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 - 8 • अंक-2255 • उदयपुर, गुरुवार 25 फरवरी, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

गूगल का नया क्वांटम कंप्यूटर साइकामोर

गूगल का कहना है कि दुनिया का सबसे तेज सुपर कंप्यूटर जिस काम को करने में 10 हजार साल लेगा, उसे करने में उसकी नई चिप महज 200 सेकंड लेगी। गूगल ने 53–क्यूबिट के क्वांटम कंप्यूटर से ऐसी गणनाएं की जो परम्परागत कंप्यूटर नहीं कर सकता। इन गणनाओं को सुपर कंप्यूटर ने सही बताया। गूगल के इस कंप्यूटर का नाम है साइकामोर। गूगल ने यह घोषणा केलिफोर्निया विश्वविद्यालय के शोधकर्ताओं के हवाले से की है, जिन्होंने इस चिप के विकास का दावा किया है। वैज्ञानिकों का कहना है कि यह नहीं मान लेना चाहिए कि यह कंप्यूटर सारे काम कर देगा। इनके इस्तेमाल का क्षेत्र भी अलग हो सकता है। क्वांटम कंप्यूटरों की बात नब्बे के दशक से चल रही है, पर ऐसी मशीनें वर्ष 2011 के बाद से बनी है।

दो महीने सतर्क रहने की जरुरत

प्रदेश अब कोरोना के टीके की शुरूआत कर चुका है। प्रदेश में कोरोना के कम हुए मामलों ने भी राहत दी है। वहीं विशेषज्ञों ने आगाह किया है कि प्रदेश में कोरोना के नए स्ट्रेन की दस्तक के कारण अगले एक से दो महीने तक अभी सतर्क और उचित मॉनिटरिंग की दरकार है। गौरतलब है कि यूके सहित कुछ देशों में नया स्ट्रेन तेजी से बढ़ा है और वहां लॉकडाउन जैसी स्थिति दुबारा सामने आ चुकी है। दरअसल, भारत में कोरोना का प्रवेश भी दूसरे देशों से कुछ महीनों बाद ही हुआ था, उसे देखते हुए अभी फरवरी के अंत तक उचित निगाह प्रशासनिक दृष्टि से बनाए रखने की जरूरत है।

सरकारी स्कूलों के शिक्षक होंगे ब्रांड एम्बेसडर और बच्चे बनेंगे मेसेंजर

अब मेडिकल की गतिविधियों को सचांलित करने के लिए स्कूलों के शिक्षक ब्रांड एम्बेसेडर बनेंगे तो बच्चों को मेसेंजर कहा जाएगा। प्रदेश में चयनित सात जिलों में से किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम चलाया जाएगा, इसमें उदयपुर जिले का चयन भी किया गया है। इस कार्यक्रम के तहत विभिन्न आयोजन होंगे। इन कार्यक्रमों में युवावस्था में आने वाली समस्याओं पर खुलकर चर्चा कर उनकर निदान किया जाएगा।

गत वर्ष राज्य सरकार द्वारा प्रारंभ किए निरोगी राजस्थान अभियान में भी किशोर स्वास्थ्य को प्रमुख बिंदुओं में शामिल किया गया था। प्रदेश के 42 हजार राजस्व ग्राम से 80 हजार स्वास्थ्य मित्र बनाए जा चुके हैं। शहरों में भी स्वास्थ्य मित्र के चयन की प्रक्रिया जारी है। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य मित्रों के जरिए गांव व शहरों में आमजन को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करने का कार्य जाएगा, जिससे कि वे स्वस्थ व निरोगी रहें। प्रदेश में चयनित प्रत्येक स्कूल के 2 शिक्षकों को हैल्थ एंड वैलनेस एम्बेसडर के रूप में चयनित और 2 विद्यार्थियों को सदेंशक मैंसेजर के रूप में नियुक्त किया जाएगा। ये शिक्षक प्रति सप्ताह निर्धारित विभिन्न 11 थीम्स विषय पर विद्यार्थियों के बीच विस्तृत चर्चा करेंगे और उन्हें बेहतर स्वास्थ्य के लिए जागरूक करेंगे। फरवरी से मई 2021 तक कुल 4 हजार 821 राजकीय विद्यालयों के 9 हजार 642 शिक्षकों को प्रशिक्षित किया जाएगा, जो नियमित रूप से सत्रों का संचालन करेंगे। उन्होंने बताया कि इसके लिए एक विशेष पैकेज तैयार किया गया है, जिसमें हैल्थ स्क्रीनिंग एवं आईएफ, गोलियों से संबंधित विभिन्न सेवाओं को शामिल किया गया है। जिला एवं ब्लॉक लेवल पर मॉनिटरिंग एंड इवेलूशन कमेटी बनाई जाएंगी जो स्थानीय स्तर पर कार्यक्रम गतिविधियों को प्रबंधन करेंगी।

ये जिले शामिल – उदयपुर, बांरा, बूंदी, धौलपुर, जैसलमेर, सिरोही, करौली के स्कूलों में पढ़ने वाले बच्चों को स्वास्थ्य, शिक्षा, जांच एवं आवश्यक जानकारियां दी जाएंगी। यहां राज्य सरकार की तमाम स्वास्थ्य योजनाओं से लाभान्वित हो सकें इसके लिए स्वास्थ्य विभाग और प्रारंभिक शिक्षा व उच्च शिक्षा विभाग साथ मिलकर उचित माध्यम उपलब्ध कराने का प्रयास है।

सेवा पथ पर आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

राशन पाकर हर्षाया बाबूराव

दिवाली के दो दिवस पूर्व नारायण सेवा संस्थान से राशन सामग्री सहायता पाकर बाबूराव और परिजन बहुत प्रसन्न हुए और कहने लगे– संस्थान के द्वारा दिए गए दीये जलायेंगे और राशन से मीठा बनाकर दीपावली मनायेंगे। वडगांव–गंगाखेड़ (परभणी) निवासी 40 वर्षीय बाबूराव दोनों पांवों से दिव्यांग है।

पत्नी इंदुमती दोनों आंखों से रोशनीहीन है। इने 10 वर्ष की एक बेटी है। भीख मांगकर गुजारा करने वाले इस परिवार पर कोरोना का ऐसा संकट आया कि दैनिकचर्या के साथ दो जून रोटी खाना भी दूभर हो गया। पति–पत्नी और बेटी रोटी–रोटी की मोहताज हो गई। दिव्यांग दम्पती भूख से इतने सताये गए कि पल–पल उन्हें मृत्यु करीब नजर आने लगी।

ऐसे परिवार की जानकारी जैसे ही संस्थान की परभणी शाखा को मिली तो उसने मदद करनी शुरू की। दो माह से निरन्तर राशन पाकर परिवार बहुत प्रसन्न है। सहयोग करने वाले हाथों एवं दानवीरों का दिल से दुआ दे रहा है। दीपोत्सव के दिन शाखा संयोजिका मंजू जी दर्डा ने परिवार को मिठाई भेंटकर हर संभव मदद का भरोसा भी दिलाया। आप द्वारा प्रेषित भोजन सामग्री सहयोग ऐसे गरीब दिव्यांग और मजदूर परिवारों का निवाला बन रहा है जिनकी आखिरी उम्मीद टूटने वाली थी, आपका सहयोग हजारों गरीब परिवारों के लिए खुशियों की सौगात है।

तीन ऑपरेशन के बाद चल पड़ा प्रीत

खेती करके जीवनयापन करने वाले सूरत गुजरात निवासी अजय कुमार पटेल के घर 11 वर्ष पहले प्री मैच्योर बेबी प्रीत का जन्म हुआ। जन्म के 6 माह तक बेबी को नियोनेटल इंटेंसिव केयर यूनिट में रखा गया। गरीब सिान अजय दुःख के तले कर्जदार भी हो गया पर कर भी क्या सकता था। सामान्य हालात होने पर गुजरात के सूरत, राजकोट और अन्य शहरों के प्रसिद्ध हॉस्पीटल्स में दिखाया पर कहीं पर भी उसे ठीक होने का भरोसा नहीं मिला। घर के पड़ोस में रहने वाले राजस्थान निवासियों ने अजय को नारायण सेवा में जाने की सलाह दी। पहली बार 2019 में दिव्यांग प्रीत को लेकर परिजन उदयपुर आए डॉक्टर्स ने ऑपरेशन के लिए परामर्श दिया और एक ऑपरेशन कर दिया। बच्चे का पांव सीधा हो गया। दूसरी बार फरवरी 2020 में संस्थान आये तब उसके दूसरे पांव का ऑपरेशन किया गया। दोनों पांवों के ऑपरेशन के बाद प्रीत वॉकर के सहारे चलने लग गया। इसे देख परिजन पुनः अक्टूबर 2020 में उसे संस्थान में लेकर आए तब तीसरा ऑपरेशन हुआ। अब प्लास्टर खुल चुका है... केलीपर्स व जूते पहनने के बाद प्रीत अपने पांव चलने लगा है। अब वह और उसे परिजन प्रसन्न हैं।

मन में यह विश्वास जरुरी

रूमा देवी पारंपरिक हस्तकला कारीगर है। उन्हें नारी शक्ति पुरस्कार प्राप्त हो चुका है।

मैं कभी अच्छे स्कूल नहीं गई थी। कॉलेज का मुंह नहीं देखा था, जब हार्वड से बुलावा आया तो सोचा कि कैसे वहां व्याख्यान दूंगी लेकिन वहां के मंच पर पहुंचते ही सारी घबराहट दूर हो गई। वहां के छात्रों को कशीदाकारी सिखाई तो बहुत अच्छा लगा। इसके बाद यूनिवर्सिटी ने यह घोषणा कि जल्द ही हमारी हस्तकला को वहां के सिलेबस में शामिल किया जाएगा तो खुशी दोगुनी हो गई। हालांकि कोरोना काल के चलते इस काम में थोड़ी देर हो रही है लेकिन जल्द ही ऐसा होगा, मुझे विश्वास है। अपना सफर पीछे मुड़कर देखती हूं तो यही सोचती हूं कि अगर महिला चाहे तो क्या कुछ नहीं कर सकती? बस उसे अपना आत्मविश्वास नहीं छोड़ना चाहिए। जो काम वह कर रही है, वह सही कर रही है, यह विश्वास भी उसके मन में होना चाहिए।

एक लाख महिलाओं को जोड़ना है

अभी हमारे ग्रामीण विकास एवं चेतना संस्थान से 22 हजार से ज्यादा महिलाएं जुड़ी हुई है। मैं चाहती हूं कि आने वाले समय समय में इससे एक लाख से ज्यादा महिलाएं जुड़े और आत्मनिर्भर बनें।

पड़ोसियों के सुने ताने

कमाई के लिए अपने हस्तकला के हुनर का इस्तेमाल शुरू किया तो पड़ोसियों के ताने सुने। लेकिन जब आप मुसीबत में होते है तो कोई मदद करने नहीं आता तो मैंने सोचा कि मैं भी इनकी क्यों सुनूं। घर वाले भी डरते थे कि कहीं ऐसा न हो सारी जिदंगी ताने सुनने पड़े।

कभी सोचा नहीं था इतनी सफलता मिलेगी

जब घर की आर्थिक स्थिति अच्छी नहीं थी तो पुरानी सिलाई मशीन खरीद कर काम करना शुरू किया। घर वालों ने भी कभी नहीं सोचा कि मुझे इतनी सराहना मिलेगी और सभी को मेरे नाम से जाना जाएगा। मुझे लगता है कि पूरे गांव में को आत्मनिर्भर बनाने में एक महिला का योगदान हो सकता है। जो महिलाएं पढ़–लिख जाती है, वे अपने गांव जरूर लौटे और अपने गांव की महिलाओं को आगे बढ़ाएं, उनका जीवन सुधारें।

संकल्प में है शक्ति

गुरु के साथ उनके कुछ शिष्य चले आ रहे थे। रास्ते में एक बड़ी चट्टान दिखीं एक शिष्य ने गुरु से पूछा, 'गुरुदेव! यह चटट्ान बड़ी ताकतवर है क्या इससे भी ज्यादा ताकतवर कोई चीज है?' गुरु कुछ बोले, इससे पहले ही दूसरा शिष्य बोला, 'चटट्ान से भी ताकतवार है लोहा, जो इस चटट्ान को भी तोड़ने का सामर्थ्य रखता है।' तो दूसरे शिष्य ने पूछा, गुरुदेव, क्या लोहे से भी ज्यादा ताकतवर कोई चीज है?' किसी ने अग्नि बताया तो किसी ने पानी। तभी अगले शिष्य ने कहा, 'मुझे तो पानी से भी ज्यादा प्रभावशाली दिखाई पड़ती है– हवा, जो पानी को भी उड़ा ले जाती है।'

इसी बीच गुरु बोले, 'सुनों! सबसे ज्यादा ताकतवर यदि कुछ है तो वह है मनुष्य के मन का संकल्प। मनुष्य अपने संकल्प के बल पर पाषाण को तोड़ सकता है, लोहे को गला सकता है, आग को बुझा सकता है, पानी को उड़ा सकता है।' सब कुछ मनुष्य के संकल्प पर निर्भर है। मनुष्य का संकल्प यदि दृढ़ है तो बुरे–से–बुरे संस्कारों को जीत सकता है।

जहाँ हैं, जैसे हैं, आगे बढ़ें

एक मेंढ़क बड़ी उम्र तपस्या करने लगा। क्षुद्र प्राणी की इतनी प्रबल निष्ठा देखकर भगवान शिव दयार्द्र हो उठे। उन्होंने उससे पूछा – "वत्स! तुझे कोई कष्ट तो नहीं है?" मेंढ़क बोला– "भगवन् ! पड़ोस में एक दुष्ट सर्प रहता है, जो मुझे भय देता है। उससे ध्यान में विघ्न पड़ता है। कोई ऐसा उपाय कीजिए, जिससे मेरा भय दूर हो और मैं निश्चिंत मन से तपस्या कर सकूँ।" भगवान शंकर ने मेंढ़क को साँप बना दिया अब उसे दूसरे साँप का भय न रहा, परंतु थोड़े दिन में एक नेवला उधर आने लगा। मेंढ़क को फिर भय उत्पन्न हो गया। मेंढ़क ने पुनः भगवान शिव का ध्यान किया तो वे प्रकट हो गए। कारण पूछने पर उसने नई व्यथा सुनाई। भगवान ने उसे नेवला बना दिया। नेवला बना मेंढ़क सुखपूर्वक तप करने लगा।

अब एक वनबिलाव उधर आने लगा और नेवले पर घात लगाने की सोचने लगा। मेंढ़क ने अपनी व्यथा पुनः भगवान शिव के सम्मुख रखी तो भगवान ने उसे वनबिलाव बना दिया। कुछ दिनों बाद सिंह की आँखें वनबिलाव पर लगीं तो शिव जी की कृपा से उसे सिंह का शरीर प्राप्त हो गया। इतने पर भी चैन न मिला। शिकारी अपना जाल और धनुष सँभाले सिंह की घात में फिरने लगा। मेंढ़क ने आर्त्त भाव से शिव जी को पुकारा, जब वे पधारे तो उसने कहा – "प्रभु! मुझे मेंढ़क ही बना दीजिए।"

सिंह का शरीर छोड़ पुनः उसी छोटे शरीर में लौटने की इच्छा करने वाले मेंढ़क से आश्चर्यपूर्वक भगवान पशुपति ने पूछा– "ऐसा क्यों?" मेंढ़क बोला– "प्रभु! भय कभी दूर नहीं होता और बाधाएँ कभी समाप्त नहीं होतीं। जीव जिस स्थिति में है, उसी में कठिनाइयों से साहसपूर्वक लड़ते हुए आगे बढ़ सकता है। ऐसा मैंने समझा है। यह बात सत्य हो तो मुझे अपने असली शरीर में रहकर ही तपस्या करने का वरदान दीजिए।" भगवान शिव संतुष्ट हुए और उसको वही वरदान दिया।

पैरों पर कुल्हाड़ी

एक बार संत नामदेव घर लौटे तो उनके पैरों में कट का निशान था, जिससे खून बह रहा था। उनकी माँ ने उनसे पूछा कि उन्हें ये चोट भूलवश लग गई होगी, पर ज्यादा पूछने पर पता चला कि नामदेव ने जान–बूझ कर अपने पैरों पर कुल्हाड़ी का प्रहार किया था। यह सुनकर माँ को क्रोध आया और वे नामदेव को भला–बुरा कहने लगीं। तब नामदेव बोले– "क्रोध न कर माँ! मैं तो केवल यह देखना चाहता था कि जब इस कुल्हाड़ी से हम पेड़ों पर प्रहार करते हैं तो उन्हें भी हमारी तरह दर्द होता है अथवा नहीं।" ऐसे करुणा भरे स्वभाव के थे संत नामदेव।

सम्पादकीय

अनुमान और अनुभव दो शब्द हैं। इनका अपना–अपना अर्थ है। यों तो स्वतंत्र रूप से इनमें कोई ज्यादा साम्यता नहीं है। किन्तु जीवन के संदर्भ में ये दोनों शब्द अत्यन्त महत्वपूर्ण हैं।

अनुमान के लिये कहा जाता है कि यह अनुभव से पूर्व की भावदशा है। इसमें व्यक्ति पूर्व संचित ज्ञान के आधार पर अनुमान लगाकर कुछ निर्धारित करता है। अनुमान में कल्पना पक्ष प्रधान होता है। इसी कारण से अनुमान कभी सही हो जाता है तो कभी गलत।

अनुभव कल्पना नहीं होता है। यह जीवन में सीखी गई बात है। यह स्वयं द्वारा अनुभूत सत्य होता है। जो कल्पना आधारित है वह ज्यादातर गलत हो सकता है पर जो स्वयं के अनुभव से सीखी बात है वह कभी भी गलत नहीं होती। पर अनुभव केवल सही ही नहीं होता वरन् यह आगे का मार्ग भी निर्धारित करता है। इसलिये जो अपने जीवन का उन्नयन चाहते हैं वे अनुमान के स्थान पर अनुभव को प्रधानता देते हैं।

कुछ काव्यमय

अनुमान सदा ही गलत है,
जीवन के संदर्भ में।
अनुभव केवल पनपता
व्यक्ति के मानस गर्भ में।
अनुभव सीढ़ी बन जाता है,
जब वह आने लगता है।
अनुभव के आते ही फिर
अनुमान वहाँ से भगता है।

- वख्तीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

नारायण कृपा

मेरी जिन्दगी का सबसे बड़ा सच नारायण सेवा संस्थान है। सबसे बड़ा आश्चर्य संस्थान है, सबसे अजीज सपना संस्थान है, सबसे बड़ी हकीकत संस्थान है, सबसे प्यारा एहसास संस्थान है। भूख– प्यास संस्थान है, तृप्ति भी संस्थान है.....।

मैं हमेशा सोचा करता था कि एक हॉस्पीटल ऐसा हो जहाँ गरीबों का मुत इलाज हो, उनका एक भी पैसा न लगे, पूर्णतया निःशुल्क.....।

पर फिर लगता कि असंभव सा लगने वाला यह स्वप्न कभी साकार नहीं हो पाएगा।

परन्तु प्रभु कृपा और आप सभी के सहयोग से असंभव सा लगने वाला सपना अन्ततः सच हो गया।

20 फरवरी, 1997 को संस्थान के पोलियो हॉस्पीटल का उद्घाटन हुआ। अवसर प्रसन्नता और उल्लास

का था, फिर भी कुछ महानुभावों के मन में आशंका और अनिश्चितता का भाव कहीं दबा हुआ था। इसीलिए शायद, एक महानुभाव इस अवसर पर यह कहते हुए हँस दिये कि हॉस्पीटल बनाना आसान काम है, चलाना दुष्कर। एक अन्य सज्जन ने कहा– हाथी खरीदना सरल है परन्तु प्रतिदिन उसका पेट भरना कठिन है। एक अन्य आत्मीय जन के विचार थे–कैलाश जी! हॉस्पीटल तो बना लिया– इसे निःशुल्क चलाओगे कैसे? आदि, आदि।

लेकिन मेरा मन अभय बना रहा। क्योंकि, मैं तो केवल साधन मात्र हूँ, कार्य तो नारायण का है। नारायण ही तो यह करवा रहे हैं। और इस तरह नारायण कृपा से यह कार्य सम्पन्न होकर सफलता की ओर निरन्तर आगे बढ़ते हुए नवीन कीर्तिमान स्थापित कर रहा है।

नारायण सेवा संस्थान आज दिव्यांग, निःशक्त, असहाय पीड़ितों की निःशुल्क सेवा में अद्वितीय संस्थान के रूप में पहचान बना रहा है और संस्थान के पोलियो हॉस्पीटल में अब तक 4 लाख से अधिक निःशुल्क ऑपरेशन सफलता पूर्वक सम्पन्न हो चुके हैं। इसका श्रेय आप सभी को.....

– कैलाश 'मानव'

सहायता का क्रम

एक युवक ने सड़क के किनारे खड़ी एक अधेड़ उम्र की महिला को देखा। शाम के धुँधलके में भी वह जान गया कि महिला को सहायता की सख्त जरूरत थी। उसने मर्सीडीज के सामने अपनी पुरानी–सी मोटर साईकिल रोकी, महिला के मुख पर एक फीकी–सी मुसकान उभरी। पिछले एक घंटे से वह वहाँ खड़ी थी, परंतु किसी ने उसकी सहायता नहीं की। जब गरीब से दिखने वाले उस युवक को महिला ने अपनी ओर आते हुए देखा तो सोचा कि कहीं ये मुझे लूटने के इरादे से तो नहीं आ रहा है? महिला के चेहरे पर डर के भाव देखकर युवक ने प्रेमपूर्वक कहा –मैडम, मैं आपकी मदद करने आया हूँ। मेरा नाम मनोहर है।

कार का टायर पंक्चर हुआ था। मनोहर ने कार के नीचे घुसकर जैक लगाने के बाद टायर बदल दिया। इस क्रम में उसके कपड़े गंदे हो गए थे तथा शरीर पर एक–दो जगहों पर खरोंचें भी आ गईं थीं। महिला ने सहायता के बदले रुपये देने चाहे तो मनोहर ने कहा–मैं तो आपकी सहायता करने के लिए रुका था। जब कभी किसी को सहायता की जरूरत हो तो आप उसकी सहायता कर देना। दोनों अपने–अपने रास्तों पर चल दिए।

कुछ ही दूर जाने के बाद, उस महिला को भूख लगी। उसे थोड़ी ही दूर एक छोटा–सा रेस्टोरेंट दिखाई दिया। उसने वहाँ नाश्ता करने का निश्चय किया। उसकी टेबल पर एक मजिला वेटर (परिवेषिका) जल्दी से आई। वह परिवेषिका गर्भवती थी। परंतु उसके चेहरे पर चिंता के भाव नहीं थे। वह मुसकुरा कर अपना काम कर रही थी। कार वाली महिला उस परिवेषिका के काम से बहुत प्रभावित हुई। नाश्ता करने के बाद महिला ने परिवेषिका को 100 रुपये दिए। परिवेषिका बाकी रुपये लेने के लिए काउण्टर पर गई।

इसी बीच वह धनी महिला चुपके से चली गई। परिवेषिका जब वापस लौटी तो देखा कि वह महिला टेबल पर एक चिट्ठी के साथ 500–500 के कई नोट रख कर गई थी। उस चिट्ठी पर लिखा था –"मेरी किसी ने मदद की थी, मैं तुम्हारी मदद कर रही हूँ। मदद का यह क्रम टूटने ना देना।"

यह देख कर परिवेषिका की आँखें भर आईं। वह जानती थी कि उसके प्रसव के लिए जरूरी रुपयों को लेकर उसका पति कितना चिन्तित था? शाम को वह घर पहुँची। पति बिस्तर पर थकान के मारे सोया हुआ था। वह उसके पास गई और पति के बाल सहलाती हुई बोली – हमारे पैसों की समस्या हल हो गई, मनोहर ! यह कहते हुए उसने सारा वृतान्त मनोहर को कह सुनाया। मनोहर जान गया कि उसके द्वारा की गई मदद, वापस उसके पास अन्य रूप में लौट आई थी।

सच ही कहा गया है –
कर भला, हो भला।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

वृन्दावन मे उस संस्था ने न जाने क्या प्रचार किया कि 6 हजार पोलियो रोगी आ गये। कई तो शिविर की तिथि से 3 दिन पहले ही आकर जम गये। हालत यह हो गई कि जिधर नजर डालो, उधर रोगी ही रोगी नजर आते थे। पैसे कोई भी प्रायोजक एडवान्स में नहीं देता था, यह डर हमेशा सताता रहता था कि शिविर के बाद भी हाथ खड़े कर देंगे तो क्या होगा। रोज सुबह जल्दी शुरू कर दोपहर की डेढ़ बजे तक ऑपरेशन चलते रहते।

मुम्बई के वसई उपनगर में भी शिविर लगाया। 1999 की बात है। वसई के श्रद्धानन्द हॉस्पीटल वालों ने बुलाया। महाराष्ट्र के चिकित्सा मंत्री ने शिविर का उद्घाटन किया। वे बहुत प्रभावित हुए। उन्होंने प्रस्ताव रखा कि हमारे तमाम उपनगरों में ऐसे शिविर आयोजित करो, राज्य सरकार भरपूर सहायता करेगी। प्रस्ताव आकर्षक था मगर कैलाश हां भरने की स्थिति में नहीं था। उदयपुर में ऑपरेशनों संख्या बढ़ती जा रही थी इस कारण डॉक्टर भी बढ़ाने पड़ रहे थे। एक साथ इतना समय वह महाराष्ट्र को नहीं दे सकता था इसलिये मना कर दिया।

मध्यप्रदेश में निशक्तों के लिये मण्डी टेक्स पर आधा प्रतिशत अधिभार अलग से है। प्रदेश के हर जिले में इस मद में अच्छी खासी रकम एकत्र हो जाती है। यह राशि कलेक्टर के पास ही रहती है। जब पोलियो ऑपरेशन के बारे में सुना तो सभी कलेक्टर अपने अपने यहां शिविर लगाने के इच्छुक हो गये। कैलाश पर भारी दबाव था मगर सब जगह शिविर लगाना संभव भी नहीं था। उसने कुछ जिला मुख्यालयों पर अवश्य शिविर लगाये। इनमें नीमच, मन्दसौर, इन्दौर प्रमुख थे। नीमच से केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल में शिविर लगाया तो इन्दौर में गीता भवन ट्रस्ट के सहयोग से आयोजित किया।

अंश–191

पुस्तक, प्रज्जलिनी व हार्ट मुद्रा

पुस्तक मुद्रा : दोनों हाथों की चारों अंगुलियों के अग्रभाग को हथेली के अंगूठे का नीचे के भाग पर (शुक्र पर्वत पर) इस तरह रखें कि तर्जनी का अग्रभाग अंगूठे के मूल पर लगे ओर तीनों, मध्यमा, अनामिका और कनिष्ठिका उनके बराबर लगी हुई रहे और अंगूठा तर्जनी के मुड़े हुए भाग पर रहे, चारों अंगुलियों के नाखून आसमान की ओर रखते हुए पुस्तक मुद्रा बनती है।

लाभ : अंगुलियों के अग्रभाग हथेली पर दबने से, हथेली में धड़कन शुरू होते हुए अंगुलियों में भी धड़कन का अनुभव होता है, इस मुद्रा का मस्तिष्क और उसके ज्ञानतंतु के साथ संबंध होने मस्तिष्क के सूक्ष्म कोष क्रियान्वित होते हैं जिससे एकाग्रता सधती है। विद्यार्थियों के लिए यह मुद्रा महत्व की है। एकाग्रता और ज्ञान पाने की क्षमता का विकास होता है।

प्रज्वलिनी मुद्रा : बायें हाथ की कोहनी के ऊपर के हिस्से पर दायें हाथ की कोहनी रखकर दाहिना हाथ इस तरह घुमाकर रखें कि दोनों हथेलियाँ एक–दूसरे से मिले और दोनों अंगूठे नाक के सामने रहे और नजर दोनों अंगूठे पर एकाग्र करते हुए प्रज्वलिनी मुद्रा बनती है। हाथ बदल कर भी यह मुद्रा करें।

लाभ : यह मुद्रा करने से हाथ से गरुड़ासन होता है, जिससे गरुड़ जैसी तीक्ष्ण दृष्टि होती है और आँखों की रोशनी बढ़ती है। इस मुद्रा से एकाग्रता, ज्ञान और मेधाशक्ति का विकास होता है, इसलिए विद्यार्थियों के लिए लाभदायक है।

हार्ट मुद्रा : दोनों हाथों की मध्यमा को मोड़कर एक–दूसरे से लगाकर, एक हाथ की तर्जनी के अग्रभाग को दूसरे से मिलाकर, दोनों अंगूठे को एक–दूसरे के आसपास रखकर, पहले धीरे–धीरे तर्जनी के अग्रभाग को अलग करके बाद में कनिष्ठिका को अलग करके फिर दोनों अंगूठे अलग करके और अनामिका के अग्रभाग को एक–दूसरे से ही लगाकर और मोड़ी हुई मध्यमा को एक–दूसरे से लगाए रखते हुए दबाव का अनुभव करते हुए हार्ट की मुद्रा बनती है।

लाभ : मध्यमा अंगुली आकाश तत्व का प्रतिनिधित्व करती है इसलिए ह्रदय के साथ उसका संपर्क और संबंध बनता है। इसलिए ह्रदय की कोठ भी बीमारी में यह लाभदायक है। शांत चित्त से यह मुद्रा करने से अंगुलियों के ह्रदय तक के प्रकंपनों के अनुभव होते है। अन्जाईनापेन, हायपरटेंशन, रक्त दबाव, नाड़ी संस्था की अस्त व्यस्तता और बायपास सर्जरी करने के पहले और बाद की स्थिति में फायदाकारक है। ह्रदय के साथ तादात्मय काअनुभव होता है, ध्यान में प्रगति होती है।

इन फलों को फ्रिज में रखने से बचें

कुछ फल ऐसे होते हैं जिन्हें फ्रिज में रखने की जरूरत नहीं होती है। इनमें संतरा, केला, मौसमी, सेब, आलूबूखारा आदि है। संतरा और मौसमी को कई दिनों तक कमरे के तापमान पर रखा जा सकता है। ये खराब नहीं होते है। इनको फ्रिज में रखने से सिट्रिक एसिड रसायन में बदलने लगता है। फलों पर जल्दी ही दाग पड़ जाते हैं। यह न केवल जल्दी खराब हो जाते हैं। बल्कि ऐसे फलों को खाने से सर्दी– जुकाम की आशंका भी बढ जाती है। सेब में एक्टिव एंजाइम्स होते है। जब सेब को फ्रिज में रखते है तो यह एंजाइम्स फल को जल्दी पका देते है। अगर गर्मी में सेब को ठंडा करने के लिए फ्रिज में रखना चाहते है तो कुछ समय के लिए कागज में लपेटकर रख दें।

अनुभव अमृतम्

संज्ञा अनुभूति करावे, पहचान करावे विज्ञान पुराने मस्तिष्क की सब बातें निकालकर के उनके साथ बैठना, उनके साथ संस्मरण, पूर्व में मिले वे अनुभूतियाँ और ये नेत्र जिनमें एक छोटा कम्प्युटर हुआ करता है। जो रिकॉर्ड कर लेता है। कितने साल पहले मिले थे? 1980 में अभी 2020 हो गया 40 साल पहले वरदीचंद जी राव साहब से मिलना हुआ फिर उनके साथ ऋषभदेव में भी शिविर किया। फिर मिलते रहे। और मिलन इतना पावन हो गया कि पवित्र हो गये। ये आँखें, क्या–क्या कह देती है? क्या सुन लेती? क्या समझ लेती?

गिरा अनयन नयन बिनु बानी।

जिह्वा बोल तो सकती है, लेकिन देख नहीं पाती। जो नयन देख सकते, लेकिन बोल नहीं सकते। देह देवालय के दोनों भाग है, लेकिन जब अद्‌भुत दृश्य हो जाता है। क्योंकि देखने की शक्ति जिह्वा में नहीं होती, लेकिन बोलने में तो सौ प्रतिशत सही बोल देती है। लेकिन पूर्ण अनुभूति नहीं होती है। ये नासिका अश्विनी कुमार जिसमें बिराजते हैं।

ये गंध आ रही है, ये दुर्गंध आ रही है। अरे! यहाँ तो और रूक जावें। पुष्पों की सुगंध बहुत अच्छी है। शीतल, सुहावनी, मंद हवा कहाँ मिलेगी? और ये दुर्गंध तो बहुत खराब है यहाँ से जल्दी चले जावें। दांत शरीर के द्वारपाल और बांसुरी बजाने वाले।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 71 (कैलाश 'मानव')

बुद्ध का मौन

बुद्ध को जब बोध प्राप्त हुआ तो कहा जाता है कि वे एक सप्ताह तक मौन रहे। उन्होंने एक भी शब्द नहीं बोला। पौराणिक कथाएँ कहती है कि सभी देवता चिंता में पड़ गये। उनसे बोलने की याचना की। मौन समाप्त होने पर वे बोले , जो जानते हैं वे मेरे कहने के बिना भी जानते हैं और जो नहीं जानते, वे मेरे कहने पर भी नहीं जानेंगे। इसलिए मैंने मौन धारण किया था। जो बहुत ही आत्मीय और व्यक्तिगत हो उसे कैसे व्यक्त किया जा सकता है?

देवताओं ने उनसे कहा, जो आप कह रहे हैं, वह सत्य है परन्तु उनके बारे में सोचें जिनको पूरी तरह से बोध भी नहीं हुआ है और पूरी तरह से अज्ञानी भी नहीं है। उनके लिए आपके थोड़े से शब्द भी प्रेरणादायक होंगे। तब आपके द्वारा बोला गया हर शब्द मौन का सृजन करेगा।

बुद्ध के शब्द निश्चित ही मौन का सृजन करते हैं क्योंकि बुद्ध मौन की प्रतिमूर्ति हैं। मौन जीवन का स्रोत है। जब लोग क्रोधित होते हैं तो वे चिल्लाते हैं और फिर मौन हो जाते हैं। कोई दु:खी होता है, तब वह भी मौन की शरण में जाता है। जब कोई ज्ञानी होता है, तब भी वहाँ पर मौन होता है।

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, टैन 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
f : 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