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-2326 • उदयपुर, शुक्रवार 07 अप्रेल, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

वैज्ञानिकों ने हवा से जुटाया जानवर का डीएनए

डीएनए स्टडी में लंदन के शोधकर्ताओं ने बढ़ी उपलब्धि हासिल की है। पहली बार हवा से जानवर का डीएनए एकत्रित किया गया है। एक पत्रिका में प्रकाशित शोध में यह दावा किया गया। क्वीन मेरी यूनिवर्सिटी की इकोलॉजिस्ट व लेखक एलिजाबेथ क्लेर ने बताया कि शोध का लक्ष्य हवा में मौजूद डीएनए की जांच से गुफा या स्थान विशेष में मौजूद जानवरों की प्रजातियों की जानकारी हासिल करना था। लुप्त प्रजातियों का अध्ययन करने में भी यह शोध मददगार साबित होगा।

अध्ययन के अनुसार मनुष्य व अन्य सजीव पर्यावरण में पर्यावरण डीएनए या ईडीएनए छोड़ते हैं। किसी प्रजाति विशेष का अध्ययन करने के लिए पानी से डीएनए का जुटाना आम है। इस शोध में हवा से ऐसा करना भी संभव हो गया है।

टेक्सास टेक यूनिवर्सिटी के इकोलॉजिस्ट मैथ्यू बार्न्स ने कहा कि पिछले दशक में पौधे व जानवरों की आबादी का अध्ययन और प्रबंधन करने के लिए ईडीएनए संग्रह तथा विश्लेषण महत्वपूर्ण साबित हुआ हैं।

निर्वात क्षेत्र से जुटाए नमूने : क्लेयर और उनके साथियों ने बंद बाड़े में मौजूद छछूंदर के आस–पास के क्षेत्र को निर्वात बना नमूने लिए। पहले पौधों पर शोध में पौधों के परागकणों रूप में डीएनए छोड़ने का पता लगा। वहीं जानवर लार और मृत त्वचा कोशिकाओं के रूप में हवा में डीएनए छोड़ते हैं। शोधकर्ताओं ने एचईपीए जैसे फिल्टर से नमूने लेकर डीएनए सिक्केसिंग की डेटा के आधार पर विश्लेषण किया।

छछूंदर के साथ मानव डीएनए भी मिला

शोधकर्ताओं को छछूंदर के साथ मानव डीएनए भी हासिल हुआ। यह छछूंदर के पास मानव की मौजूदगी से मिला। ये शोध काफी संवदेनशील है। क्लेयर ने बताया कि इस प्रक्रिया के विभिन्न चरणों से एकत्रित डीएनए की मात्रा को अलग कर सकते हैं।

मोबाइल पर ओटीपी, तब खुलता है तेल टैंकर का ताला

पेट्रोल और डीजल के टैंकर से ड्राइवर द्वारा बीच रास्ते तेल चोरी की घटनाओं से निपटने के लिए तेल कंपनियों ने अब इलेक्ट्रोनिक ताला विकसित किया है, जिसकी चाबी वह वन टाईम पासवर्ड (ओटीपी) है।

यह पेट्रोल पंप संचालकों के मोबाइल पर तेल कंपनियों की ओर से भेजा जाता है। हाल ही में लागू किया गया यह प्रयोग काफी सफल रहा है। इससे तेल चोरी के मामलों में कमी आई है।

पेट्रोलियम कम्पनियों के टर्मिनल डिपो से तेल लेकर निकलने के बाद ड्राइवर बीच रास्ते में मैनुअल लॉक को मास्टर चाबी से खोलकर तेल की चोरी कर लेते थे। पेट्रोल पंप पर पहुंचने के बाद भी यह चोरी पकड़ में नहीं आती थी और नुकसान पेट्रोल पंप संचालकों को भुगतना पड़ता था।

जोधपुर में सालावास के आसपास कई ढाबों में मास्टर की सहित अन्य कई चाबियों के गुच्छे पड़े हैं। ढाबा संचालकों के साथ मिलीभगत करके टैंकर चालक प्रति टैंकर से 200 से 250 लीटर तेल चुरा कर भेज देते थे।

सेटेलाइट से कनेक्ट, ऐसे आता है ओटीपी

सार्वजनिक क्षेत्र की तीनों तेल कंपनियों ने तेल टैंकर के अंदर जीपीएस सिस्टम लगा रखा है। जो सेटेलाइट से कनेक्ट रहता है। तेल कंपनियों के टर्मिनल से निकलने के बाद टैंकर को तय मार्ग से ही आउटलेट तक पहुंचना होता है। सेटेलाइट से उसकी लोकेशन ट्रेस होती रहती है।

पेट्रोल पंप पहुंचने के बाद सैटेलाइट सिग्नल रिसीव करता है और पेट्रोल पंप संचालक के लिए ओटीपी जनरेट करके उसके मोबाइल पर भेजता है। टैंकर पर एक इलेक्ट्रॉनिक लॉक लगा हुआ है। इस लॉक में ओटीपी डालने पर ताला खुलता है।

सेवा–जगत्
मानवता का प्रतीक, आपका सेवा संस्थान

एक वर्ष की चिकित्सा के बाद चला मोहित

बांका (बिहार) के गांव कर्मा निवासी राजीव कुमार सिंह के घर 26 जुलाई 2018 को दूसरी संतान का जन्म शल्य चिकित्सा से हुआ। जन्म के 6–7 माह बाद माता–पिता को पता लगा कि मोहित के दोनों पांवों में कमजोरी और टेढ़ापन है। यह देख वे चिंताग्रस्त हो गए। तभी उनके किसी मित्र ने बताया कि अपने बच्चे का इलाज उन्होंने भी नारायण सेवा संस्थान में कराया जिससे वो अब आसानी से चलने लगा है। इस जानकारी के बाद मोहित के माता– पिता भी बिना वक्त गंवाए मार्च 2019 में उदयपुर आए।

संस्थान की डॉक्टर्स टीम ने जांच की। बच्चे को जन्मजात क्लब फुट डिफोरमेटी रोग बनाया और कहा कि 2 वर्ष तक इलाज चलेगा। फिर शुरू हुआ इलाज का दौर जिसके तहत 3 बार प्लास्टर चढ़ाया गया। दोनों पांव का एक–एक ऑपरेशन हुआ। उसके बाद 2 बार फिर प्लास्टर चढ़ाए और 3 बार अलग– अलग तरह के जूते पहनाकर उसे चलाया। मोहित के पांव अब सीधे हो गए है। वो दौड़ने भी लगा है। पूरा परिवार उसे चलता देख बहुत खुश है।

उमेश की दो साल से रुकी जिन्दगी शुरु

चोरी–चोरा, गोरखपुर (यू.पी.) निवासी 27 वर्षीय उमेश कुमार राजभर करीब 2 साल पहले एक रेल दुर्घटना के शिकार हो गए। दुर्घटना का जिक्र करते हुए वे रूंधे गले से बताते हैं कि मां–पिता की मौत तो मेरे लड़कपन में हो गई थी। खैर ईश्वर की मर्जी के आगे किसी की नहीं चलती। भाभी और भाई ने मुझे बड़ा कर किया। परिवार की मदद के लिए लोहे के कारखाने में मजदूरी करने लगा। घरवालों से मिलने के लिए गांव जा रहा था कि चलती ट्रेन में चढ़ते वक्त गिर पड़ा। मुझे तो कुछ सुध नहीं रही बांया पांव पूरी तरह क्षतिग्रस्त हो गया था। किसी ने मुझे हॉस्पीटल पहुंचाया। वहां करीब 1 माह तक इलाज चला जिसके दौरान घुटने के नीचे से पांव काटना पड़ा। कल तक दौड़ रही जिन्दगी एकाएक थम गई। बेड पर बैठे रहने के सिवा कुछ भी नहीं कर सकता। कुछ दिन पहले किसी परिचित ने नारायण सेवा संस्थान की जानकारी दी तो में उदयपुर पहुंचा। संस्थान की प्रोस्थेटिक टीम ने कटे पांव का मेजरमेंट लिया और कृत्रिम पांव लगा दिया। अब मैं अपने पांवों पर चलने लगा हूं। मै इतना खुश हूं कि कह नहीं पा रहा .... बस इतना ही कहूंगा कि मेरी जिन्दगी रूक गई थी जिसे फिर से शुरू करने वाली नारायण सेवा संस्थान और इनके डॉक्टर्स व टीम को बहुत धन्यवाद... आपने कृत्रिम अंग का मुझे उपहार दिया है ... मैं इसके लिए बहुत आभारी रहूंगा....

सहजीवन-सहकार

एक खेत में कुछ मजदूर निराई–गुड़ाई का काम कर रहे थे। एक घंटा काम करने के बाद वे सब बैठकर सुस्ताने और गप्प हाँकने लगे। खेत के मालिक ने उनसे कहा तो कुछ नहीं, परंतु खुद खुरपी लेकर काम करने लगा। मजदूरों ने अपने मालिक को काम करते देखा तो शर्मिंदा हुए और दौड़कर काम में जुट गए। दोपहर हुई। यह देखकर मालिक, मजदूरों के पास गया और बोला– ''भाइयो, काम बंद कर दो और खाना खा लो, आराम कर लो।''

मजदूर खाना खाने के लिए चले गए और शीघ्र ही थोड़ा समय आराम करने के बाद फिर काम पर आकर डट गए। शाम को छुट्टी के समय पड़ोसी खेत वाले ने देखा कि उसका काम तो हमसे दो गुना ज्यादा हुआ है। वह बोला– ''भाई! तुम मजदूरों को छुट्टी भी देते हो और डाँटते– फटकारते भी नहीं, तब भी तुम्हारा काम मुझसे ज्यादा होता है, जबकि मैं मजदूरों के छुट्टी नहीं देता और हर समय डाँटता भी हूँ तब भी मेरा काम कम ही हो पाता है।'' सज्जन स्वभाव वाला खेत का मालिक बोला– ''भाई ! काम लेने की नीति में मैं सबसे पहले स्नेह एवं सहानुभूति को स्थान देता हूँ।

दूसरा, मैं स्वयं उनके काम–काजों में जुटता हूँ। इसीलिए मजदूर पूरा जी लगाकर काम करते हैं, इससे काम ज्यादा भी होता है और अच्छा भी। यह अनुशासन थोपने की नहीं, सहजीवन– सहकार की ही चमत्कारी परिणति है।''

सफलता की कहानी – इन्हीं की जुबानी

भिण्ड निवासी श्री जय प्रकाश ने की पुत्री सृष्टि, जिसकी उम्र अभी 6 वर्ष है– उसे जन्म से ही पोलियो की पीड़ा है। अपने साधारण से व्यवसाय पर परिवार निर्भर है। सृष्टि कक्षा 1 में अध्ययनरत है। उन्हें अपने एक रिश्तेदार से संस्थान की जानकारी मिली और वे सृष्टि को लेकर पहली बार उदयपुर आये। चिकित्सकों ने सृष्टि की जाँच की और विश्वास दिलाया कि ऑपरेशन के पश्चात् सृष्टि पूरी तरह ठीक हो सकेगी। चिकित्सकों ने ऑपरेशन सम्पन्न किया । सभी आशवस्त है, सृष्टि शीघ्र ही सामान्य बालकों की तरह चलने–फिरने में समर्थ हो सकेगी। श्री जय प्रकाश संस्थान के प्रति कृतज्ञ हैं।

जूही शर्मा, 19 वर्षीय निवासी –जोधपुर (राज.)

बचपन से ही एक हाथ में पोलियो। पहले कहीं नहीं दिखाया। शिविर के माध्यम से संस्थान की जानकारी मिली। संस्थान में आकर दिखाया। डॉक्टर्स ने ऑपरेशन की राय दी।

कुल 3 ऑपरेशन सम्पन्न हुए। ऑपरेशन के बाद फिजियोथैरेपी करवाई। हाथ ठीक हो गया है। अच्छा लग रहा है। दिव्यांगता की बाधा समाप्त हो गई है। श्री राजेन्द्र प्रसाद अपनी पुत्री जूही के इलाज में प्राप्त संस्थान की चिकित्सा सुविधाओं से अभिभूत है। संस्थान में बहुत अच्छी सेवा सुविधा मिली है।

पहली किरण– सुबह सात से पहले की सात बातें

1. ध्यान : इसके तहत गहन ध्यान कर सकते हैं या सामान्य रूप से थोड़ी देर मौन में रह सकते हैं। इससे पूर्व दिन के लिए अपने आप को मानसिक रूप से तैयार करने में मदद मिलती है। यह तनाव को दूर कर एकाग्रता के स्तर को बढ़ाने में भी मदद करेगा।

2. व्यायाम–योग : स्वस्थ शरीर के बिना सकारात्मक सोच का होना प्रायः संभव नहीं होता। छोटे–छोटे व्यायाम करके खुद को आसानी से ऊर्जावान बना सकते हैं। योग आपको शारीरिक के साथ–साथ मानसिक तौर पर भी स्फूर्ति देता है।

3. पढ़ना : हमें कुछ भी नया सीखने का अवसर कभी हाथ से जाने नहीं देना चाहिए। प्रेरणादायक चीजें पढ़ने से ज्ञान के साथ–साथ सकारात्मकता भी बढ़ती हैं।

4. लक्ष्य तय करें : लक्ष्य निर्धारित करके काम करने से सफलता की संभावना मजबूत हो जाती है। सिलसिलेवार और व्यावहारिक योजना बनाकर दिनभर के काम को अंजाम दें। इससे आत्मविश्वास बढ़ता है, समय भी बचता है।

5. एक गिलास पानी : नाश्ते से थोड़ा पहले एक गिलास पानी पीएं, इससे शरीर की तरलता संतुलित रहेगी। इससे सोने के कारण पैदा हुई खुमारी दूर होगी और ताजगी का एहसास होगा।

6. पसंदीदा लोग : ऐसे तीन व्यक्तियों को याद करें जिन्हें आप अपना प्रिय मानते हैं। इससे खुशी महसूस होगी, जिससे काम शुरू करने में तनाव महसूस नहीं होगा।

7. स्नान : नहाना सेहत के लिए जरूरी है ही, यह मिजाज को खुशनुमा बना देता है। यह रात की खुमारी दूर कर दिन के कार्यों के लिए प्रोत्साहित करने का जरिया भी है।

सुकून और शांति

बात बहुत पुरानी है। एक बार विश्वविजय पर निकला सिकंदर यूनान से भारत तक आ पहुंचा था। वह एक जंगल से आगे बढ़ रहा था। तभी एक साधु शिला पर लेटे हुए मिले। सिकंदर को देखकर भी वह ज्यों के त्यों लेटे रहे। सिकंदर ने अहंकार और गुस्से में कहा, 'क्या आपको मालूम है कि आपके सामने विश्वविजेता खड़ा है?' साधु ने उपेक्षापूर्ण व्यवहार दिखाते हुए कहा, 'तुम खून खराबा क्यों करते हो?' सिकंदर ने कहा, 'इससे मैं पूरी दुनिया को जीत लूंगा और उस पर राज करूंगा।' साधु ने फिर कहा, 'फिर'? सिकंदर बोला, 'मेरे पास महल, गहने, संपत्ति, नौकर–चाकर और विराट सत्ता और विशाल साम्राज्य होगा। साधु बोले, 'फिर?' सिकंदर बोले, 'ये करने के बाद मैं सुकून के साथ रहूंगा।' साधु बोले, 'तुम इतना सब करने के बाद आराम से रहोगे। मैं तो वैसे ही आराम से रह रहा हूं।' साधु ने लेटे–लेटे ही उत्तर दिया और दूसरी करवट लेकर सो गया। तब सिकंदर को पहली बार यह अहसास हुआ कि वह एक मूर्खतापूर्ण अभियान पर निकला है। उस दिन उसने अपना अभियान सदा के लिए स्थगित कर दिया। वह समझ चुका था कि सुकून और शांति पाने का रास्ता हिंसा कतई नहीं था।

मादड़ी में आग को बुझाने में नारायण सेवा आया आगे

रिको मादड़ी इंडस्ट्रियल एरिया स्थित मादड़ी कबाड़ गोदाम में गत सोमवार को लगी भीषण आग को बुझाने में नगर निगम के वाहनों के साथ पहुंचा रहे हैं। नारायण सेवा संस्थान के अग्निशमन वाहन ने भी सहयोग किया। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि ज्यों ही घटना का समाचार मिला तुरंत संस्थान का अग्निशमन वाहन रवाना कर दिया गया। जिसने आग की आखिरी लपट बुझने तक अपनी सेवाएं दी। अग्निशमन वाहन टीम का नेतृत्व सुरेन्द्र सिंह जी गुर्जर व अनुप सिंह जी ने किया। प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि दूसरी तरफ लॉकडाउन के चलते जरूरतमंदों के लिए घर–घर जाकर भोजन पहुंचाने की सेवा भी की जा रही है। संस्थान निदेशक वंदना जी अग्रवाल, पलक जी अग्रवाल के निर्देशन में शहर के अलग–अलग क्षेत्रों में निर्धारित समय पर भोजन पैकेट पहुँच रहे है।

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 बनायें सशक्त

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

NARAYAN VOCATIONAL ACADEMY

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

मोबाईल/ कम्प्यूटर/सिलाई/मेहन्दी प्रशिक्षण सांजन्य 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.

दान सहयोग हेतु सम्पर्क करें - 0294-6622222, 7023509999

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, भूखे 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 नही 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.

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

सम्पादकीय

कहते हैं कि वक्त वो ताकत है जो अच्छे–अच्छों को उत्थान या पतन का मार्ग दिखा देती है। वक्त यदि अच्छा है तो चारों ओर स्वार्थियों का जमावड़ा हो जायेगा। हर व्यक्ति आपसे सम्पर्क में रहकर स्वयं को गौरवशाली मानेगा। किन्तु यदि वही वक्त बिगड़ गया तो तत्काल दृश्य बदल जाता है। जो हमारे गुणगान करते अघाते न थे वे कन्नी काटने लगते हैं। कोई दूसरा सम्बन्ध भी स्थापित करके जोड़ना चाहे तो वे पल्ला झाड़ लेते हैं।

वक्त का अच्छा या बुरा होना ही दुनिया की पहचान है। यह भी कहा जाता है कि वक्त वह तराजू है जिससे अपनों के वजन की असली बात मालूम हो जाती है। कौन हमारा हितैषी है? कितना हितैषी है? असली है या नकली? सब परतें तुरंत खुलने लगती है। परमात्मा का विधान ही ऐसा है कि हर व्यक्ति के जीवन में चाहे न्यूनावधि का ही आये, बुरा वक्त आता ही है। तब हमारी आँखें खुल जानी चाहिये, पर हम लापरवाही कर जाते हैं। असलियत को जानने से वंचित रह जाते हैं। संकेत समझें। वक्त तो हमारा मार्गद्रष्टा है।

कुछ काव्यमय

घी में घी सब मिला रहे,
दुनिया का दस्तूर।
वक्त सही हो तो सभी
मान रहे भरपूर।
पर जैसे ही बदलता,
ठीक वक्त का चक्र।
तब कोई अपना नहीं,
नहीं किसी को फिक्र।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

फिर खिल उठा स्वर्ण पुष्प

पढ़ने में आया था– महाराणा रणजीत सिंह जी एक बार अपने साथियों के साथ जब कहीं भ्रमण पर जा रहे थे, कि अचानक एक ढेला उनके कन्धे पर आकर लगा। तुरंत सैनिक दौड़ पड़े, और एक बुढ़िया को पकड़ लाये जो दंड की आशंका से थर–थर काँप रही थी। रोती हुई सी हाथ जोड़े उस मांई ने बताया– महाराज जी! मैंने तो आम तोड़ने के लिए वृक्ष पर पत्थर मारा था।

गजब हो गया–आपके लग गया। अब जो भी दंड। दयालु महाराज ने राज्य कोष से उसके घर पर जीवनयापन का सामान भिजवाया। आश्चर्यचकित से हुए अपने दरबारियों को कहा– "देखों भाई! जब एक वृक्ष भी ढ़ेला मरने पर अपने प्राणतत्त्व युक्त मीठा फल प्रदान कर देता है, तो फिर मैं तो मानव हूँ.... और फिर उस बेचारी

मांई ने जानबूझ कर तो नहीं मारा था न?"

है नहीं मुमकिन कि जीते,
शक्ति से एक व्यक्ति भी।
प्यार के दो बोल बोलो,
चाहो तो दुनियां जीत लो।।

बहुत सरल है प्यार बढ़ाना –घृणा बढ़ाना अवश्य कठिन है। क्योंकि वह मानव के स्वाभाविक गुण के विपरीत है, और फिर हमारे इस प्रिय भारत देश में तो पूरी थाती है प्रेम, त्याग, सेवा, परोपकार, दयालुता व उदारता आदि की।

हजारों महापुरुषों के जीवन्त उदाहरण हैं जिन्होंने इन्हीं गुणों से पूरे विश्व को अमर धरोहरें प्रदान की है– तिल–तिल जल कर... क्षण–क्षण जी कर।

क्या सुन्दर कहा एक कवि ने :–

ईश्वर को नापसंद है,
शक्ति जुबान में,
इसलिए तो नहीं दी है,
हड्डी जुबान में।

आइए बन्धुओं मजबूत करें नारायण सेवा को अर्थात परोपकार के रचनात्मक कार्यों को। ताकत दें सेवा के मन को अर्थात सात्त्विक विचारों के प्रसार को, और दुंदुभी बजा दें –प्यार की पवित्रता की करुणा व स्नेह की।

– कैलाश 'मानव'

मानव सेवा ही, माधव सेवा

बहुत पुरानी बात है। किसी गांव के समीप एक संन्यासी का आश्रय था। उसे गांव वालों से जो कुछ भी भिक्षा मिलती, उससे वह भोजन बनाता था और अपने लिए थोड़ा भोजन रखकर बाकी भोजन भिखारियों में बाँट देता। एक दिन कुछ देवताओं ने संन्यासी को दर्शन दिए और कहा – तुम सच्चे संन्यासी हो। हम तुम्हें एक बीज देते हैं, इसे मिट्टी में दबा देना। इसके पौधे से पुण्य उगने पर तुम्हें पैसों की कमी नहीं रहेगी। यह कहकर देवता अन्तर्धान हो गए। सन्यासी ने आश्रम के बगीचे में बीज बो दिया। कुछ दिनों के बाद एक पौधा उग आया। धीरे–धीरे पौधा बढ़ता गया। एक दिन उस पर पुष्प खिल उठा। वह पुष्प, सामान्य पुष्प नहीं, स्वर्ण पुष्प था। प्रतिदिन एक पुष्प खिलता, संन्यासी पुष्प बेचकर उससे प्राप्त धन से भिखारियों को भोजन कराता। संन्यासी ने कुछ दिनों पश्चात् पंचतीर्थ दर्शन करने का निश्चय किया। उसका एक शिष्य था नरेश। संन्यासी ने स्वर्ण–पुष्प के विषय में नरेश को बताया और पंचतीर्थ दर्शन को चला गया। कुछ दिन तक ठीक चलता रहा। भिखारी खुशी–खुशी भोजन करते रहे। धीरे–धीरे नरेश के मन में कपट आ गया। वह स्वयं को आश्रम का स्वामी मानने लगा। वह भिखारियो को भला–बुरा कहने लगा। भिखारियों को भोजन भी न देता। नरेश ने तय किया कि संन्यासी के लौटने से पूर्व, वह सारा धन समेटकर आश्रम से भाग जाएगा। अगली सुबह उसने देखा कि स्वर्ण–पुष्प खिला ही नहीं। पौधा भी सूख गया है। नरेश बड़ी कठिनाई से कुछ दिन बिता पाया। धन समाप्त हो गया। उसे भूखा रहना पड़ा। कभी–कभी ही भोजन मिलता। चार माह के बाद संन्यासी लौटा तो नरेश ने प्रणाम करते हुए कहा–गुरुजी, अब स्वर्ण पुष्प नहीं खिलता है। संन्यासी ने पूछा –स्वर्ण–पुष्प क्यों नहीं खिलता?

मालूम नहीं गुरुजी–नरेश बोला।

संन्यासी को देख भिखारियों की भीड़ जमा हो गई थी। उन्होंने नरेश की शिकायत संन्यासी से की। नरेश की दृष्टि नीचे झुक गई। संन्यासी ने कहा –देवताओं की कृपा से यह पौधा मुझे मिला था, परन्तु तुम्हारे अनुचित व्यवहार के कारण स्वर्ण–पुष्प खिलना बंद हो गया। फिर संन्यासी ने भिखारियों से कहा–तुम कल आना मैं तुम्हें भोजन दूँगा। यह सुनकर भिखारी चले गए। अगले दिन जब संन्यासी उठा तो उसने देखा कि वह पौधा फिर खड़ा हो गया है। उसमें स्वर्ण–पुष्प खिल उठा है। संन्यासी बहुत प्रसन्न हुआ। उसने नरेश को बुलाकर कहा देख –स्वर्ण पुष्प खिल उठा है। तुम दरिद्र नारायण का आदर करना सीखो। यदि नर की सेवा करोगे, तभी नारायण प्रसन्न होंगे। मानव सेवा ही माधव सेवा है वत्स।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

बीसवीं शताब्दी का उत्तरार्द्ध शुरू हो चुका था। देश अंग्रेजों की गुलामी की बेड़ियों से स्वतन्त्र हो अपने पहले आम चुनाव की तैयारियां कर रहा था। मेवाड़ रियासत का एक ठिकाना था भीण्डर। यहीं एक गिरवी की हवेली में मदन अपने भाई देवीलाल के साथ रहता था। मदन के चार पुत्र व 2 पुत्रियां थी इनमें कैलाश दूसरे क्रम पर था। स्वतन्त्रता प्राप्ति के सिर्फ 7 माह पूर्व 2 जनवरी 1947 को कैलाश का जन्म हुआ था।

घर में लकड़ी का चूल्हा था, मां उसी के पास बैठ कर खाना बनाती। बच्चों को आवाज दी तो एक एक कर सब आ गये। सब अपनी अपनी थाली कटोरी ले जमीन पर बैठ गये। कैलाश कहां पीछे रहता, उसने भी कटोरी को थाली के साथ जोर जोर से बजाना शुरू कर दिया, देखा देखी अन्य बच्चे भी यही करने लगे तो ऐसा शोर मच गया कि सोहनी को इन्हें डपटना पड़ गया। पहले ही चूल्हे से उठते धुंए से उसकी आंखों का बुरा हाल था। एक हाथ में साड़ी का आंचल ले आंखे पोंछ रही थी तो दूसरे हाथ से तवे पर रोटी पलट रही थी।

अभी रोटी तवे से उतरी भी नहीं थी कि कैलाश जिद करने लगा पहली रोटी मेरी। भूख तो सबको लग रही थी, अब सब यही राग अलापने लगे और कुछ देर पूर्व थमा थाली कटोरी का शोर फिर गुंजायमान हो गया।

सोहनी ने सबको शांत करते हुए कैलाश से कहा–तू तो समझदार है, यह पहली रोटी तो गाय माता की है, दूसरी जल्दी उतर जायगी, एक एक करके तुम सबको दे दूंगी, जल्दी मत करो। सोहनी रोटी बेलने लगी और गीता का अध्याय सुनाने लगी। सब बच्चे चुपचाप मां की बातें सुनने लगे। कैलाश को लगता था उसकी मां बहुत पढी लिखी है तभी तो ऐसी बातें बताती है।

पुन प्रारम्भ : अंश-4 अंश

पानी की कमी से होता है डीहाईड्रेशन

1 डीहाइड्रेशन–
डीहाइड्रेशन गर्मियों की सबसे सामान्य समस्या मानी जाती है। गर्मियों मे बाहरी तापमान बढने से शरीर का तापमान भी बढ जाता है। ऐसे में शरीर के ताप को स्थिर बनाए रखने के लिए अधिक मात्रा में पसीना निकलता है। अत्यधिक पसीना आने के कारण डीहाइड्रेशन की समस्या हो जाती है। गर्मियों मे लगातार एसी में रहने से भी पानी पीना कम हो जाता है। इससे भी डीहाइड्रेशन की समस्या हो सकती है।

2 लक्षण
- छोटे बच्चे या नवजात शिशुओं में अनिद्रा या घबराहट और बड़ों में चिड़चिड़ापन और भ्रम की स्थिति पैदा होना।
- मुंह और त्वचा का काफी सूख जाना।
- यूरीन कम या बहुत कम पास होना।
- रक्तदाब का कम होना।
- हार्ट बीट तेज हो जाना।
- रोने पर आंसू न निकलना।
- बुखार आना।
- गंभीर मामलों में बेहोशी छा जाना।

3 गर्मियों मे लें तरल पदार्थ का सेवन
इस मौसम में हमारे शरीर को काम करने के लिए ऊश्मा की आवश्यकता बहुत कम मात्रा में होती है। इसलिए हमें खाना कम खाना चाहिए और तरल पदार्थ अधिक लेने चाहिए। रोजाना तीन से चार लीटर पानी पीएं। थोड़ी–थोड़ी देर में पानी पीते रहें। फ्रिज के बजाए मिट्टी के बर्तन में रखे पानी का सेवन करें। इसके अलावा ज्यूस, छाछ, लस्सी, नीबू पानी, नारियल पानी और आम पना का भी सेवन करें।

अनुभव अमृतम्

मैं नहीं मेरा नहीं,
ये तन किसी का है दिया
जो भी अपने पास है
वह धन किसी का है दिया।।

वर्तमान में बल का सदुपयोग कर लो, भगवान ने ताकत दी, बल दिया, विचार दिये, सामर्थता दी, ज्ञात अज्ञात के पहाड़ मिले ब्रह्माण्ड में।

बन्धन को सीढ़ी बना,
रख बन्धन पर पाँव।
साहस कर आगे बढ़ो,
मिलती सुख की छाँव।।

साढ़े तीन हाथ की काया। दो सौ छः हड्डियाँ, 579 मांसपेशियाँ, एक ऊतक में प्रति घंटे चार सौ किलोमीटर की यात्रा करने वाले ये रक्त, ये पांचन तंत्र, ये लीवर, ये स्टॉमक, ये अग्नाशय, ये पित्ताशय, ये गाल ब्लेण्डर, ये फेफड़े, ये हृदय, ये दोनों किडनियाँ, हाथ, पैर, मस्तक, आँखें, मुंह, कान, नाक, सब परमात्मा ने दिया।

यह भी अच्छा, वह भी अच्छा,
अच्छा–अच्छा सब मिल जावें।
जो जैसा है उसको वैसा,
मिल जाता ये मंत्र मान ले।

भाग्य कहता है जो खराब अंक लिखे हुए होते हैं। वो भी मिट जाते है। ये सेवा मंत्र, करूणा मंत्र, नदिया अपना जल नहीं पीती, वृक्ष अपना फल नहीं खाते। धरती माँ इतनी सहनशील है कि अपना वजन थामती है। सूर्य भगवान प्रकाश तो देते ही देते, एक बिन्दू से सिन्धु बना देते है। ये साढ़े तीन हाथ की काया के भाइयों–बहनों मैं ये तो बकरी करती है अपने को करना है तो वो तूं है। एक मात्र तो सब प्रभु ही प्रभु हो, एक मात्र तो सब सम ही सम हो। ये समता की पुष्टि, ये दृष्टाभाव की पुष्टि भोग नहीं।कितना भोगकर लिया? कितने लीटर घी, तेल जीम लिया जबान ने। कुछ रखा नहीं उतनी हो गई बाकी रक्त बन गया। काम आने वाली वस्तु काम आ गई।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 130 (कैलाश 'मानव')

दिव्यांग, अनाथ, असहाय एवं वंचितजन की सेवा में सतत सक्रिय संस्थान के विभिन्न सेवा प्रकल्पों में करें सहयोग

कृपया अपने परिजनों या स्वयं के जन्मदिन, शादी की वर्षगांठ पुण्यतिथि को बनायें यादगार..

जन्मजात पोलियो ग्रस्त दिव्यांगों के ऑपरेशनार्थ सहयोग राशि

ऑपरेशन संख्या	सहयोग राशि	ऑपरेशन संख्या	सहयोग राशि
501 ऑपरेशन के लिए	17,00,000	40 ऑपरेशन के लिए	1,51,000
401 ऑपरेशन के लिए	14,01,000	13 ऑपरेशन के लिए	52,500
301 ऑपरेशन के लिए	10,51,000	5 ऑपरेशन के लिए	21,000
201 ऑपरेशन के लिए	07,11,000	3 ऑपरेशन के लिए	13,000
101 ऑपरेशन के लिए	03,61,000	1 ऑपरेशन के लिए	5000

निर्धन एवं दिव्यांगों को खिलाएं निवाला

आजीवन भोजन/नाश्ता सहयोग मिति

(वर्ष में एक दिवस 50 दिव्यांग, निर्धन एवं अनाथ बच्चों के लिए भोजन/नाश्ता सहयोग हेतु मदद करें)

नाश्ता एवं दोनों समय भोजन सहयोग राशि	37000/-
दोनों समय के भोजन की सहयोग राशि	30000/-
एक समय के भोजन की सहयोग राशि	15000/-
नाश्ता सहयोग राशि	7000/-

दुर्घटनाग्रस्त एवं जन्मजात दिव्यांगों को दें कृत्रिम हाथ-पैर और सहायक उपकरणों का उपहार

वस्तु	सहयोग राशि (एक नग)	सहयोग राशि (तीन नग)	सहयोग राशि (पाँच नग)	सहयोग राशि (ग्यारह नग)
तिपहिया साईकिल	5000	15,000	25,000	55,000
व्हील चेयर	4000	12,000	20,000	44,000
केलीपर	2000	6,000	10,000	22,000
वैशाखी	500	1,500	2,500	5,500
कृत्रिम हाथ/पैर	5100	15,300	25,500	56,100

गरीब दिव्यांगों को बनाएं आत्मनिर्भर

मोबाइल /कम्प्यूटर/सिलाई/मेहन्दी प्रशिक्षण सौजन्य राशि

1 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि- 7,500	3 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि -22,500
5 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि- 37,500	10 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि -75,000
20 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि- 1,50,000	30 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि -2,25,000

अधिक जानकारी के लिए कॉल करें
मो नं. : +91-294-6622222 वाट्सअप : +91-7023509999
आपके अपने संस्थान का पता
नारायण सेवा संस्थान - 'सेवाधाम', सेवानगर, हिरण मगरी, सेक्टर-4, उदयपुर-313002 (राजस्थान) भारत

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 पैन 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
: 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