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 - 9 • अंक-2462 • उदयपुर, सोमवार 20 सितम्बर, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

जन्म–जन्म के रिश्तों की डोर में बंधे 21 जोड़े

वैक्सीन–मास्क जरुरी संदेश के साथ लिए सात फेरे

नारायण सेवा संस्थान में 36वां दिव्यांग व निर्धन जोड़ों का विवाह

जीवनभर के लिए रिश्तों की डोर बंधी तो मन बार–बार हर्षित हुआ। यादगार लम्हों का साक्षी बना अपनों का दुलार। जिसने जीवन के हर दर्द को भुला दिया। उमंगों से परिपूर्ण दिव्य वातावरण में दिव्यांगता और गरीबी का दंश पीछे छूट अतीत में खो गया और नए जीवनसाथी के साथ जीवन की नई राहों में दस्तक दी। यह मंजर शनिवार को नारायण सेवा संस्थान के सेवा महातीर्थ, लियो का गुडा में नजर आया। अवसर था संस्थान के 36वें दिव्यांग व निर्धन निःशुल्क सामूहिक विवाह समारोह का। जिसमें 21 जोड़ों ने पवित्र अग्नि के सात फेरे लेकर आजन्म एक–दूसरे का साथ निभाने का वचन लिया। विवाह समारोह के माध्यम से समाज को 'वैक्सीन–मास्क जरूरी' का सन्देश भी दिया गया। कोरोना महामारी के चलते आयोजन सम्बन्धी कार्यक्रम स्थल पर मास्क, सोशल डिस्टेंसिग और स्वच्छता सम्बन्धी सभी मानकों का पालन किया गया। प्रत्येक जोड़े के वैक्सीन पहले ही लग चुकी थी।

संस्थान संस्थापक पद्मश्री कैलाश जी 'मानव' व सहसंस्थापिका कमला देवी जी अग्रवाल के आशीर्वचन एवं संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल व निदेशक वंदना जी अग्रवाल द्वारा प्रथम पूज्य गणपति आह्वान के साथ विवाह समारोह शुभ मुहूर्त में प्रातः 10 बजे आरम्भ हुआ। दूल्हों ने तोरण की रस्म अदा की। सजे–धजे जोड़ों को मंच पर दो–दो गज की दूरी पर बिठाया गया। जहां वरमाला की रस्म अदा हुई। माता–पिता एवं अतिथियों ने आशीर्वाद प्रदान किया।

इससे पूर्व जोड़ों के मेहन्दी की रस्म वंदना जी अग्रवाल व पलक जी अग्रवाल के निर्देशन में हर्षोल्लास के साथ सम्पन्न हुई। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि इस विवाह समारोह के माध्यम से संस्थान पिछले 20 वर्षों से 'दहेज को कहें ना' अभियान की सार्थक अभिव्यक्ति भी कर रहा है। संस्थान के इस प्रयास को समाज ने सराहा है। संस्थान के सामूहिक विवाहों में इससे पूर्व 2109 जोड़े विवाह सूत्र में बंधकर खुशहाल और समृद्ध जीवन जी रहे हैं। इनमें से अधिकांश वे हैं, जिनकी दिव्यांगता सुधार सर्जरी संस्थान में ही निःशुल्क हुई और आत्मनिर्भरता की दृष्टि से संस्थान में ही इन्होंने निःशुल्क रोजगारोन्मुख प्रशिक्षण प्राप्त किए। संस्थान दिव्यांगों के लिए कृत्रिम अंग निःशुल्क लगाने एवं उनकी शिक्षा व प्रतिभा विकास के लिए डिजिटल शिक्षा व स्किल डवलपमेंट की कक्षाएं भी निःशुल्क चला रहा है ताकि दिव्यांग सशक्त एवं स्वावलम्बी बन सकें। अग्रवाल जी ने निर्माणाधीन 'वर्ल्ड ऑफ ह्यूमिनिटी' परिसर एवं अगले पांच वर्षों के विजन डॉक्यूमेंट की भी जानकारी दी। विवाह समारोह में 6 राज्यों छत्तीसगढ़, पंजाब, राजस्थान, मध्यप्रदेश, उत्तरप्रदेश व बिहार के जोड़े शामिल थे। समारोह का संचालन महिम जी जैन ने किया।

21 वेदियां : आचार्यों ने 21 अलग–अलग वेदियों पर वैदिक मंत्रोच्चार के साथ सभी 21 जोड़ों का पाणिग्रहण संस्कार सम्पन्न करवाया। इस दौरान उनके माता–पिता भी मौजूद थे।

ऐसे भी जोड़े : विवाह समारोह में ऐसे भी जोड़े थे जो दोनों ही दिव्यांग थे अथवा उनमें से कोई एक दिव्यांग तो दूसरा सकलांग था। विवाह से पूर्व इन्होंने परस्पर मिलकर एक–दूसरे के साथ जीवन बिताने का निश्चय किया।

उपहार : प्रत्येक जोड़े को संस्थान की ओर से गृहस्थी के लिए आवश्यक सामान के रूप में बर्तन, सिलाई मशीन, बिस्तर, पलंग, गैस चूल्हा, घड़ी, पंखा आदि के साथ दूल्हन को मंगलसूत्र, चांदी की पायल, बिछिया, अंगूठी, साड़ियां, प्रसाधन सामग्री व दूल्हे को पेंट शर्ट, सूट आदि प्रदान किए गए। अतिथियों व धर्म माता–पिताओं ने भी उन्हें उपहार प्रदान किए।

विदाई की वेला : सामूहिक विवाह सम्पन्न होने के बाद विदाई की वेला के क्षण काफी भावुक थे। बाहर से आए अतिथियों व धर्म माता–पिताओं की आंखें छलछला उठी। उन्होंने तथा ट्रस्टी निदेशक जगदीश जी आर्य व देवेन्द्र जी चौबीसा ने जोड़ों को खुशहाल जिंदगी बिताने और आंगन में जल्दी ही किलकारी का आशीर्वाद दिया। संस्थान के वाहनों द्वारा उन्हें उपहारों व गृहस्थी के सामान के साथ उनके शहर–गांव के लिए विदा किया गया।

दिव्यांग को समान व्यवहार की अपेक्षा

'जीवन में अनेक मुकाम ऐसे आते हैं, जब व्यक्ति के सम्मुख कोई न कोई कठिनाई आती है और वह यदि अपने विवेक से उसे हल कर लेता है तो वह उसके लिए एक सबक की तरह सफलता के नए द्वार खोल देता है।' यह कहना है उदयपुर के आदिवासी बहुल क्षेत्र के रोशनलाल का। नारायण सेवा संस्थान के तत्वावधान में आयोजित 36वें दिव्यांग एवं निर्धन युवक–युवती निःशुल्क विवाह समारोह में रोशनलाल भी उन 21 युवकों में शामिल थे, जो विवाह सूत्र में बंधे। रोशनलाल का कहना था कि नारायण सेवा संस्थान ने मेरी तरह अनगिनत दिव्यांगों के जीवन को सार्थक दिशा प्रदान की है। मैं संस्थान की मदद से ही रीट परीक्षा की तैयारी कर रहा हूं। इस परीक्षा की तैयारी से सम्बन्धित कक्षाओं का निःशुल्क प्रबन्ध एवं कौशल प्रशिक्षण संस्थान ने ही संभव बनाया। मुझे पूरा यकीन है कि मैं एक सफल शिक्षक के रूप में समाज की सेवा में अपनी सार्थक भूमिका सुनिश्चित करूंगा।

मध्यप्रदेश निवासी 24 वर्षीय दिव्यांग संत कुमारी ने भी सामूहिक विवाह समारोह में गुजरात के मनोज कुमार के साथ पवित्र अग्नि के सात फेरे लिए, जो स्वयं भी दिव्यांग है। संत कुमारी का कहना था कि 'हर दिव्यांग यही चाहता है कि समाज उसके साथ समान और न्यायपूर्ण व्यवहार करे। संस्थान ने उसे कम्प्यूटर प्रशिक्षण देकर इस योग्य बना दिया है कि वह स्वयं अपना स्टार्टअप कर सकती है। दोनो पति–पत्नी एक दूसरे का सहारा बनकर जीवन को मधुरता के साथ व्यतीत करेंगे।

प्रतापगढ़ (राज.) के जन्मजात प्रज्ञाचक्षु नाथुराम मीणा दिव्यांग कंचन देवी के साथ विवाह सूत्र में बंधे। कंचन ने साथ फेरे लेने के बाद कहा कि 'मैं उनकी आंखें बनूंगी और वो मेरे बढ़ते कदम'।

मोहित चलेगा अब अपने पैरो पर

आशा पांडे नालंदा बिहार के निकट छोटे से गांव की रहने वाली है। 4 बच्चों की मां आशा के जीवन में सबसे भारी दुःख था कि उसका बड़ा बेटा मोहित दोनों पैरो से लाचार था क्योंकि आशा का विवाह एक बेहद पिछड़े गांव में हुआ जहां बच्चों के लिए स्वास्थ्य और शिक्षा जैसी मूलभूत आवश्यकता मुहैया करा पाना कठिन था। ऐसे में फिर भला वह अपने निशक्त बेटे को किस तरह शिक्षित कर पाती।

आशा के पति श्रवण पांडे पटना के एक निजी स्कूल में अध्यापक और वहीं पर रहते हैं। आशा ने भी ठान लिया कि वह भी पति के साथ शहर में ही रहेगी और कोई भी नौकरी करके अपने बच्चों को अच्छी परवरिश और शिक्षा देगी। हालांकि आशा ने सिर्फ हाई स्कूल तक की पढ़ाई की है लेकिन फिर भी उसने एक निजी प्राइमरी स्कूल में अध्यापिका की नौकरी ढूंढ ली और उसी स्कूल में अपने बेटे मोहित का भी एडमिशन करवा दिया। अब आशा चाहती थी कि किसी तरह उसके बच्चे का इलाज हो जाए और नारायण सेवा संस्थान की निशुल्क पोलियो करेक्शन चिकित्सा के बारे में पता चला तो वह तुरंत उसे उदयपुर ले आई। हालांकि उसका पति नहीं चाहते थे कि वह मोहित को संस्थान ले जाए क्योंकि उन्हें लगता था कि यह बच्चा वहां जाकर भी नहीं ठीक हो पाएगा। लाचार जीवन जीना उसकी नियति है।

लेकिन तमाम विरोध के बावजूद मां के मन में किसी कोने में अपने बेटे के ठीक होने की उम्मीद लेकर नारायण सेवा संस्थान आ गई जहां मोहित के दोनों पांव का ऑपरेशन हो चुका है। इस मां के मन में पूर्ण विश्वास है कि बहुत जल्द उसका मोहित अपने पांव पर चलेगा और बेटे के सुखद भविष्य के लिए किया गया उसका संघर्ष सफल होगा।

संस्थान की सेवा परमात्मा की कृपा

कक्षा 10 वीं में अध्ययनरत 17 वर्षीया अनीता पिता श्री प्रहलाद महाराष्ट्र निवासी को जन्म के 10 माह बाद तेज बुखार में इंजेक्शन लगवाने पर पोलियो हो गया। अनीता के पिता श्री प्रहलाद, जो पेशे से मजदूर है–बताते हैं कि आर्थिक परेशानी के कारण परिवार का खर्च चलाना भी कठिनाई से होता है। अतः अपनी पुत्री अनीता का इलाज करवाने की कभी सोच ही नहीं सका। एक दिन मुझे संस्थान के बारे में जानकारी मिली और पता चला कि यहाँ दिव्यांगता का निःशुल्क इलाज होता है तो मैं अनीता को यहाँ लेकर आया। डॉक्टर्स ने जाँच करके ऑपरेशन के बाद अनीता के पोलियो मुक्त होने की सम्भावना बताई। बड़ी उम्मीदों के साथ अनीता का ऑपरेशन हुआ और वह दिव्यांगता से मुक्त हो चुकी है। यहाँ मेरा एक भी पैसा खर्च नहीं हुआ है।

तेजल की आयु 9 वर्ष है और वह कक्षा 6 में अध्ययनरत है। विगत 9 वर्षों से दिव्यांगता का कष्ट भोग रही तेजल को बचपन में ही पोलियो हो गया। तेजल के पिता श्री जीवा भाई सोमनाथ, वेरावल निवासी है, और मजदूरी का कार्य करते है। इस स्थिति में वे अपनी बेटी का इलाज नहीं करवा सके। शिविर के माध्यम से पता चला कि संस्थान निःशुल्क इलाज करती है। वे अपनी बेटी को संस्थान में लेकर आये व दो ऑपरेशन हुए। तेजल को दिव्यांगता से मुक्ति पर नया जीवन मिला है।

श्री पप्पू राठौड़ के 12 वर्षीय पुत्र मनोज को जन्म के 9 माह बाद तेज बुखार आने के कारण इंजेक्शन लगने से पोलियो की चपेट में आ गया। पिता मजदूरी का कार्य करते हैं। टी.वी. प्रसारण के माध्यम से संस्थान के बारे में जानकारी मिली यहां आये और ऑपरेशन हुआ।

मनोज के अब आराम है, और दिव्यांगता की पीड़ा से मुक्त हो चुका है। श्री पप्पू राठौड़ संस्थान द्वारा उपलब्ध कराई जा रही निःशुल्क सुविधाओं के लिए कहते हैं कि गरीबों के लिए यह संस्थान एक वरदान है।

प्रसन्नता प्रेम का झरना : कैलाश मानव

यह भी अच्छा है, वह भी अच्छा,
अच्छा – अच्छा सब मिल जाय।
जो जैसा है उसको वैसा,
मिल जाता है यह मंत्र मान ले।।
मंत्र महामणि विषम ब्याल के,
मेटत कठिन कुअंक भाल के।

देखो अपण थोड़े सरल शब्द में समझे बहुत काम की बात है। और आपको समझ में आ भी जाएगी और आप करने भी लग जाओगे। होता क्या है, हमारी व्याकुलता कम होती है, जब हमारी छः इन्द्रियां। आप कहोगे महाराज ज्ञानेन्द्रियां तो पाँच ही सुना है। मन भी इन्द्रिय है, मन भी ज्ञानेन्द्रिय है। सुख – दुःख का बोध तो मन को ही होता है। हर्ष, शोक मन को ही होता है।

बाकी शब्द, ये ही ज्ञानेन्द्रियों के अपने विषय है। शब्द, स्पर्श, रूप, रस और गंध। अब आप लिख लो कि शब्द विषय है ब्रह्माण्ड का विषय है। और शब्द विषय है, जिह्वा का विषय। जिह्वा से बोलते हैं और शब्द कभी समाप्त भी नहीं होते हैं। कभी शब्द पर ही बात करेंगे।

यहाँ लाया क्या है जो ले जाएगा
सब का सब यहाँ रह जाएगा
मिट्टी से पैदा होता है सब,
सब मिट्टी में मिल जाएगा

दान भी यहाँ जो हाथों से जो दे, साथ सिर्फ वो आएगा।

सम्पादकीय

राष्ट्र रक्षा का दायित्व किसका है ? क्या सरकार के जिम्मे यह है, क्या सेना के जिम्मे है या जनता के ? ये सभी घटक यों तो एक ही इकाई है। मोटे तौर पर इन्हें समवेत रूप में ही देखा जाता है। किन्तु जब भी राष्ट्र रक्षा का प्रश्न आता है तो लोग सेना और सरकार को ही उत्तरदायी मानते हैं। हमने राष्ट्र रक्षा के लिये अपने मन में यह विठा दिया है कि केवल सीमा पर जाकर लड़ना ही राष्ट्र रक्षा है। यह विचार एकांगी है। वास्तव में तो हर देशवासी का दायित्व है देश की रक्षा करना। यह ठीक है कि सभी के राष्ट्र रक्षा के उपक्रम अलग–अलग होंगे, पर उनका परिणाम एक सा होगा। हमें देशवासी के रूप में, राष्ट्र–संतान के रूप में जो भी कार्य मिला है उसे पूरे मन से संपादित करेंगे तो यह भी राष्ट्र सेवा ही है। राष्ट्र की रक्षा या सेवा कोई एक या कोई विशेष कार्य ही नहीं है। राष्ट्र तो अनेक आयामों से सुदृढ़ होता है अतः यह न सोचें कि सैनिक होना या सरकार में रहकर ही राष्ट्र रक्षा संभव है। राष्ट्र रक्षा तो कदम–कदम पर होती है।

कुछ काव्यमय

यह जरूरी नहीं कि,
राष्ट्र–रक्षा के लिये हम,
सीमाओं पर जाकर ही लड़ें।
यह भी हो सकता है कि,
हम भारत माँ की चूनर में,
उपलब्धियों के सितारे जड़ें।
इसके लिये हम बस,
अपने कर्तव्यों को जान लें,
और एक अच्छे पुत्र सा निवड़ें।

- वरदीचन्द राव

अपनों से अपनी बात

हमारा जीवन अच्छा हो

सभी बुर्जुर्गो को पूर्ण आदर, सम्मान के साथ ये तो कृपा व्यासपीठ की है। ये कथा वेदव्यास महाराज जी की है। मुझे आप से वार्ता करने का ये सौभाग्य है।

तात् स्वर्ग, अपवर्ग सुख।
धरिह तुला इक अंग।।
तूल ना ताहिं सकल मिली,
जो सुख लव सत्संग।

हनुमान जी महाराज पधार गये है–

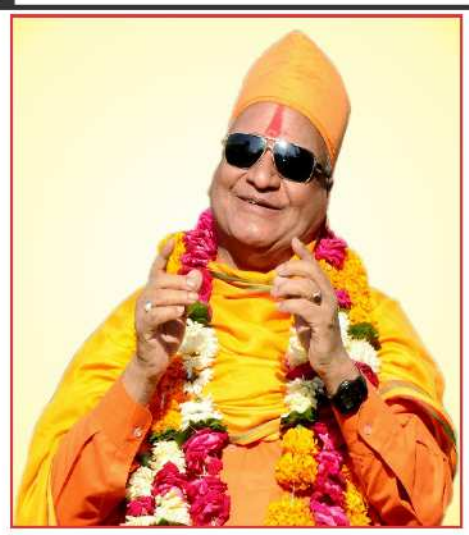
घूमा दो म्यारा बालाजी।
घमड़ घमड़ घोटो।

हनुमान जी महाराज की कृपा से ही हम सत्संग में बोल सकते हैं, सुन सकते हैं। रोते हुए नये वल्कल वस्त्र। प्रातःकाल आज स्वाध्याय कर रहा था, सोच रहा था। कैसे हुए होंगे मैथलीशरण गुप्त चिरगांव झाँसी से जिन्होंने सांकेत लिख दिया? कैसे हुए होंगे गोस्वामी तुलसीदास जी महाराज जिन्होंने आपको और हमारे को जीवन का पाठ पढ़ाया? हाँ, ये जीवन का पाठ देवरानी– जेठानी कैसे रहे?

पिता–माता के सम्बन्ध कैसे रहे? भाई–भाई, भाई हो तो भरत जैसा, जब तक यह विश्व रहेगा तब तक बोलेंगे भाई हो तो भरत जैसा। सेवक हो तो हनुमान जी जैसा। ऐसी एक कथा सीता माता ने जब हाथ बढ़ा दिये वल्कल वस्त्र लेने के लिए कौशल्या जी रो पड़ी।

कौशल वधू, विदेह लली,
मुझे छोड़कर कहाँ चली।

फिर कौशल्या माता बोली सीते तूं तो मेरे प्राणों का आधार है, प्रिय मेरी बेटी से भी अधिक है, बहू भी है, बेटी भी है। मुझे छोड़कर कहाँ जाती है? मंझली बहन राज्य लेवे। उसे पुत्र को दे देवे। इतना बड़ा दिल जिनका था। वो



कौशल्या माता भी बोली सीते आप मत जाना। राम जी ने भी समझाया। वहाँ बाघ है, वहाँ भालू है, वहाँ शेर चिंघाड़ते है। हिंसक पशु रहते हैं। नदियों का पानी इतना ठण्ड़ा है, जैसे बर्फ में हाथ डाल दिया हो।

बजरंग बली की कृपा से मैं बोल पा रहा हूँ और आप सुन पा रहे हैं, समझ पा रहे हैं। ये आपस की परिचर्चा है, ये घर की बात मानियेगा। मैं पराया नहीं हूँ। आपका हूँ। सभी अपने है। केवल ईश्वर एक है। वो सर्वव्यापक है, आपने कमल के फूल के दर्शन तो बहुत किये ही है। बाजार में 20 रुपये में एक कमल का फूल मिल जाता है।

परन्तु कमल के पत्ते के नीचे आधार क्या होता है, ये कवलियाँ बोलते है इसको और इसकी बचपन में हम लोग सब्जी बनाकर के भी जीमा करते थे। इस कवलिये को तोड़ेंगे, ये देखिये अन्दर जैसे बिल्कुल शंकरकन्दी हो, जैसे गाजर हो, जैसे केले के अन्दर का गुदा हो, भाया ये कथा क्यों सुनते है, इसलिए कि हमारा जीवन अच्छा हो जाये। सीता जैसा त्याग आ जावे। आपके वहाँ गर्मी पड़ती है, वहाँ सर्दी पड़ती है। वहाँ ठण्ड़ बहुत पड़ती है, वहाँ बरसात बहुत पड़ती है। प्रभु तुम तो हो, वहाँ आप तो होंगे ना मेरे साथ? आपके साथ रहकर मैं सब निभा लूंगी। सब व्रत, नियम निभा लूंगी। सीता–माता ने बार–बार कहा– आँखों में आँसू निकल रहे हैं। मुझे मालूम है आपके आँखों के पौर गिले हो गये।

हर आँख यहाँ
यूं तो बहुत रोती है।
हर बूंद मगर
अश्क नहीं होती है।।

–कैलाश 'मानव'

दान में उम्मीद न हो तो श्रेष्ठ

एक बार की बात है कि श्री कृष्ण और अर्जुन कहीं जा रहे थे। रास्ते में अर्जुन ने श्री कृष्ण से पूछा कि प्रभु एक जिज्ञासा है मेरे मन में, अगर आज्ञा हो तो पूछूँ ? श्री कृष्ण ने कहा – अर्जुन, तुम मुझसे बिना किसी हिचक, कुछ भी पूछ सकते हो। तब अर्जुन ने कहा कि मुझे आज तक यह बात समझ नहीं आई है कि दान तो मै भी बहुत करता हूँ परंतु सभी लोग कर्ण को ही सबसे बड़ा दानी क्यों कहते हैं? यह प्रश्न सुन श्री कृष्ण मुसकुराये और बोले कि आज मैं तुम्हारी यह जिज्ञासा अवश्य शांत करूंगा। श्री कृष्ण ने पास में ही स्थित दो पहाड़ियों को सोने का बना दिया। इसके बाद वह अर्जुन से बोले कि हे अर्जुन इन दोनों सोने की पहाड़ियों को तुम आस पास के गाँव वालों में बांट दो। अर्जुन प्रभु से आज्ञा ले कर तुरंत ही यह काम करने के लिए चल दिया। उसने सभी गाँव वालों को बुलाया। उनसे कहा कि वह लोग पंक्ति बना लें अब मैं आपको सोना बाटूंगा और सोना बांटना शुरू कर दिया। गाँव वालों ने अर्जुन की खूब जय जयकार करनी शुरू कर दी।

अर्जुन सोना पहाड़ी में से तोड़ते गए और गाँव वालों को देते गए। लगातार दो दिन और दो रातों तक अर्जुन सोना बांटते रहे। उनमें अब तक अहंकार आ चुका था।गाँव के लोग वापस आ कर दोबारा से लाईन में लगने लगे थे। इतने समय पश्चात् अर्जुन काफी थक चुके थे। जिन सोने की पहाड़ियों से अर्जुन सोना तोड़ रहे थे, उन दोनों पहाड़ियों के आकार में जरा भी कमी नहीं आई थी। उन्होंने श्री कृष्ण जी से कहा कि अब मुझसे यह काम और न हो सकेगा। मुझे थोड़ा विश्राम चाहिए। प्रभु ने कहा कि ठीक है तुम अब विश्राम करो और उन्होंने को कर्ण बुला लिया। उन्होंने कर्ण से कहा कि इन दोनों पहाड़ियों का सोना इन गांव वालों में बांट दो। कर्ण तुरंत सोना बांटने चल दिये। उन्होंने गाँव वालों को बुलाया और उनसे कहा यह सोना आप लोगों का है , जिसको जितना सोना चाहिए वह यहां से ले जाये। ऐसा कह कर कर्ण वहां से चले गए। यह देख कर अर्जुन ने कहा कि ऐसा करने का विचार मेरे मन में क्यों नही आया?

इस पर श्री कृष्ण ने जवाब दिया कि तुम्हें सोने से मोह हो गया था।

तुम खुद यह निर्णय कर रहे थे कि किस गाँव वाले की कितनी जरूरत है?

उतना ही सोना तुम पहाड़ी में से खोद कर उन्हें दे रहे थे।

तुम में दाता होने का भाव आ गया था।

दूसरी तरफ कर्ण ने ऐसा नहीं किया। वह सारा सोना गाँव वालों को देकर वहां से चले गए। वह नहीं चाहते थे कि उनके सामने कोई उनकी जय जयकार करे या प्रशंसा करे। उनके पीठ पीछे भी लोग क्या कहते हैं उस से उनको कोई फर्क नहीं पड़ता।

यह उस आदमी की निशानी है जिसे आत्मज्ञान हांसिल हो चुका है। इस तरह श्री कृष्ण ने खूबसूरत तरीके से अर्जुन के प्रश्न का उत्तर दिया, अर्जुन को भी अब अपने प्रश्न का उत्तर मिल चुका था।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश के इतना कहते ही कमला बोल पड़ी कि नारायण के पहले दरिद्र क्यूं लगाया आपने। कैलाश कुछ कहे इसके पहले ही अपनी बात जारी रखते हुए वह बोली –लालची को कितना भी मिल जाये फिर भी वह और अधिक चाहता है –वह होता है दरिद्र। मगर नारायण तो लालची नहीं होता। कैलाश ने अपनी पत्नी से तर्क करना उचित नहीं समझा और उसकी बात मानते हुए कहा–ठीक है दरिद्र नारायण की सेवा नहीं वरन नारायण सेवा करेंगे।

यज्ञ में उपस्थित कई महिलाएं प्रतिदिन एक मुठ्ठी निकालने के लिये तैयार हो गई। कैलाश ने भी उत्साह में कह दिया कि वह घन्टे भर बाद सबके घर में पहुंचेगा। आप सब लोग एक डिब्बा अलग बना लो। सभी महिलाएं अपने–अपने घर लौट गई, इधर कैलाश बापू बाजार गया और लाल रंग के पेन्ट का डिब्बा व ब्रश खरीद कर ले आया। दोनों चीजें लेकर व पहले घर में गया। गृहिणी ने एक डिब्बा अलग बनाकर उसमें एक मुठ्ठी आटा डाल दिया था। कैलाश रंग व ब्रश लेकर उस डिब्बे पर निशान बनाने लगा ताकि यह घर के अन्य डिब्बों से अलग नजर आये। वह सोच रहा था कि क्या निशान बनाये तभी अपनी पत्नी कमला की बात उसे याद आई। उसने सोचा क्यूं नहीं डिब्बे पर नारायण सेवा ही लिख दिया जाये। उसने ऐसा ही किया और डिब्बे को गृहिणी की रसोई में चूल्हे के पास रख दिया। कैलाश ने गृहिणी को कहा कि यह डिब्बा अब रोज आपके सामने रहेगा, आप जब भी रोटी बनाने आटा निकालोगी तो एक मुठ्ठी आटा इसमें डालने का स्मरण हो उठेगा।

गृहिणी ने कहा कि आटा तो हम नियमित डाल देंगे मगर यह गरीबों तक कैसे पहुंचेगा? कैलाश ने उसकी शंका का समाधान करते हुए बताया कि आपको सिवाय एक मुठ्ठी आटा रोज डालने के और कुछ नहीं करना है। आपके यहां से आटा हम इकठ्ठा कर ले जायेंगे। यही बात उसने अगले तीन–चार घरों की महिलाओं को भी समझाई। इन सबके घर खाली डिब्बे मिल गये थे मगर अगले घर में कोई खाली डिब्बा नहीं था। यह समस्या अन्य घरों में भी आ सकती थी इसलिये कैलाश ने कुछ खाली डिब्बे लाकर रखने की सोची। अगले दो तीन घरों में डिब्बे मिल गये तो फिर कुछ घरों में डिब्बे नहीं थे।

अंश - 115

सेहतमंद अनाज

ज्वार–इसमें भरपूर मात्रा में प्रोटीन, विटामिन–बी, कॉम्पलेक्स, पोटैशियम, फॉस्फोरस, कैल्शियम और आयरन होता है। यह लो कैलोरी फूड है। इसे खाने से सर्दी–जुकाम और पेट की समस्याओं (मोटापा, गैस, बवासीर आदि) में राहत मिलती है। नियमित सेवन ऊर्जा देता और थकान मिटाता है। खून बढ़ाने और साफ करने में भी मददगार है।

बाजरा – आयरन, जिंक, विटामिन–बी, पोटैशियम, फॉसफोरस, मैग्नीशियम, कॉपर, मैंगनीज व माइक्रोन्यूट्रीएंट्स अधिक मात्रा में होते है। प्रति 100 ग्राम कार्बोहाइड्रेट, 8 मिलीग्राम लौह तत्व और 132 मिलीग्राम कैरोटीन होता है। कैरोटीन आंखों की सुरक्षा प्रदान करता है। सिलिएक डिजीज की आशंका नहीं रहती है।

मक्का–इसमें कम कैलोरी के साथ विटामिन ए, बी, ई और कई दूसरे सूक्ष्म पोषक तत्व होते हैं। इसमें वसा, प्रोटीन, कोर्बोहाइड्रेट, फाइबर अधिक होता है जो कब्ज, बवासीर और कोलोरेक्टल कैंसर आदि पेट संबंधी रोगों से बचाव करता है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स, एंटी–कैंसरस और एंटी ऐजिंग की तरह से काम करता है। मानसिक बीमारियों से बचाता है।

रागी – इसे मडुआ भी कहते हैं। डायबिटीज में फायदेमंद है। इसमें पचाने वाले प्रोटीन अधिक मात्रा में मिलते हैं। सेहत के लिए बहुत जरूरी कई एमिनो एसिड रागी में पाए जाते हैं, जिनकी दूसरे अनाजों में प्रायः कमी रहती है। इसमें दूसरे अनाजों की तुलना में कैल्शियम पांच गुना अधिक होता है। फॉस्फोरस और आयरन भी ज्यादा होता है।

जौ – आयरन, कैल्शियम मैग्नीशियम, बी–कॉम्पलेक्स, जिंक, मैगनीज, सेलेनियम, प्रोटीन, अमीनो एसिड, डायट्री फाइबर्स और एंटी–ऑक्सीडेंट अधिक होते हैं। मोटापा और कोलेस्ट्रॉल कम करने में सक्षम है। डायबिटीज और बॉडी डिटॉक्स के लिए भी इसका प्रयोग होता है।

छिलकों में पौष्टिकता और फाइबर –अधिकतर बीमारियां पेट से जुड़ी हैं। लाइफ स्टाइल डिजीज का मुख्य कारण भी खराब पेट है। इसकी वजह अनाजों का छिलका निकाल लेना है जिनमें फाइबर होता है। इससे पौष्टिकता भी घट जाती है। मोटे अनाजों में माइक्रोन्यूट्रिएंट्स होते हैं जो गंभीर बीमारियों से बचाते हैं।

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

अनुभव अमृतम्

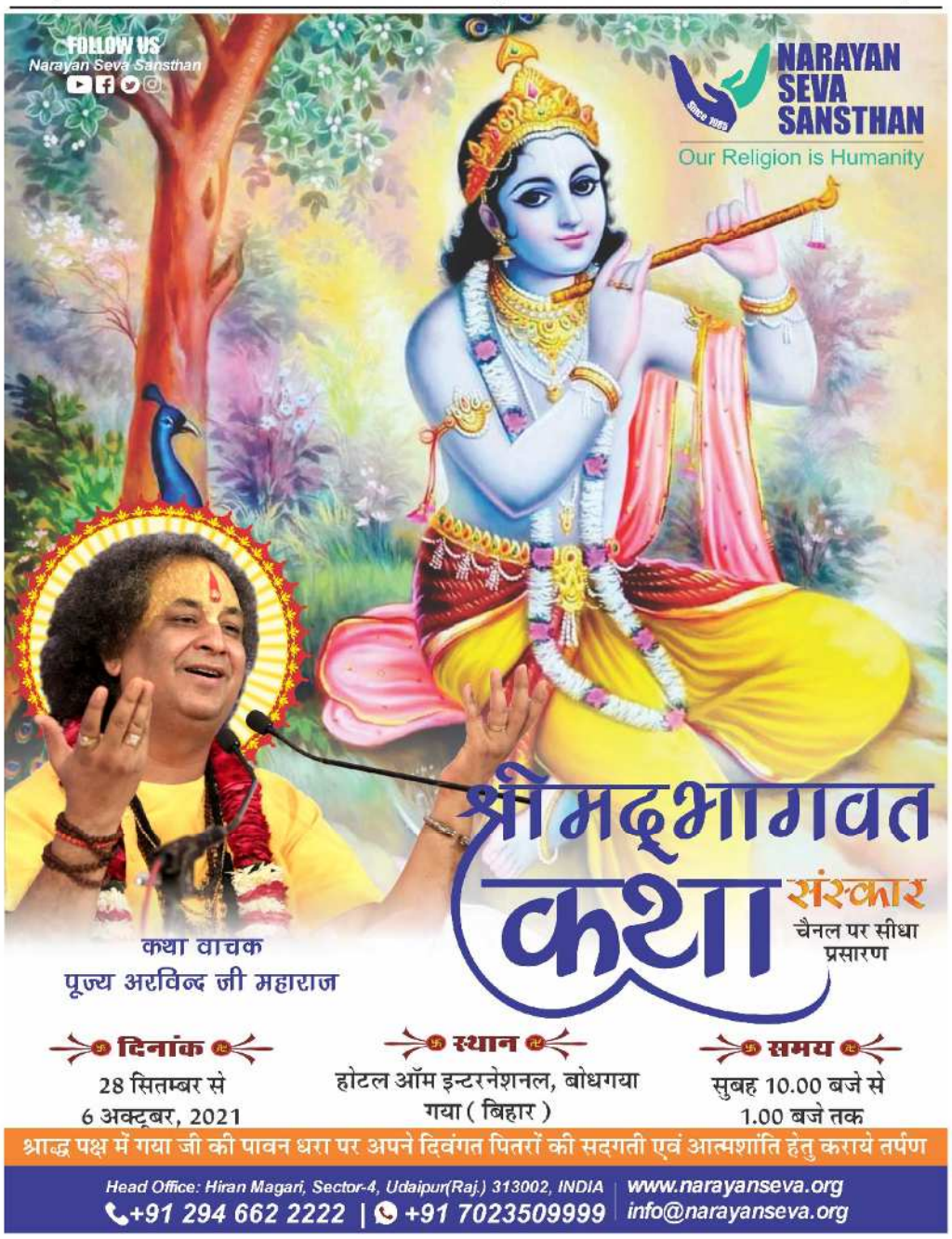
वाह! कैलाश वाह! पावन क्षणों में घूम रहा है फन्डामेन्टल रूल्स जिसको शोर्ट में बोलते है, एफ.आर.। सप्लीमेन्टरी रूल्स एस. आर. एक पैपर फन्डामेन्टल रूल्स का थ्योरी का। एक पैपर प्रेक्टिकल का। इसी तरह से एक पेपर थ्योरी का और एक पेपर प्रेक्टिकल का एस. आर. का सप्लीमेन्टरी रूल्स।

चार पेपर तो ये हो गये। उस समय कमला जी कहा करती थी– अरे! प्रशान्त धीरे बोल, अरे! कल्पना धीरे बोल, तेरे पापा पढ़ रहे हैं।

उनको डिस्टर्ब नी हो जावे। आजा– आजा, तूं बोल तेरे लिये क्या करूं? उस समय जब ये 77 में जूनीयर एकान्ट्स ऑफिसर की तैयारी पार्ट वन की तैयारी। हाँ, महाराज, हाँ स्वामी पब्लीकेशन्स वाल्यूम नम्बर फर्स्ट, वाल्यूम नम्बर सैकण्ड, वाल्यूम नम्बर थर्ड, वाल्यूम नम्बर थर्ड में रिसिप्टरी एकशन्स मेजर पैनल्टी, माईनर पैनल्टी, वार्निंग, इनक्रीमेंट रोकना ये सब पढ़ते थे। वाल्यूम फोर्थ, उसको वाल्यूम नाईन्थ टेलीग्राफ एक्ट का।

वाल्यूम नाईन्थ में टेलीग्राफ एक्ट दिये। ऐसे एक्ट जो ससंद में पास हुए। वाल्यूम टेन्थ, वाल्यूम बारह तक। हाँ, इग्लिश में आते थे स्वामी पब्लीकेशन्स के, चैन्नई के, भगवान की कृपा सात पेपर, चार दिन में। अद्भुत सोमवार को एक पेपर दस से एक बजे तक। दो बजे से दूसरा पेपर चालू। ये फर्स्ट ईयर, सैकण्ड ईयर, थर्ड ईयर वाला मामला नहीं है– भाया।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 242 (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 : न्यूटेक 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