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

दैनिक समाचार–पत्र

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

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 10 • अंक-2644 • उदयपुर, मंगलवार 22 मार्च, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

बीदर (कर्नाटक), दिव्यांग जाँच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर

दिव्यांगजनों को समाज की मूलधारा में लाने तथा उन्हें सकलांग बनाने के लिए नारायण सेवा संस्थान जाँच, उपकरण वितरण, कृत्रिम अंग माप व वितरण तथा ऑपरेशन का काम सतत् कर रहा है।

ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 6 फरवरी 2022 को पन्नालाल हिरालाल शिशण संस्था में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता श्री भगवत जी खुबा माननीय मंत्री भारत सरकार रहे। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 37, कृत्रिम अंग वितरण 24, कैलिपर माप वितरण 09, बचे हुए कृत्रिम अंग 03, बचे हुए केलीपर 02 की सेवा हुई। उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् राजकुमार जी अग्रवाल (अध्यक्ष अग्रवाल समाज), अध्यक्षता श्रीमान् नागराज जी करपुर (इंजीनियर), विशिष्ट अतिथि श्रीमान् अमर जी हिरेमत (सहायक केन्द्रीय मंत्री), श्री ब्रिजकिशोर जी मालाली (मंत्री, संस्था), श्रीमान् पुनीत जी बलवीर (गुरुद्वारा समिति सदस्य) रहे।

शिविर टीम में श्री हरिप्रदसाद जी (शिविर प्रभारी), श्री गोपाल जी गोस्वामी (सहायक), श्री किशन जी सुथार पटेल (टेक्नीशियन) ने भी सेवायें दी।

सहजादपुर, अम्बाला (हरियाणा), दिव्यांग जाँच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर

नारायण सेवा संस्थान आप सभी की शुभकामनाओं व सहयोग से विश्वभर में दिव्यांग सहायता व सेवा के लिये जानी जा रही है। देश–विदेश में समय–समय पर शिविर लगाकर कृत्रिम अंगों का वितरण जारी है।

दिव्यांगजनों को समाज की मूलधारा में लाने तथा उन्हें सकलांग बनाने के लिए नारायण सेवा संस्थान जाँच, उपकरण वितरण, कृत्रिम अंग माप व वितरण तथा ऑपरेशन का काम सतत् कर रहा है।

ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 13 फरवरी 2022 को सुन्दरी माता मंदिर प्रांगण, सहजादपुर ,जिला अम्बाला (हरियाणा) में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता सीताराम नाम बैंक रहा। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 41, कृत्रिम अंग माप 24, कैलिपर माप 03, की सेवा हुई तथा 05 का ऑपरेशन हेतु चयन किया गया।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् अजीत कुमार जी शास्त्री (अध्यक्ष सीताराम नाम बैंक), अध्यक्षता श्रीमान् मुकुट बिहारी जी कपूर (समाज सेवी), विशिष्ट अतिथि श्रीमान् अंकुश जी गोयल, श्रीमान् अंशुल जी शास्त्री (समाज सेवी) रहे। डॉ. राकेश जी (ऑर्थोपेडिक सर्जन), श्री नरेश जी वैश्णव (टेक्नीशियन), शिविर टीम में श्री अखिलेश जी अग्निहोत्री (शिविर प्रभारी), श्री कपिल जी व्यास (शिविर सहायक), श्री प्रवीण जी यादव (फोटोग्राफर एण्ड विडियोग्राफर), श्री राकेश जी (आश्रम प्रभारी) ने भी सेवायें दी।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

शिविर (कैम्प)
दिनांक : 27 मार्च, 2022
विशाल नि:शुल्क दिव्यांग जांच,
ऑपरेशन चयन एवं
कृत्रिम अंग (हाथ-पांव) माप शिविर

स्थान
दिशा सेन्टर, एस.यू.एम.आई स्कूल के पास, के.डी प्रधान रोड़, कलींपोंग, बंगाल
जे.जे. फार्म, केराना रोड़, शामली, उत्तरप्रदेश
अन्ध कल्याण केन्द्र, डॉ. नीलकन्ठ राय छत्रपति मार्ग, पीक सीटी के पास, अहमदाबाद, गुजरात

शिविर में आपश्री सादर आमंत्रित है एवं अपने क्षेत्र में
जो दिव्यांग भाई बहन है उन तक अधिक से अधिक सूचना देवें।

+91 7023509999
+91 2946622222
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

पू. कैलाश जी 'मानव'
'सेवक' प्रशान्त शैया

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

स्नेह मिलन समारोह
दिनांक : 27 मार्च, 2022
समय : प्रातः 11.00 बजे से

स्थान
बावड़ी धर्मशाला , जालंधर केन्ट, जालंधर पंजाब
डॉ. राजेन्द्र प्रसाद भोजपुरी, इमरीपारा, पुराना बस स्टेण्ड के पास, बिलासपुर, छत्तीसगढ़
श्री वर्धमान स्थानकवासी जैन शावक संघ, पारेख लेन कार्नर, एस.वी. रोड, कांदीवली, मुम्बई

इसस्नेह मिलन समारोह में आपश्री सादर आमंत्रित है एवं अपने क्षेत्र में
जो दिव्यांग भाई बहन है उन तक अधिक से अधिक सूचना देवें।

+91 7023509999
+91 2946622222
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

पू. कैलाश जी 'मानव'
'सेवक' प्रशान्त शैया

पुणे (महाराष्ट्र), दिव्यांग जाँच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर

दिव्यांगजनों को समाज की मूलधारा में लाने तथा उन्हें सकलांग बनाने के लिए नारायण सेवा संस्थान जाँच, उपकरण वितरण, कृत्रिम अंग माप व वितरण तथा ऑपरेशन का काम सतत् कर रहा है।

ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 14 फरवरी 2022 को अंकुश राव लांगडे नाट्य सभागृह भोंसरी रोटरी में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता क्लब डायनोमिक भोंसरी राजगुरुनगर रहे। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 42, कृत्रिम अंग वितरण 27, कैलिपर माप वितरण 10 की सेवा हुई।

अजीत जी वालुंज (अध्यक्ष, रोटरी क्लब ऑफ राजगुरुनगर) रहे।

शिविर टीम में श्री मुकेश जी (शिविर प्रभारी), श्री सुरेन्द्र सिंह जी झाला (आश्रम प्रभारी पुणे), श्री भरत जी भट्ट , श्री देवीलाल जी मीणा, श्री हरीश जी रावत (सहायक), भगवती जी पटेल (टेक्नीशियन) ने भी सेवायें दी।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् महेश दादा लांगडे (विधायक, भोंसरी), अध्यक्षता श्रीमान् प्रशान्त जी देशमुख (माजी प्रांत डिस्ट्रीक), विशिष्ट अतिथि श्रीमान् नितिन जी लांगडे (नगर सेवक, भोंसरी), श्रीमान् अशोक जी पंगारिया (रोटरी क्लब डायनामिक अध्यक्ष, भोंसरी), श्रीमान्

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

मणिप्रभा जी महाराज साहब बात करते थे कि एक जगह मैं गयी एक सेठ साहब ने बोला मेरे यहाँ भोजन करवाने गोचरी लेने के लिए पधारो, तो मैं गयी तो नौ मंजिल की बिल्डिंग थी। दस–दस बाहर कारें खड़ी थी। और नीचे ग्राउन्ड़ फ्लोर पर कोई हिल रहा था। मैंने उनके नौकर को पूछा अरे ! ये क्या हिल रहा है ? के सेठ साहब की माता है लकवा हो गया। अरे! उनको पलंग भी नसीब नहीं किया। उनको नीचे सुला रखा है, और उनके पास कोई सेवा करने वाला भी नहीं है। सेठ मैं तेरे यहाँ गोचरी नहीं लूंगी। सेठ तूं धर्म पर नहीं चल रहा है। सेठ लक्ष्मी जी ने तो तेरे यहाँ निवास कर लिया है। लक्ष्मी जी कभी भी रुठ सकती है क्योंकि जहाँ माता–पिता का अपमान होता है जहाँ माता–पिता बुर्जुर्गो की इज्जत नहीं होती वहाँ लक्ष्मी जी स्थायी रुप से निवास नहीं करती। हमने तो कईयों को देखा है। एक बार मैंने मणिप्रभा जी महाराज साहब से पूछा महाराज सा. आपने तो दीक्षा ले ली। आप तो विलक्षणा जी की शिश्या है। विलक्षणा जी की जीवनी मणिप्रभा जी महाराज ने लिखी थी। व्याधि में समाधि उनको विलक्षणा श्रीजी को कैंसर हो गया था। पर कैंसर की पीड़ा के बावजूद वो एकाग्रता में स्थिर रही, एकाग्रता में रही। मणिप्रभा जी महाराज साहब को मैंने पूछा आपने तो दीक्षा ले ली। आपको कैसे विदित ? बोले हम चातुर्मास में तो एक जगह रहते है मानव जी बाकी 8 महिने तो विहार करते हैं। घरों में रुकते हैं, और घरों पर रुकते है तो वहाँ की दशाएं देखते हैं। उन सेठ साहब का जीवन बदला उन सेठ साहब को मणिप्रभा जी महाराज साहब ने स्वयं धर्म का सही अर्थ समझाया। धर्म है अपने माता–पिता की सेवा करना, धर्म है अपने दादी जी–दादाजी को राजी रखना, धर्म है अपने बुर्जुर्गों को प्रसन्न रखना, धर्म है अपने बच्चों को शिक्षित और संस्कारित करना, धर्म है समाज सेवा में अपने धन का 10 परसेन्ट कम से कम दान करना, धर्म है 24 घंटों में 1 घंटा गरीबों के हित में काम करना।

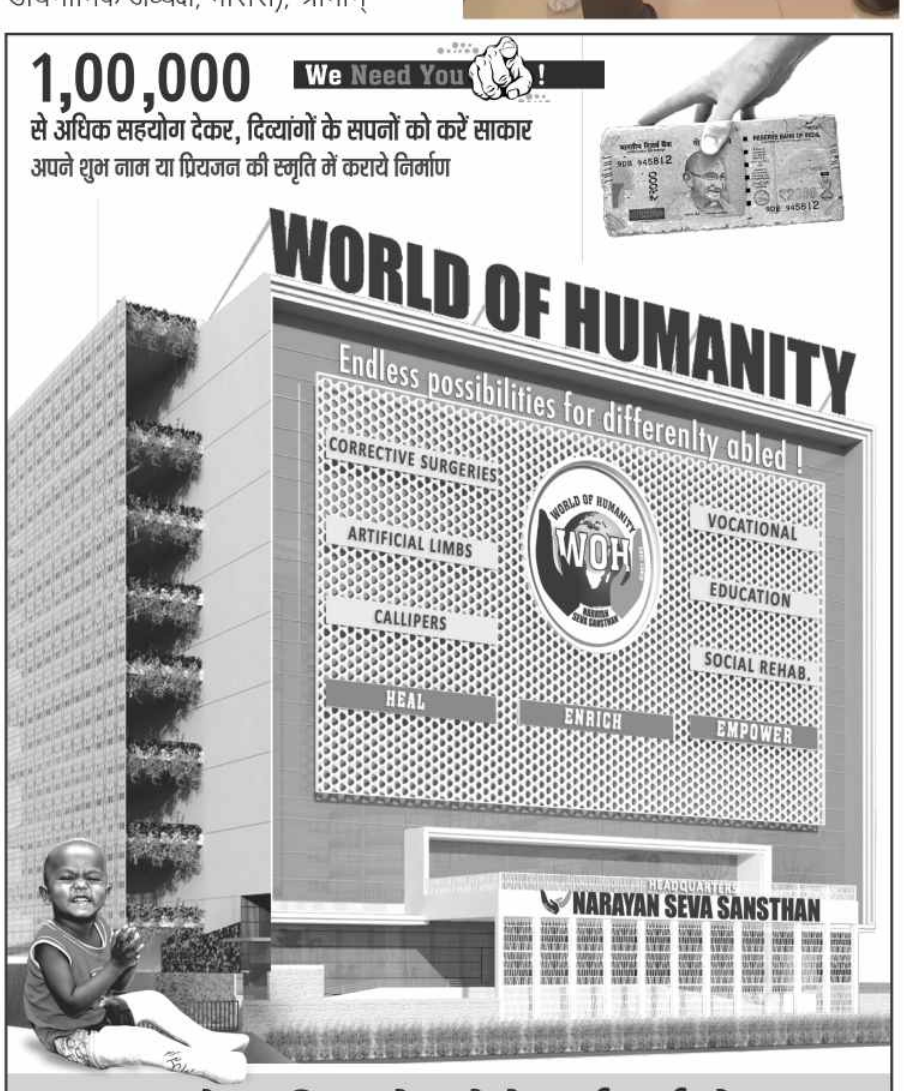
परहित बस जिनके मनमाही।
तां कहुं जग दुर्लभ कछु नाही।।

संत की महिमा

तुर्किस्तान और ईरान के बीच कई सालों से लड़ाई चलती चली आ रही थी। तुर्किस्तान को बार–बार हार का मुंह देखना पड़ रहा था। किन्तु एक दिन संयोगवश ईरान के प्रसिद्ध सन्त पुरुष अत्तारी साहब तुर्कों के हाथ में पड़ गये। तुर्क तो ईरानियों से खार खाये हुए ही थे। इसलिए वे अत्तारी साहब को मार डालने के लिए तैयार हो गये।

ईरान के कुछ लोगों को इसका पता चला। इस पर एक भले धनवान पुरुष ने अत्तारी साहब के वजन के बराबर हीरे देने की तैयारी दिखाई और मांग की कि सन्त पुरुष को छोड़ दिया जाय, लेकिन तुर्क नहीं माने। जब ईरान के बादशाह को इस बात की खबर लगी तो वे खुद तुर्किस्तान के सुलतान के सामने हाजिर हुए और बोले, "मेरे राज्य के लिए आपकी न जाने कितनी पीढ़ियां हमसे लड़ती आ रही हैं, फिर भी आप हमसे हमारा राज्य छीन नहीं सके हैं, लेकिन आज मैं आपसे यह कहने आया हूं कि आप हमसे राज्य ले लीजिए और हमारे अत्तारी साहब को हमें वापस सौंप दीजिये। धन नाशवान है, राज्य भी नाशवान है; किन्तु सन्त तो सदा अमर हैं। अत्तारी साहब को खोकर ईरान कलंकित नहीं होना चाहता।"

1,00,000 We Need You !
से अधिक सहयोग देकर, दिव्यांगों के सपनों को करें साकार
अपने शुभ नाम या प्रियजन की स्मृति में कराये निर्माण



मानवता के मन्दिर में बनेंगे कई वार्ड-सेवा कक्ष
* 450 बेड का निःशुल्क सेवा हॉस्पीटल * 7 मंजिला अतिआधुनिक सर्वसुविधायुक्त* निःशुल्क शल्य चिकित्सा, जांचें, ओपीडी * भारत की पहली निःशुल्क सेन्ट्रल फेब्रीकेशन यूनिट * प्रज्ञाचक्षु , विमंदित, मूकबधिर, अनाथ एवं निर्धन बच्चों को निःशुल्क आवासीय व्यावसायिक प्रशिक्षण
अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क करें
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org
Cont. : 0294-6622222 , +917023509999 (WhatsApp)

सम्पादकीय

अर्जन और विसर्जन ही किसी भी प्रकार की सम्पदा का संतुलन है। केवल अर्जन ही अर्जन स्वार्थ की श्रेणी में आता है। केवल विसर्जन ही विसर्जन असंभाव्य की श्रेणी में आता है। वस्तुतः पूरी प्रामाणिकता से अर्जन हो, आवश्यकता के आधार पर उपभोग हो तथा शेष का सद्कार्यों के लिए विसर्जन हो तो वह सम्पत्ति का सम्पक् उपयोग है। पूर्वकाल के शास्त्र कहते हैं कि धन की तीन गतियां हैं – दान, भोग व नाश। परन्तु अब जो धन आ रहा है उसका उचित दान व उचित भोग नहीं किया तो केवल धन का नाश नहीं होता वह अदानी व अतिभोक्ता का भी नाश कर देता है। क्योंकि पहले धन केवल श्रम से ही आता था, अब बुद्धि, श्रम तथा कभी–कभी भाग्य से भी आता है, अतः वर्तमान में उसका समुचित अंश परोपकार में लगाने से ही उसकी शुद्धि संभव है।

कुछ काव्यमय

जो सेवा पथ पर चले, लेकर करुणा भाव।
उसके जीवन में कभी, आवे ना बिखराव।।
यह तो पथ है भक्ति का, सेवा करियो दीन।
प्रभु प्रसन्न उस पे सदा, जो सेवा में लीन।
ईंश्वर ने संसार में, साधन रचे अपार।
पर साधन सक्षम वही, जिससे हो उपकार।।
प्रभु तेरे वरदान से, जो समर्थ हैं आज।
सेवा करते दीन की, तो तेरा ही काज।।
पाया पर खर्चा नहीं, नहीं बाँटा प्रसाद।
प्रभु खुद उसको भूलते, कौन रखेगा याद।।

मन, शरीर की गाड़ी का ब्रेक

मन द्वारा ईश्वर को प्राप्त नहीं किया जा सकता, अलबत्ता ईश्वर के द्वार तक पहुंचा जरूर जा सकता है।

एक शिष्य अपने गुरु के पास जाकर अत्यन्त विनीत भाव से बोला–गुरुदेव! आप मुझे ऐसा मंत्र दें, ताकि देवता मेरे वश में हो जाएं। गुरु ने कहा–जरूर दूंगा, पर पहले यह बताओ कि क्या तुम्हारे घर में नौकर–चाकर हैं? शिष्य ने कहा–'हाँ', दो–पांच हैं। गुरु ने फिर पूछा–क्या वे तुम्हारी आज्ञाओं का अक्षरशः पालन करते हैं? वह बोला–सब कामचोर हैं। काम न करने का बस बहाना ढूंढते रहते हैं। क्या परिवार तुम्हारे वश में है? नहीं, सब अपना स्वार्थ साधते हैं। तुम्हारी पत्नी तो तुम्हारे वश में है? कहां, गुरुदेव ! कल ही मैंने उसे कहा था कि –पीहर जाना है तो दो–चार दिन बाद जाना, पर वह तो तत्काल चल पड़ी। गुरु ने फिर कहा–चलो, सबको जाने दो। मुझे यह बताओ कि तुम्हारा मन तो तुम्हारे वश में होगा ही? नहीं गुरुदेव! मन वश में कहां है। यह तो बड़ा चंचल है। एक जगह स्थिर ही नहीं रहता। गुरु ने कहा–अरे भाई! जब नौकर–चाकर, परिवार, पत्नी और तेरा मन भी तेरे वश में नहीं है तो देवता तुम्हारे वश में कैसे होंगे? सबसे पहले अपने मन को साधो, वश में करो। मन जिसके वश में हो जाता है, देवता भी उसे नमन करते हैं।

बन्धुओं! मन भी एक अस्त्र की तरह है। जिसने इसका सदुपयोग किया, उसे यह सही दिशा की ओर अग्रसर करेगा और गलत उपयोग पर भ्रमित कर जीवन को बर्बाद कर देगा। मन एक ब्रेक की तरह है। यदि गाड़ी गलत दिशा में जा रही है तो वह तत्काल उसे रोक देता है। यदि ब्रेक फैल हो गया तो गाड़ी गलत दिशा में टकराकर नष्ट हो जाती है। वहां यही स्थिति मन की है। मन यदि सही दिशा में चलता है तो वह वहां तक पहुंचा सकता है, जहां से आनंद–गंगा की धारा प्रवाहित होती है। मन द्वारा ईश्वर को प्राप्त नहीं किया जा सकता, अलबत्ता ईश्वर के द्वार तक पहुंचा जरूर जा सकता है। ठीक वैसे ही, जैसे हम गंगा के किनारे तो पहुंच जाएं, लेकिन गंगा में अवगाहन के लिए किनारा छोड़ना ही पड़ता है। जैसा मैंने कहा कि मन हमारा बड़ा अस्त्र है। यह मानव को आलोक और अंधकार दोनों ओर मोड़ सकता है। वह शत्रु भी बन सकता है ओर मित्र भी। यह मनुष्य पर निर्भर करता है कि वह इसका उपयोग किस तरह करें। मन पर यदि हमारा वश है तो वह निश्चित रूप से सही दिशा में गमन करेगा। सही दिशा में यह अग्रसर हो, इसके लिए हमें योग और संयम का अनुसरण करना होगा। इससे जागृत हुई चेतना मन की साक्षी बन जाती है और मन चेतना के संकेतों पर चलने लगता है। यदि मन की दिशा सही है तो हमें सामने ही आनंद का द्वार दिखाई पड़ेगा। यदि दिशा गलत है तो सिवाय मुसीबतों के कुछ भी हासिल नहीं होगा। जो मन से हार जाता है या उसकी दासता को स्वीकार कर लेता है, वह विषय भोगों की ओर बढ़कर जीवन को नष्ट कर बैठता है। जिसने मन को जीत लिया, उसने जीवन के सत्य को पा लिया।

सच्चे और अच्छे व्यक्तियों का संग करें, मन को समर्थ संकल्प में स्थित रखें, उसे विपरीत न जाने दें। व्यर्थ देखना सुनना और सोचना सिर्फ समय गंवाना है, कुल मिलाकर संयम से ही मन वश में हो पायेगा। – **कैलाश 'मानव'**

मोक्ष का मार्ग

जीवन में अनेक बार ऐसी परिस्थितियाँ पैदा हो जाती हैं, जो व्यक्ति के समक्ष उलझनें पैदा कर देती हैं। जहाँ एक ही समस्या के लिए दो हल और दोनों ही एक–दूसरे के विरुद्ध होते हैं, सही साबित होते हैं। लेकिन दोनों ही हलों की उपयुक्कता व्यक्ति, समय, स्थान और परिस्थिति पर निर्भर करती है।

एक जिज्ञासु व्यक्ति एक संत के पास गया और पूछा–हे महात्मन् ! क्या गृहस्थ जीवन में रहकर भी मोक्ष प्राप्ति की जा सकती है?

संत ने उत्तर दिया – हाँ, निश्चित रूप से गृहस्थ जीवन में रहकर भी मोक्ष पाया जा सकता है। महाराज जनक के पास बहुत वैभव था, लेकिन फिर भी उन्होंने मोक्ष पाया।

वह व्यक्ति संत द्वारा दिए गए उत्तर से संतुष्ट होकर वहाँ से चला गया। उसके जाने के पश्चात् वहाँ एक दूसरा जिज्ञासु व्यक्ति आया और उसने संत से पूछा –क्या गृहस्थ जीवन त्याग और वन में जाकर तपस्या करके मोक्ष पाया जा सकता है?

संत ने उत्तर दिया –हाँ, गृहस्थ जीवन को त्यागने के पश्चात् वन में जाकर तपस्या करके मोक्ष पाया जा सकता है।

जिज्ञासु ने पूछा –कैसे? तब संत ने बताया कि दुनिया में भक्त ध्रुव तथा महात्मा बुद्ध जैसे बहुत से ऐसे सिद्ध पुरुष हुए हैं, जो यदि वन में नहीं जाते तो उन्हें मोक्ष प्राप्त नहीं होता। एक शिष्य जो संत की बातों को सुन रहा था, उसे दूसरे जिज्ञासु के जाने के पश्चात् बहुत आश्चर्य हुआ और उसने कौतुहलवश संत से पूछा–गुरुदेव, आपने एक ही प्रश्न के भिन्न–भिन्न उत्तर और वो भी एक–दूसरे के विरोधाभासी, कैसे दिये? संत ने समझाया–पहला जो व्यक्ति आया था, वह गृहस्थ जीवन में रहकर भी मोक्ष पाने की साधना कर सकता था, इसीलिए मैंने उसे बताया कि राजा जनक ने जैसे वैभव में रहकर भी मोक्ष प्राप्त किया, ठीक वैसे ही गृहस्थ जीवन में रहकर मोक्ष प्राप्त किया जा सकता है, क्योंकि उस जिज्ञासु में गृहस्थ रहकर भी मोक्ष पाने की साधना करने की क्षमता थी, लेकिन दूसरा जिज्ञासु जो आया वह गृहस्थ जीवन बसाकर मोक्ष प्राप्ति की साधना नहीं कर सकता था, इसीलिए मैंने उसे महात्मा बुद्ध वाला उदाहरण दिया।

इस प्रकार एक ही प्रश्न के दो विरोधाभासी उत्तर हो सकते हैं, लेकिन यह निर्भर करता है देश–काल– परिस्थिति और व्यक्ति पर। कभी–कभी एक बड़ा झूठ सौ सच से बड़ा हो जाता है तो कभी–कभी एक बड़ा सच सौ झूठ से भी बड़ा हो जाता है। कई बार प्रेम करना गुनाह हो जाता है तो कई बार क्रोध करना भी आवश्यक हो जाता है। कई बार धर्म करना अधर्म हो जाता है और कई बार अधर्म करना भी धर्म हो जाता है। ये समस्त बातें व्यक्ति विशेष और देश– काल– परिस्थिति पर निर्भर करती हैं।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

इस बीच तेल तथा शक्कर से लदी ट्रकें पहुंच गई। सामान उतरवा कर सुरक्षित तरीके से गोदामों में रखवा दिया गया। अब तो इनका सत्तू बनाना और बांटना ही शेष रह गया था। बनाने का कार्य तो यहीं करना था मगर बांटने तो गांवों में जाना था, पैसे वालों को देना नहीं था, गरीबों तक ही पहुंचे यही उद्देश्य था। मफत काका भी यही चाहते थे और राजमल व स्वयं कैलाश भी यही चाहता था। इसके लिये एक बार गांव में जाकर सर्वे करना तय किया। हर गांव में सरपंच होते ही हैं। कैलाश ने इस बीच कुछ स्वयंसेवी साथी भी जुटा लिये थे। उन्हें साथ लेकर वह गांव पहुंचा, सरपंच से मिला। सरपंच ने जब निःशुल्क सत्तू वितरण की योजना सुनी तो बहुत प्रसन्न हो गया। आखिर उसका गांव और उसके लोग ही तो लाभान्वित हो रहे थे। वह उत्साहपूर्वक इन्हें साथ लेकर गांव के गरीब और वंचितों की झोपड़ियों में ले गया। गरीबों की स्थिति अत्यन्त दयनीय थी, कैलाश इनकी दशा देखकर विचलित हो गया, इससे उसका संकल्प और दृढ़ हो गया, उसके मन में एक संतोष का भाव उत्पन्न हो गया कि इन वंचितों हेतु वह कुछ कर रहा है। पूरे गांव का मोटा मोटा अनुमान लेने के बाद रविवार को सत्तू लेकर आने की सबको सूचना दी और वापस लौट आये। साधनों की भाईसा के पास कमी नहीं थी, कमी थी तो कार्यकर्ताओं की, वह कैलाश ने जुटा लिये। अब एक बड़ी सी चूल्ह खोदी गई, इस पर उतना ही बड़ा कड़ाह चढ़ाया गया। बड़े बड़े खुरपे जुटाये गये। कड़ाह में 10 किलो तेल उंडेल दिया। तेल अच्छा उबल गया तो उसमें 30 किलो आटा डाल लिया। पर्याप्त मात्रा में गेहूं पहले ही पिसवा कर रख लिया था। अब खुरपों से आटे को तेल के साथ एकमेक कर दिया। ज्यूं ही आटा सिकने लगा उसे खुरपों से तब तक हिलाते रहे जब तक पूरी तरह सिक कर लाल नहीं हो गया। चूल्ह के पास ही बड़े बड़े पतरे बिछा दिये गये थे। गर्म गर्म सत्तू इन्हीं पर डाल दिया गया। 15–20 मिनट बाद, सत्तू के गर्म रहते रहते ही उसमें 20 किलो भाक्कर मिला दी। इस तरह एक खेप में 60 किलो आहार बन कर तैयार हो गया।

अंश - 041

विटामिन और कैल्शियम से दूर होगा गर्दन का दर्द

गर्दन में होने वाले दर्द को आमतौर पर लोग नजरअंदाज करते हैं लेकिन कई बार वह दर्द गंभीर होने पर पूरे जीवनशैली को प्रभावित कर देता है। पिछले कई सालों से सवाईकल स्पॉडिंलाइसिस के रोगियों की सख्या में लगातार वृद्धि हो रही है।

डॉ. आरपी जायसवाल बताते हैं कि गर्दन की तकलीफ को फौरन मेडिसन और फिजियोथेरेपी की मदद से दूर कराने की कोशिश करनी चाहिए। लेटलतीफी से परेशानी बढ़ सकती है। इसक अलावा खाने में कैल्शियम और विटामिन डी की मात्रा अधिक लेनी चाहिए।

इन बातों का रखें ख्याल तो कम होगी परेशानी

- पूरी नींद नहीं लेना, ऊंचे तकिया पर सोना, लेटकर पढ़ना, टीवी देखना और घंटों कंप्यूटर पर काम करने से बढ़ता है स्पॉडिंलाइसिस।
- लंबे समय से निरतंर गाड़ियों का परिचालन करते रहने से गर्दन की समस्या बढ़ रही है।
- गलत ढंग से शारीरिक श्रम करना, अधिक बोझ उठाने से भी परेशानी आती है।
- दुर्घटना के दौरान गंभीर चोट या हड्डियों में खराबी आने से स्पांडिलाइसिस की बीमारी बढ़ती है।
- खाने में कैल्शियम और विटामिन डी का सेवन करने से गर्दन के रोग की समस्या दूर होती है।

(यह जानकारी विविध स्रोतों से प्राप्त है कृपया चिकित्सक से सलाह अवश्य लें।)

अनुभव अमृतम्

आदरणीय दीक्षित साहब सेन्ट्रल स्कूल के प्रिंसिपल साहब प्रशांत और मैं गया था एकलिंगगढ़ में, उनकी कुर्सी के सामने बैठे थे, पीछे एक बैनर था, उस पर लिखा था– आपका समय बहुत कीमती है। उनके सामने बैठे व्यक्ति के पढ़ने में आ जाता था, समझ जाता था, कोई भी काम को जल्दी पूरा करना है। आपका समय बहुत कीमती है। दीक्षित साहब की पत्नी संगीत की प्रोफेसर साहिबा, उनको कभी प्रणाम करेंगे।

राधेश्याम भाईसाहब को एक बार दीक्षित साहब से मिलाया, पंचवटी के एक मंदिर में गये थे, तभी नारायण सेवा की बात आयी। कहाँ से कहाँ कड़ियाँ जुड़ती हैं। ज्वार तीन तीन बार तीन ट्रक ज्वार आया। एक ट्रक में 360 बोरी एक–एक क्विंटल के, सौ क्विंटल का एक टन, साढ़े तीन टन, लम्बी ट्रक पहली बार देखी। साढ़े चार हजार रूपये किराया देना है। कहाँ से किराया आया, कहाँ से मफत काका को भेजा? जिन ठाकुर जी ने आपश्री को मुझे ये जीह्वा दी, मन दिया, ये नासिका दी, ये नासिका की दोनों गुफायें मस्तिष्क के बीचों बीच जाती है, गुफा है गुफा।

जो विपश्यना ध्यान में नासिका की गुफा में प्राण वायु भेजते हैं, हवा भेजते हैं, जो गुफा तक जाती है। अद्भुत होती है, लेकिन ये विपश्यना ध्यान कौतूहल का विषय नहीं है, ये विषय सच्चाई को समझने का, सत्य और परम् सत्य। अभी जब लोकेश भैया सात शिविरों के नाम और तारीखें बतायेंगे, हम गद्गद् भाव से सुनेंगे। ठाकुर जी कैसे–कैसे डॉक्टर को ले गये? एक पामेचा साहब से प्रारम्भ हुआ। सोलह–सोलह डॉक्टर एक साथ चले। क्या युग? युग परिवर्तन हो गया– भैया। तो परिवर्तन के युग में भी प्रसन्न रहो, परिवर्तन तो हो गया। परिवर्तन से क्या घबराना? परिवर्तन ही जीवन है और धूप छाँव के उलट फेर में सबका शक्ति परीक्षण है।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 394 (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) प्रकाशक : कैलाश चन्द्र अग्रवाल 483, सेवाधाम, सेवानगर, हिरण मगरी, से. 4, उदयपुर (राज.) स्वामित्व : नारायण सेवा संस्थान प्रकाशन स्थल : ई, डी-71 बप्पा रावल नगर, हि.म. सेक्टर-6, उदयपुर
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. +91-294-6622222,+91-7023509999 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com•आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023