धीरे यह बात उन दोनों के अभ्यास में आ गई। 'तुसी बड़े चंगे हो' कहना उन्हें अच्छा लगने लगा। एक माह का टूर करके जब पति–पत्नी वापस घर आए तो उनका जीवन बदल चुका था। तब उन्होंने न केवल आपस में बल्कि मिलने–जुलने वालों से भी यही कहना शुरू कर दिया–'तुसी बड़े चंगे हो।'

संन्त के वचन अमृत वचन होते हैं। सन्त का एक वचन अपना लेने के कारण उनके परिवार में शान्ति आ गई और जीवन में हंसी–खुशी का माहौल पैदा हो गया। उनकी सारी कटुता जाती रही। हम जो बांटते हैं वही हमें वापस मिलता है। जो बांटता है उसे स्वतः सब कुछ मिलता जाता है। हम अपने जीवन में झांकें और व्यर्थ की आलोचना त्याग कर 'तुसी बड़े चंगे हो' का भाव अपनाना आरम्भ करें। निश्चित ही प्रेम का गहरा रंग हमें आनन्द से भरेगा।

नभ में पलाश, भू पर पर पलाश, हो गई हवा भी रंग भरी छूकर पलाश...

फागुन में अरावली की पहाड़ियों के जंगलों से कभी गुजरें तो इन जंगलो की लाल सुर्खी दूर से नजर आने लगेगी। ऐस लगेगा जैसे जंगल में आग लग रही हो। जंगल की ये आग कुछ और नहीं बल्कि पलाश के फूलों का श्रृंगार है। हर और इसी के फूल नजर आते हैं शायद इसलिए कवि नरेंद्र शर्मा ने अपनी कविता में लिखा है कि धरती से लेकर आसमां तक यही है और हवा भी इसे छूकर रंगभरी हो जाती हैं। यही कारण है कि सूरज की लालिमा इसके सुर्ख रंगों में घुलकर सबके चहरों पर भी खिल उठता है।

भारतीय संस्कृति में माना गया है पवित्र वृक्ष – वन्य जीव विशेषज्ञ डॉ. सतीश शर्मा के अनुसार पलाश को खाकरा, ढाक, पलाश, टेसू, किंशुक, छीला, छोला, आदि नाम से जाना जाता है। इसके पत्ते 'छोला पत्ता' एवं फूल 'केसूला' नाम से जाने जाते हैं। पलाश फेबेसी कुल का सदस्य है, इसका वानस्पतिक नाम ब्यूटिया मोनोस्पर्मा है। यह वृक्ष उन भूमियों में उगना पंसद करता है जहां जल निकासी की अच्छी व्यवस्था नहीं होती। राजस्थान में यह वृक्ष अरावली की तलहटियां व मालवा के पठार तक आती अरावली के अलावा अरावली पर्वतमाला के पूर्व दिशा के मैदानों में पाया जाता है। खुरदरी भरे रंग की छाल के साथ टेढे–मेढ़े तने का वृक्ष 20 से 40 फीट ऊंचाई का मध्यम आकार का वृक्ष है।

पलाश कई तरह से उपयोगी– पलाश के फूल, पत्तियों, छाल, जड़, बीच व लकड़ी का औषधीय उपयोग होता है। ये घाव भरने, सूजन कम करने, उदर पीड़ा, नेत्ररोग, मधुमेह, कृमिनाशी आदि के उपचारों मे काम आते है। इसका गोंद, जिसमें टैनिन होता है, बहुत उत्तम श्रेणी का माना जाता है। लाल रंग के इसके गोंद का डायरिया के इलाज में उपयोग होता है। इसके पत्तों से पत्तल व दोनों बनते हैं। इसके फलों से रंग बनता है।

यह रंग होली खेलने और गुलाल बनाने के काम आता है। इस पर लाख के कीड़े भी पाले जाते हैं। इसकी टहनियों को रेशा बनाने में प्रयोग किया जाता है। इसके फूलों में मकरंद होता है जिसे पाने के लिए दर्जनों अलग–अलग तरह के पक्षी व कीट–पतंगे इस पर आते हैं।

ईश्वर सर्वव्यापक

व्यास रास के अनेक शिष्य थे। अपने शिष्य को शिक्षा देने की उनकी विधि क्रियात्मकता तथा व्यावहारिक थी। एक दिन उन्होंने सभी शिष्यों को बुलाकर एक–एक केला दिया और कहा–'केले को ऐसे स्थान पर जाकर खाओ जहां तुमको कोई भी न देख पाये।' थोड़े ही समय के पश्चात् सभी शिष्य उपस्थित थे। उनके हाथ खाली थे। एक को छोड़कर अन्य सब ने केले खा लिये थे। उनमें से एक शिष्य, जिसका नाम कनकदास था, केला लेकर खड़ा था। गुरु जी ने उससे पूछा –'क्यों कनक! तुम्हें कोई एकान्त स्थान नहीं मिला जहां बैठ कर तुम केला खा लेते ?' कनकदास ने बड़ी नम्रता से उत्तर दिया–'गुरुदेव! जब–जब और जहां पर भी मैंने उसे खाने का प्रयास किया, हर कोने में मुझे ऐसा लगा कि भगवान मुझे देख रहे हैं। क्षमा करें गुरुदेव, मैं केला खा नहीं सका।' व्यास रास उत्तर सुनकर बहुत ही प्रसन्न हुए। उन्होंने समझाया–'ईश्वर सर्व–व्यापक तथा सर्वदर्शी है।' सभी के मस्तक तुरंत झुक गए। यही कनकदास आगे चलकर कनार्टक के प्रसिद्ध संत बने।

सेवा का यह काम आपके सहयोग के बिना कैसे होगा सम्भव

NARAYAN HOSPITALS

पशुवत जिन्दगी जी रहे दिव्यांग भाई बहिनों को अपने पांवों पर चलाने के लिए कृपया करें योगदान

ऑपरेशन	सहयोग राशि (रूपये)	ऑपरेशन	सहयोग राशि (रूपये)
501	1700000	40	151000
401	1401000	13	52500
301	1051000	05	21000
201	711000	03	13000
101	361000	01	5000

NARAYAN LIMBS & CALIPERS

रेंग रेंग कर चलने वाले दिव्यांगजनों को सहायक उपकरणों का सहयोग देकर बनाये सशक्त

सहायक उपकरण विवरण	सहयोग राशि (रूपये)
कृत्रिम अंग	10000
ट्राई साईकिल	5000
व्हील चेयर	4000
केलिपर	2000
बैसाखी	500

NARAYAN VOCATIONAL ACADEMY

दिव्यांगों को स्वावलम्बी बनाने के लिए संस्थान द्वारा दिये जा रहे प्रशिक्षणों में आपका अनुदान हो

मोबाईल/ कम्प्युटर/सिलाई/मेहन्दी प्रशिक्षण सोजन्य राशि	
30 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग – 225000 रू.	5 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग – 37500 रू.
20 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग – 150000 रू.	3 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग – 22500 रू.
10 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग – 75000 रू.	1 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग – 7500 रू.

NARAYAN PARA SPORTS ACADEMY

प्रतिभावान दिव्यांग बन्धुओं को खेल प्रशिक्षण देने तथा खेल अकादमी स्थापित करने के लिए कृपया करें मदद

निर्माण सहयोगी बनें	51000 रू.

NARAYAN ROTI

प्यासे को पानी, भूखें को भोजन, बीमार को दवा, यही है नारायण सेवा- कृपया करें भोजन सेवा

विवरण (प्रतिदिन)	सहयोग राशि (रूपये)
नाश्ता, दोपहर व रात्रि भोजन सहयोग	37000
दोपहर व रात्रि भोजन सहयोग	30000
दोपहर अथवा रात का भोजन सहयोग	15000
केवल नाश्ता सहयोग	7000

वर्ष में एक दिन 151 दिव्यांग, निर्धन एवं अनाथ बच्चों के लिए भोजन सहयोग

NARAYAN EDUCATION ACADEMY

कृपया विद्या का दान देकर गरीब बच्चों का करें उद्धार

प्रति छात्र शिक्षा सहयोग (प्रति वर्ष)	36000 रू.
प्रति छात्र शिक्षा सहयोग (प्रति माह)	3000 रू.

NARAYAN APNA GHAR

जिनका कोई नहीं है इस दुनिया में..... ऐसे अनाथ बच्चों को ले गोद और उनकी शिक्षा में करें मदद

प्रति बालक (18 वर्ष तक) सहयोग	100000 रू.

NARAYAN COMMUNITY SEVA

दूरस्थ एवं आदिवासी क्षेत्रों में संस्थान की ओर से चलाई जा रही राशन वितरण, वस्त्र एवं पोशाक सेवा में मदद करें

50 मजदूर परिवार	100000 रू.
25 मजदूर परिवार	50000 रू.
5 मजदूर परिवार	10000 रू.
3 मजदूर परिवार	6000 रू.
1 मजदूर परिवार	2000 रू.

दान सहयोग हेतु सम्पर्क करें - 0294-6622222, 7023509999

कैलाश 'मानव'
संस्थापक चेयरमैन

समाज में हेय दृष्टी से देखे जाने वाले दिव्यांग बन्धुओं को समाज की मुख्यधारा से जोड़ने के लिए हम कृतसंकल्परत है कृपया सामाजिक सेवा में आप भी हमारे साथ आये।

प्रशांत अग्रवाल
अन्तर्राष्ट्रीय अध्यक्ष

जिंदगी कैसे जीनी चाहिए

एक कारपेंटर था। बेहद मेहनती। तारीफें ही उसकी कमाई थी। बूढ़ा हो चला था। एक दिन विचार आया–अब यह छोड़कर परिवार के साथ आखिरी दिन बिताने चाहिए। वर्कशाप के मालिक को उसने अपना यह विचार बताया। मालिक दुःखी हुआ, उसका सबसे विश्वसनीय कर्मचारी हमेशा के लिए जा रहा था। मालिक ने कुछ सोचा, फिर कहा–तुम एक आखिरी घर और बना दो।

कारपेंटर का मन नहीं था फिर भी उसने कहा–ठीक हैं, मै। अपनी जिंदगी का आखिरी लकड़ी का घर और बनाऊंगा। चूंकि, वह मन में पहले ही रिटायर हो चुका था, इसलिए उसने बड़ी मुश्किलों से वह घर पूरा किया। लेकिन उस घर को देखकर कोई भी कह सकता था, यह किसी नौसिखिए ने बनाया है।

मालिक घर देखने आया और बोला– यह मेरी तरफ से तुम्हारे लिए तोहफा है अब कारपेंटर दुःखी हो गया। सोचने लगा – अगर यह घर मुझे ही मिलना था, तो मैं इसे दुनिया का सबसे शानदार घर बना सकता था।

सम्पादकीय

नर से नारायण बनने की यात्रा अब तक का परम लक्ष्य रहा है। परमात्मा ने हरेक मनुष्य में ऐसी पात्रता भर दी है कि वह अपनी निहित शक्तियों को जागृत करके नारायण बनने का सौभाग्य पा सकता है। यह सही है कि हरेक नर, नारायण नहीं बन सकता। पर वह नर तो है ही। नारायण बनने की प्रारंभिक सीढ़ी तो वह है ही। हम नारायण को न पहचान सकें, उन तक हमारी चेतना न पहुँच सकें तब भी हम नर को तो देखते ही हैं। किसी भी नर की सेवा नारायण की सेवा का ही स्वरूप है। किसी नर के द्वारा किसी नर की सेवा अध्यात्म पथ का प्रथम चरण है। जो चरण चल पड़ते हैं वे मंजिल तक पहुँचते ही हैं। इसलिए नर सेवा को नारायण सेवा ही माना गया है। नारायण सेवा का तो कोई निर्धारित विधान है। एक सधी हुई परम्परा है। पर नर सेवा के लिए तो न किसी परम्परा की आवश्यकता है। और न ही किसी विधि–विधान की। जो भी जरूरतमंद लगे उसकी किसी भी प्रकार की सेवा संभव है। यह सेवा बड़े पैमाने पर हो या लघु, दीर्घकालीन हो या तात्कालिक, प्रकट हो या अप्रकट, नियमित हो या अनियमित इससे कोई अंतर नहीं पड़ता है। नारायण सेवा से कल्याण होगा पर न जाने कब? किन्तु नर सेवा से तो तुरंत संतुष्टि व आत्मिक प्रसन्नता होती है। इसलिए नारायण सेवा न भी हो तो नर सेवा तो कर लें। नर सेवा भी नारायण तक ही पहुँचती है।

कुछ काव्यमय

नहीं भव्य परिकल्पना,
नहीं बड़ी है चाह।
मुझसे बस होती रहे,
पीड़ित की परवाह।।
मैं तो चाहूं जगत् में,
सुख की बहे बयार।
सेवा मेरे हाथ को,
दिया करो करतार।।
नारायण वर दो यही,
विकसे सेवाभाव।
सोते जगते रात दिन,
सेवा बने स्वभाव।।
निसि–वासर बढ़ती रहे,
पर सेवा की पीर।
सुख की वर्षा कर सकूं,
दुख के बादल चीर।।
नर नारायण एक हों,
ऐसा करूं प्रयास।
सेवा ही वह मार्ग है,
ये ही केवल आस।।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

खुशिया बांटना ही सुख है

हर आँख यहाँ,
यूँ तो बहुत रोती है।
हर बूंद मगर,
अश्क नहीं होती है।।
पर देखकर रो दे,
जो जमाने का गम।
उस आँख से आँसू,
गिरे वो मोती है।।

गोगुन्दा तहसील के ग्राम मोकेला का सर्वे किया जा रहा था–संस्था के साधकों द्वारा! टूटे–फूटे मकान का हुलिया। गारे व मिट्टी से बनी कच्ची ढही दीवारें, काँटों व घास से ढकी छत उस परिवार के अभावों का वर्णन कर रहे थे। घर के मुखिया का नाम था रूपा ! लगभग 10 वर्ष से अपने पांवों पर खड़ा नहीं हो पाया था –वह। लम्बी बीमारी, औषधि का अभाव एवं घर में गरीबी के कारण वह इतना दुबला हो गया कि उसकी पसलियाँ एवं हड्डियाँ ही दिखाई देती थी –शरीर पर !

राम–राम करके सर्वे का कार्य प्रारंभ किया गया ! पूछा गया क्या काम करते हैं आप लोग तथा कितना कमा लेते हैं? जवाब में रूपा जी बिल्कुल मौन व असहाय थे। प्रश्न दुबारा उठा तो मुँह से निकला दस बरस से कुछ भी नहीं कमाया है, मैंने। औरत बेचारी लकड़ियाँ बीन कर पहाड़ी से लाकर गोगुन्दा (10 कि.मी.) बेचकर आती है। 10–12 रुपये मिल जाता है जिससे चार बच्चों सहित मेरा पालन पोषण मुश्किल से करती है, और जब किसी दिन जंगल से लकड़ियाँ नहीं लेने दी जाती है उस दिन तो .....और कहते–कहते रो पड़े श्री रूपाजी ! उनकी वेदना थी कि माह में चार पाँच दिन तो ऐसे भी आते हैं जब दोनों समय भी चूल्हा नहीं जल पाता–उनके घर में!

श्री रूपा जी के दुःख से साथियों के दिल भी पिघल गये करुणा से! तत्काल उस घर में गेहूँ और अन्य सामग्री के लिए सहयोग का ठाना और संस्था वाहन को जसवन्त गढ़ गाँव भिजवाकर खाद्य सामग्री मँगवाई गई।

देखते ही देखते दृश्य बदल गया! आटा, तेल, नमक, दाल पाते ही बच्चे खुशी से उछल पड़े जैसे कुबेर का खजाना मिल गया हो–उन्हें ! मन की शान्ति, आत्मिक आनन्द एवं हर्ष की अनुभूति उस क्षण साधकों को हुई वह किसी खजाने से कम न थी! सभी को उस घर में खुशी बाँटने का जो सुख मिला उसे आज भी भुलाया नहीं जा सकता है.... आज भी वह दृश्य याद आता है तो मन में एक अनोखा–सा स्पन्दन होता है... हमने उस क्षण यही अनुभव किया था :

सदियों की इबादत से बेहतर है
वह एक लम्हा,
जो हमने बिताया है
किसी इंसान की खिदमत में!

– कैलाश 'मानव'

स्वयं की कमी

दूसरों की कमियाँ बताना और अपने गुणों की बड़ाई करना, यह मानवीय प्रवृत्ति है। दूसरों की कमियों तथा अपने गुणों को सभी बढ़–चढ़कर बताते हैं, परंतु होना इसके विपरीत चाहिए।

एक बार एक कुख्यात डकैत गुरु नानक देव के पास पहुँचा और बोला–मैं अपने आचरण और कृत्यों से बहुत दुःखी हूँ। मैं सुधरना चाहता हूँ। मुझे कुछ ज्ञान दीजिए, जिससे मेरी बुरी आदतें छूट जाएँ।

गुरु नानकदेव ने कहा – चोरी मत करना और झूठ मत बोलना। इन दो बातों को आचरण में ले आओ, तुम अच्छे व्यक्ति बन जाओगे।

कुछ दिनों पश्चात् वह डकैत वापस आया और गुरु नानकदेव जी से कहा – गुरुजी, मेरे लिए यह सम्भव नहीं है। चोरी न करूँ तो अपने परिवार का भरण–पोषण कैसे करूँ? चोरी करने वाला झूठ तो अवश्य बोलता ही है। ये दोनों ही उपाय तो मेरे लिए

असम्भव हैं। आप कोई अन्य ही उपाय बताइए।

गुरु नानकदेव जी ने कुछ सोच–विचार कर उसे एक अन्य उपाय बताते हुए कहा – तुम चोरी, डकैती, झूठ बोलना आदि जो भी कृत्य करना है, वह सब करो। परंतु रोज शाम को किसी चौराहे पर जाकर अपने दिनभर के कृत्यों को जोर–जोर से लोगों को बताना।

नानकदेव की बात सुनकर वह डकैत बोला–अरे ! यह तो बहुत आसान कार्य है। यह तो मैं अवश्य कर लूँगा। दूसरे दिन उसने चोरी की। तत्पश्चात् वह चौराहे पर गया, परंतु वह अपने कृत्यों के बारे में जनता को बताने का साहस नहीं जुटा पाया। वह आत्मग्लानि से भर गया तथा मन ही मन प्रायश्चित करने की सोचने लगा। अपने गलत कार्यों का मैं व्याख्यान करूँ, यह कैसे हो सकता है? वह दुःखी होकर सोचने लगा। अगले ही दिन वह गुरु नानकदेव जी के पास पहुँचा और नतमस्तक होकर बोला – गुरुजी, आपका ये वाला उपाय कारगर साबित हो गया। अब मेरे जीवन से चोरी, डकैती तथा झूठ बोलना आदि कृत्य जा चुके हैं। अब मैं सुधर गया हूँ तथा अत्यन्त प्रसन्न हूँ। स्वयं की कमियों को उजागर करना तथा दूसरों की अच्छाइयों की प्रशंसा करना ईश्वर की कृपा पाने का एक सरल उपाय है तथा यही व्यक्ति के व्यवहार में परिवर्तन लाने का भी जरिया है।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

(वरिष्ठ पत्रकार श्री सुरेश जी गोयल द्वारा लिखित–झीनी–झीनी रोशनी से)

भारतीय संसद के उच्च सदन राज्यसभा में राष्ट्रपति द्वारा कतिपय सदस्यों का मनोनयन किया जाता है। ये सेवा, शिक्षा, कला, खेल आदि क्षेत्रों में जुड़े लोग होते हैं। इनकी नियुक्ति प्रधानमंत्री की सलाह पर राष्ट्रपति करते हैं। प्रधानमंत्री कार्यालय से कैलाश के पास राज्यसभा में मनोनयन किये जाने के संकेत आये थे। कैलाश के लिये संसद तथा राज्यसभा जैसी संस्था बहुत बड़ी चीज थी। उसकी कभी राजनीति में रूचि नहीं रही थी। प्रस्ताव के समक्ष कैलाश ने स्वयं को बहुत अदना पाया, उसके मन में यही सोच उत्पन्न हुई कि उसे कुछ आता–जाता तो है नहीं, इतने बड़े संस्थान में वह जाकर क्या करेगा।

अपने आपको प्रस्ताव के सर्वथा अयोग्य पा उसने मना कर दिया। नारायण सेवा के कार्यो की भी व्यस्तता के कारण बनी। बाद में गहन मनन करने के बाद उसे अपनी भूल का अहसास हुआ मगर तक तक मनोनयन हो चुके थे। आज भी जब इस घटना का स्मरण होता है तो उसका मन पश्चाताप से भर उठता है।

2010 में हरिद्वार गया। वहां अखिल भारतीय अखाड़ा परिषद के अध्यक्ष स्वामी ज्ञानदास महाराज के सम्पर्क में आया। स्वामी ज्ञानदास उसे जानते थे। टी.वी. पर उसके कार्यक्रम देख, उसकी सेवाओं का परिचय प्राप्त कर वे बहुत प्रसन्न थे। महाराज ने उसे कहा– सेवा परमो धर्म है मगर धार्मिक कार्यो में भी कुछ पहल होनी चाहिये। कैलाश ने गायत्री शक्ति पीठ से जुड़े होने तथा रामायण पाठ, यज्ञादि कराने की गतिविधियों के बारे में जानकारी देते हुए कैलाश ने महाराज को उदयपुर आने का निमन्त्रण दिया। **अंश-234**

मैथी दाना – स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद है

मैथी दाना का स्वाद कड़वा होता है लेकिन यह औषधि का काम करता है। इसमें कैरोटीन, कॉपर, जिंक, सोडियम, फोलिक एसिड व मैग्नीशियम पाया जाता है। इसमें एंटी बैक्टीरियल तत्व होते हैं जो बीमारियों से बचाते हैं।

डायबिटीज : मैथी दाना रात में भिगोकर सुबह खाली पेट चबाकर खाएं। बचे पानी को खाली पेट पीने से डायबिटीज नियंत्रित रहती है। गेलेक्टोमैनन फाइबर खून में ग्लूकोज के अवशोषण को कम करता है। शरीर का ब्लड शुगर लेवल नियंत्रित होता है।

एसिडिटी : एसिडिटी हो तो एक गिलास मैथी का पानी नियमित सुबह खाली पेट पिएं। अपच, जलन में भी आराम मिलता है।

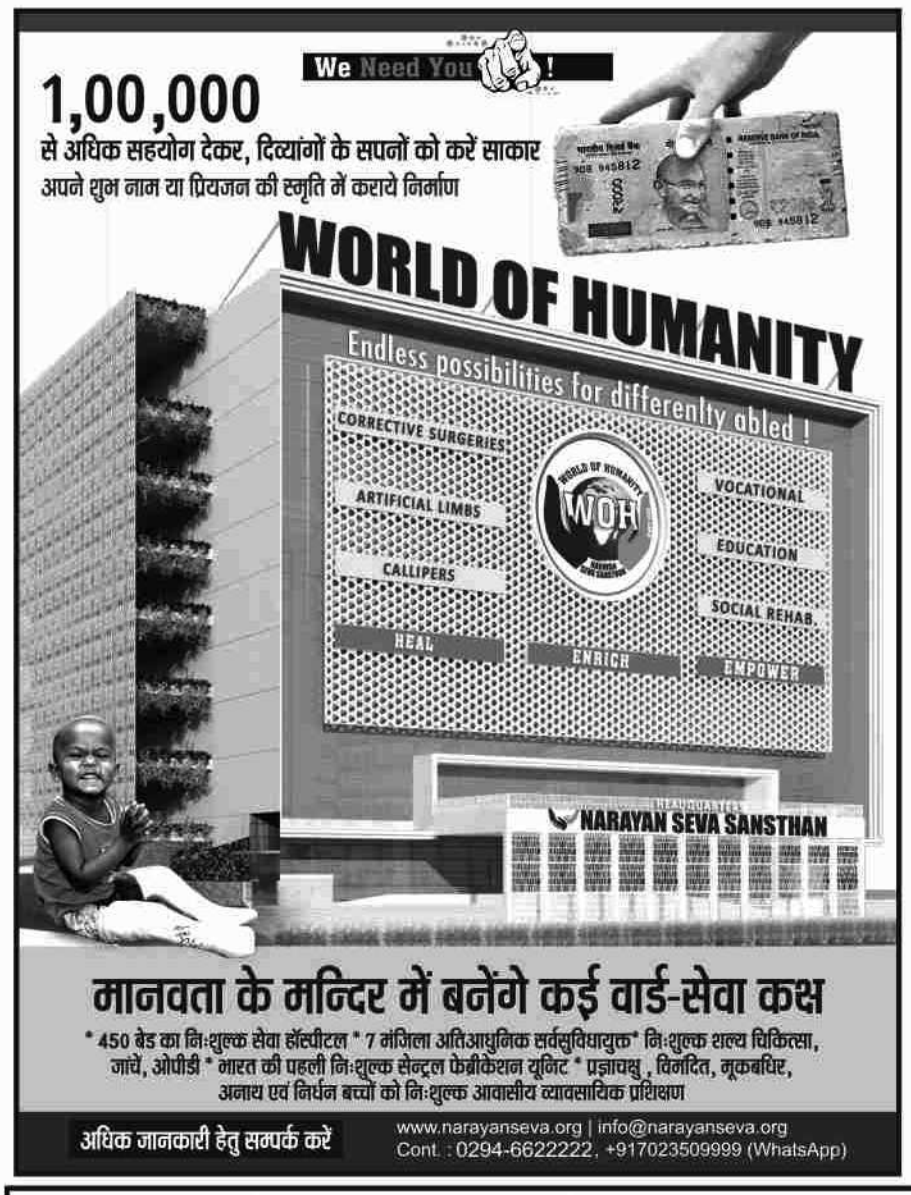
सर्दी–जुकाम : मैथी में एंटी बैक्टीरियल तत्व सर्दी–जुकाम, वायरल बुखार से बचाते हैं। शरीर में मौजूद बैक्टीरिया को खत्म करता है।

मोटापा : मैथी में फाइबर की प्रचुर मात्रा होने से देर तक भूख नहीं लगती है। पेट भरा रहता है। इससे भूख नहीं लगती है और वजन कम होता है।

अनुभव अमृतम्

पिताजी नहीं, हरि तो हरि है। और हिरणकश्यप प्रह्लाद जी को खींचने लगता है। जिनके समाज के मुखिया जिनका कंधे पर प्रह्लाद जी पीछे की तरफ आते हैं। प्रह्लाद जी को वापस कुर्सी पर बिठाते हैं। 5–10 मुखिया जी हमारे आदरणीय कजौड़ीमल जी दादाजी। कजौड़ीमल जी के पिताजी दो भाई एक भाई किशन लाल जी मेरे परम् पूज्य दादाजी साहब ने जन्म लिया। एक भाई साहब कजौड़ीमल जी ने जन्म लिया। कजौड़ीमल जी दादाजी आते हैं प्रह्लाद को ले जाते हैं कन्धे पर। फिर उनके सुपुत्र भगवती लाल जी आते हैं। आशाराम जी अग्रवाल फतेहनगर वाले वो पधारते हैं। गोवर्धन लाल जी वो पधारते हैं। गणेश लाल जी अग्रवाल साहब। ऐसा होता 10–20 बार प्रह्लाद जी गये। हिरणकश्यप मारने दौड़ा प्रहलाद जी बैठ गये, और समय आ गया नृसिंह भगवान के प्रकट का। नृसिंह भगवान बाहर पधार रहे हैं। बहुत क्रोधित है। बहुत हाथ–पैर ऊँचे कर रहे हैं और गेट के पास एक परदा रंगीन कागज का चिपकाया हुआ है, नृसिंह भगवान हाथ इतना जोर से लगाते है उस कागज के परदे को फाड़ कर दौड़ पड़ते हैं। हिरणयकश्यप बावड़ी देख उधर हो जाता है फिर एक दूसरे हिरणकश्यप के पुतले का वध होता है। उसको चीर देते है। प्रह्लाद जी को अपने गोद में उठा लेते हैं। भक्त लोग जय–जयकार करते हैं। नृसिंह भगवान प्रकट 24 अवतारों में महान् अवतार नृसिंह भगवान हिरण्यकश्यप के पुतले को कहते है देख तूंने कहा था। मैं ना दिन को मरुंगा, ना रात को मरुंगा। अभी संध्या का समय है तूंने कहा था मैं बाहर नहीं मरुंगा, अन्दर नहीं मरुंगा ये दहलीज का स्थान है, तूंने कहा था मैं नर से नहीं मरुंगा ना पशु से मरुंगा देख मेरा शरीर में नर हूँ ना पशु हूँ। आधा नर हूँ आधा पशु हूँ। नृसिंह हूँ– मैं। लाला–भैया पुण्यशाली मैं कैलाश।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 114 (कैलाश 'मानव')



अपने बैंक खाते से संस्थान के बैंक खाते में जमा करें - अपना दान

आप अपना दान सहयोग नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर के नाम से संस्थान के बैंक खातों में सीधे भी जमा करवाकर PAY IN SLIP भेजकर सूचित कर सकते हैं, जिससे दान प्राप्ति रसीद आपको भेजी जा सके।

संस्थान पेन कार्ड नम्बर AAATN4183F, टेन नम्बर JDHN01027F

Bank Name	Branch Address	RTGS/NEFT Code	Account
State Bank of India	H.M.Sector-4	SBIN0011406	31505501196
ICICI Bank	Madhuban	ICIC0000045	004501000829
Punjab National Bank	KalajiGoraji	PUNB0297300	2973000100029801
Union Bank of India	Udaipur Main	UBIN0531014	310102050000148

संस्थान को दिया गया दान-सहयोग आयकर अधिनियम 1961 की धारा 80G के अन्तर्गत 50 प्रतिशत नियमानुसार छूट के योग्य है।

'मन के जीते जीत सदा' दैनिक समाचार-पत्र अब ऑनलाईन साईट पर भी उपलब्ध है
www.narayanseva.org, www.mannkijeet.com
: kailashmanav

मन के जीते जीत सदा (दैनिक समाचार-पत्र) प्रकाशक : कैलाश चन्द्र अग्रवाल स्वामित्व : नारायण सेवा संस्थान प्रकाशन स्थल : सेवाधाम, सेवानगर, हिरण मगरी, से. 4, उदयपुर (राज.) 313002
मुद्रक : न्यूट्रेक ऑफसेट प्रिंटर्स, 13, भोपा मगरी, बी.एस.एन.एल. एक्सचेंज के पास, हिरण मगरी, सेक्टर - 3 उदयपुर (राज.) के लिए नारायण प्रिंटिंग प्रेस, सेवा महातीर्थ, लियो का गुडा, उदयपुर
• सम्पादक : लक्ष्मीलाल गाडरी, मो. 8278607811, 9119398965 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. RAJHIN/2014/59353 • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023