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-2406 • उदयपुर, सोमवार 26 जुलाई, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

अब स्कूल जाने को तैयार शिखा

मध्यप्रदेश के शाजापुर जिले के गांव हादलेखुर्द में एलम सिंह के घर चार साल पहले बेटी के जन्म लेने से खुशी तो हुई पर दुःख भी हुआ। खुशी इस बात की थी काफी समय बाद घर में लक्ष्मी रूपी बेटी आई और दुःख इस बात का था कि जन्म से ही घुटनों से उपर तक बांया पांव नहीं था। एलम सिंह खेती करके जैसे–जैसे अपने परिवार का पोषण करते हैं। बेटी का नाम शिखा रखा गया । माता–पिता ने उसे बड़े लाड़ प्यार से पाला और यह महसूस भी नहीं होने दिया कि वह दिव्यांग है।

जनवरी 2020 में भोपाल में नारायण सेवा संस्थान का कृत्रिम अंग वितरण का शिविर लगा। पिता चार साल की शिखा को लेकर कैम्प में पहुंचे। जहां डॉक्टरों ने उसका परीक्षण कर उसको कृत्रिम पांव लगाया। पांव लगने के बाद वह सहारे से उठने–बैठने और चलने लगी। माता–पिता के साथ शिखा भी अब खुश थी।

परन्तु उम्र बढ़ने के कारण पांव इंच दो इंच, छोटा पड़ने लगा। इस पर पिता उसे लेकर संस्थान मुख्यालय उदयपुर आए जहां बच्ची को नया कृत्रिम पैर लगाया गया।

उन्होंने बताया कि शिखा अब स्कूल जाने की जिद करने लगी है। स्कूल खुलते ही स्कूल में इसका दाखिला करवाएंगे। उन्होंने संस्थान का आभार व्यक्त किया कि उनकी चिंता तो दूर हुई ही बच्ची का भविष्य भी सुधर गया।

कोरोना ने छीना, संस्थान ने दिया सहारा

उदयपुर जिले की वल्लभनगर तहसील के अमरपुरा खालसा के खेड़ा गांव के बुजुर्ग गरीब किसान श्री भगवानलाल के पुत्र का कोरोना की दूसरी लहर में दो माह पूर्व लम्बे इलाज के बाद देहांत हो गया।

एक निजी चिकित्सालय में 20 दिन चले इलाज में जमापूंजी तो खत्म हुई ही, कर्ज का भार भी बढ़ गया। घर में वही कमाने वाला था। अब परिवार का चलाने का बोझ मृतक के बूढे मां–बाप के कंधों पर आ गया। बूढ़ी मां पाव में फ्रेक्चर होने से चलने–फिरने में तो असमर्थ है ही, साथ ही बेटे की मौत के सदमे से भी अभी तक उबर नहीं पाई है।

संस्थान को इस बुजुर्ग दम्पती की विपत्ति के बारे में सूचना मिलने पर संस्थान निदेशक श्रीमती वंदना जी अग्रवाल के साथ राहत टीम बुजुर्ग के घर पहुंची और उन्हें राशन सामग्री एवं वस्त्रादि की सहायता के साथ ही आगे भी जरूरत के अनुसार सहयोग का आश्वासन दिया।

हटा राह का रोड़ा
रेल से कटे दोनों पांव, नारायण सेवा ने फिर चला दिया

कोरबा (छत्तीसगढ़) जिले के गांव केराकछार निवासी लम्बोहर कुमार एक बोरवेल कंपनी में काम करते हुए अपने परिवार के साथ खुश थे कि एकाएक जिंदगी की राह में रोड़ा खड़ा हो गया। वे अपने साथ घटी पूरी घटना का जिक्र करते हुए बताते हैं कि किसी काम से वे गांव से बिलासपुर जा रहे थे। रेलवे स्टेशन पर पटरी पार करते समय गिर पड़े और अचानक आई ट्रेन ने उनके दोनों पांव छीन लिए। घटना ने परिवार को गहरे संकट में डाल दिया। इलाज में पैसा खर्च हो गया और काम–धंधा छोड़कर घर बैठना पड़ा। कुछ समय बीतने पर उनके एक मित्र पप्पू कुमार ने बताया कि उदयपुर में नारायण सेवा संस्थान निःशुल्क कृत्रिम पैर लगाती है। इस समाचार से उम्मीद की किरण दिखाई दी। वे पिता तीजराम के साथ उदयपुर पहुंचे। जहां उनके दोनों कटे पांव का नाप लेकर कृत्रिम पैर बनाए गए। अब मैं उन पैरों के सहारे आराम से चलता हूं और आजीविका से जुड़कर परिवार के पोषण में मदद भी कर रहा हूँ। नारायण सेवा संस्थान का बहुत–बहुत आभार।

निराश जिन्दगी में उम्मीद की ज्योति

राजस्थान की भारत–पाक सीमा के मरुस्थलीय जिले बाड़मेर के छोटे से गांव भाड़खा निवासी लुणाराम (55) दुर्घटना मे गंभीर रूप से जख्मी होने व एक पांव खो देने के बाद जीने की उम्मीद ही खो चुके थे।

21 मार्च 2020 की शाम लुणाराम और उनका मित्र भाड़खा से अपने गांव नाइयों की ढाणी मोटरसाइकिल से जा रहे थे, तभी सामने से आती अनियन्त्रित पिकअप ने मोटरसाइकिल को चपेट में ले लिया। भिड़न्त इतनी भयंकर थी कि मोटरसाइकिल और दोनो सवार उछलकर 20 फीट दूर जा गिरे। साथी मित्र ने हिम्मत करके परिजनों को दुघर्टना की सूचना दी। एक निजी वाहन से उन्हें बाड़मेर के माणक हॉस्पीटल पहुंचाया गया, जहां 56 दिन तक भर्ती रख दुर्घटनाग्रस्त पांव में रॉड डाली गई। फिर भी पांव से पस निकलना न रूका। दर्द असहनीय था।

उन्हें कई अन्य बड़े हॉस्टपीटल में दिखाया गया, फिर भी राहत नहीं मिली। अन्त में जोधपुर के सरकारी अस्पताल में एडमिट कराया गया। जहां 15 दिनों के इलाज के बाद पांव काटना पड़ा। घाव सूखने का नाम नहीं ले रहा था। तब अहमदाबाद मे इलाज करवाने पर राहत मिली। पिछले 3 माह से घर में बिस्तर पर रहे। इस दौरान उनके आगरा निवासी पुराने मित्र ने फोन पर बताया कि नारायण सेवा संस्थान जाओ। बिना देर किए पिता–पुत्र उदयपुर आए।

डॉ. मानस रंजन साहू ने पांव की स्थिति देखकर नाप लिया और कृत्रिम पैर लगा दिया। पैर लगने के बाद जीवन से अंधेरा छटा और उससे चलने पर उनमें जीने की उम्मीद की ज्योति जगी है। उन्होंने संस्थान का धन्यवाद अर्पित किया है।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस में निहित है दिव्यांगजनों की प्रगति की कुंजी

– प्रशान्त अग्रवाल

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस डेटा साइंस का एक ऐसा क्षेत्र है, जिसने हाल के वर्षों में सभी कारोबारों में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। एआई या आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस एक डेटा साइंस फंक्शन है जो कंप्यूटर को अनुभवों के माध्यम से सीखने और अपने स्वयं के स्तर पर ऐसे कार्य करने के लिए प्रशिक्षित करता है, जिन्हें कुछ इनपुट्स के साथ बेहतर तरीके से किया जा सकता है। ग्राहकों से संपर्क में सहायता के लिए उपयोग किए जाने वाले चौटबॉट्स से लेकर अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस तक एक लंबा सफर तय किया गया है और कहा जा सकता है कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस एक ऐसे शक्तिशाली उपकरण के रूप में उभरा है, जिसने पूरी दुनिया में कारोबार करने के तौर–तरीकों को बदल दिया है और इसीलिए आज पारस्परिक संपर्क के लिए दुनियाभर के व्यवसायों और सेवाओं में इसका इस्तेमाल किया जाता है। दरअसल एआई एक उपकरण है जो एआई पेशेवरों द्वारा फीड किए गए डेटा के माध्यम से विशिष्ट कार्यों को करने के लिए डेटा पैटर्न को पहचानता है। हाल के दिनों में जहां नई टैक्नोलॉजी बहुत कम समय में उन्नत हो रही हैं, वहीं आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की अवधारणा का उपयोग विभिन्न कॉरपोरेट्स द्वारा ऐसी सहायक तकनीकों के निर्माण के लिए किया गया है, जो कि दिव्यांग जनों के लिए उपयोगी साबित हो सकती हैं। एआई को अपनाने से अर्थव्यवस्थाओं में सीधे तौर पर व्यापक परिवर्तन नजर आ रहा है, साथ ही क्षमताओं का निर्माण करने के लिए भी एआई का उपयोग किया गया है। गार्टनर द्वारा हाल ही में जारी किए गए अध्ययन के अनुसार यह भविष्यवाणी की गई है कि वर्तमान में प्रबंधकों द्वारा किया जा रहा 69 प्रतिशत कार्य 2024 तक पूरी तरह से स्वचालित हो जाएगा। भारत सरकार को भी समावेशी विकास के लिए आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) में भरपूर संभावनाएं नजर आ रही हैं। यही कारण है कि सरकार ने एआई पर एक टास्क फोर्स की स्थापना की है और नीति आयोग को निर्देश दिए हैं कि वह एआई को लेकर एक राष्ट्रीय रणनीति तैयार करे। देश अपनी 4.0 औद्योगिक क्रांति में अपने एआई समाधानों के माध्यम से प्रतिस्पर्धात्मक लाभ प्रदान करना चाहता है जो अतिरिक्त लागत लाभ के साथ उत्पादकता बढ़ा सकते हैं। इस तरह व्यवसायों को श्रम की तुलना में थोड़ा अधिक लागत उत्पादक और लाभदायक बनाने का लक्ष्य रखा गया है। इस प्रकार हमारा देश क्षमताओं का निर्माण करके डिजिटल दुनिया में व्याप्त वैश्विक विभाजन को कम करने की पूरी कोशिश कर रहा है।

नीति आयोग द्वारा प्रकाशित एक हालिया लेख के अनुसार भारत का शिक्षा जगत आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की तकनीक को अपनाने के लिए पूरी तरह तैयार है। लेख में कहा गया है कि वर्ष 2030 तक दुनिया में सबसे अधिक युवा लोग हमारे देश में होंगे। इस दौर में एआई का उपयोग दिव्यांग लोगों के लिए भी फायदेमंद साबित हुआ है, क्योंकि अधिक से अधिक संगठन एआई को अपना रहे हैं और वे दिव्यांग लोगों को भर्ती करने के लिए तत्पर हैं, जो उन्हें परिवर्तनों के लिए अधिक अनुकूल बनाते हैं। एक तरह से आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस कार्यस्थलों पर विविधता को बढ़ावा देता रहा है। गार्टनर की रिपोर्ट बताती है कि संगठनों से जुड़े 75 प्रतिशत प्रमुखों को कुशल प्रतिभा की कमी का सामना करना पड़ रहा है। चूंकि प्रतिभाशाली दिव्यांग जनों की प्रतिभा का अभी पूरी तरह इस्तेमाल नहीं हो पाया है, ऐसे में अधिकांश संगठन अब एआई के साथ खुद को लैस कर रहे हैं ताकि इन दिव्यांग उम्मीदवारों को स्किलिंग और प्रशिक्षण प्रदान करके उन्हें और भी अधिक सक्षम बनाया जा सके और उनकी प्रतिभा का उपयोग हो सके। इस तरह कार्यस्थल में भी विविधता नजर आने लगी है, जहां अब बड़े संगठनों द्वारा भी दिव्यांग जनों को स्वीकार किया जाने लगा है।

गार्टनर की रिपोर्ट में आगे विस्तार से बताया गया है कि 2023 तक नौकरी करने वाले दिव्यांग जनों की संख्या आज की तुलना में तीन गुना हो जाएगी, क्योंकि एआई की सहायता से कार्यस्थल की बाधाओं को कम किया जा सकेगा। गार्टनर का अनुमान है कि दिव्यांग लोगों को सक्रिय रूप से नियुक्त करने वाले संगठनों में कर्मचारियों के कायम रहने की दर 89 प्रतिशत रही है और इसके साथ ही कर्मचारी उत्पादकता में 72 प्रतिशत और संगठन की लाभप्रदता में 29 फीसदी की वृद्धि हुई है। एआई ने दिव्यांग जनों के लिए कई विकल्प खोले हैं, जिससे उनके लिए कार्यस्थल में अधिक समावेशिता को जोड़ा जा सका है। दिव्यांग लोगों के लिए हाल के दौर में सामने आए कुछ और दिलचस्प विकल्पों में एक विकल्प है रेस्तरां का कारोबार, जहां वर्चुअल रियलिटी और ब्रेल को लागू करते हुए दिव्यांगों के लिए नए अवसरों का सृजन किया गया है। कई संगठनों ने अपने यहां सक्रिय रूप से एआई रोबोटिक्स टैक्नोलॉजी को लागू किया है, जिसमें दिव्यांग जनों द्वारा रोबोटिक्स को नियंत्रित किया जाता है और वे ही उसका रख–रखाव भी करते हैं।

इधर जबकि एआई के माध्यम से दिव्यांग जनों के लिए नए विकल्पों को विकसित किया जा रहा है, दूसरी तरफ एक्सेंचर की 'रीवायर फॉर ग्रोथ' शीर्षक वाली रिपोर्ट में कहा गया है कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के माध्यम से वर्ष 2035 तक देश की अर्थव्यवस्था में लगभग 957 बिलियन डॉलर जोड़ने की क्षमता है। समग्र रूप में एआई में वह क्षमता है जो मशीन लर्निंग के साथ इन्फ्रास्ट्रक्चरल ग्रोथ के माध्यम से अनेक कारोबारों के लिए फायदेमंद साबित हो सकती है। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और डीप लर्निंग नेत्र विज्ञान के क्षेत्र में भी फायदेमंद साबित होगी। यह टैक्नीक स्क्रीनडायबेटिक रेटिनोपैथी (डीआर) और रेटिनोपैथी ऑफ प्रीमैच्योरिटी (आरओपी) के लिए भी फायदेमंद होगी।

एआई ने कैरियर के अनेक ऐसे नए विकल्पों को खोलने में भी मदद की है, जहां सहायक तकनीक जैसे रीयल टाइम टैक्स्ट टू स्पीच और टैक्स्ट ट्रांसलेशन सिस्टम का उपयोग शिक्षकों द्वारा अपने छात्रों को प्रशिक्षित करने के लिए किया जाता है। इनका उपयोग क्षेषीय भाषाओं में मूल रूप से सूचना का प्रसार करने के लिए किया गया है जो वास्तव में दिव्यांग जनों के कौशल के लिए बनाए गए राष्ट्रीय शिक्षा नीति के ड्राट के अनुरूप है। एआई तकनीक में एक और विकास बायोमेट्रिक ऑथेंटिकेशन से संबंधित है, जिसका उपयोग छात्रों और शिक्षकों दोनों की उपस्थिति को दर्ज करने के लिए किया जाता है। इस तरह यह तकनीक कर्मचारियों की उपस्थिति और अन्य प्रशासनिक कार्यों को रिकॉर्ड करने के लिए फायदेमंद साबित हुई है। बॉयोमीट्रिक अटेंडेंस शिक्षकों और युवाओं दोनों की उपस्थिति के अनुपात को चिह्नित करने के लिए भी फायदेमंद साबित हुई है और इस तकनीक के माध्यम से उच्च शिक्षा के लिए पुरुष–महिला नामांकन के अनुपात की सटीक जानकारी मिल सकती है। छात्रों की शंकाओं और उनके सवालों के जवाब देने के लिए चौटबॉट्स का उपयोग किया जा रहा है, जिन्हें दरअसल विषय विशेषज्ञों ने तैयार किया है। नीति आयोग की एक रिपोर्ट के अनुसार नेचुरल लैंग्वेज प्रोसेसिंग का इस्तेमाल दीक्षा, ई–पाठशाला और स्वयंम (स्टडी वेब्स ऑफ एक्टिव लर्निंग फॉर यंग एस्पायरिंग माइंड्स) जैसे प्लेटफार्मों पर बड़े पैमाने पर आकलन के स्वचालित ग्रेडिंग के लिए किया जा सकता है। इसमें सिर्फ वस्तुनिष्ठ प्रश्न ही नहीं, वर्णनात्मक सवालों को भी शामिल किया जा सकता है। कुल मिलाकर कहा जा सकता है कि शिक्षा क्षेत्र ने एआई के इस्तेमाल के साथ ही दिव्यांग जनों के लिए अनेक नए विकल्प खोल दिए हैं। इस राह में अनेक बाधाएं भी सामने आ सकती हैं, लेकिन निश्चित रूप से आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की तकनीक सभी क्षेत्रों में नए अवसरों का सृजन करेगी, खास तौर पर शिक्षा के क्षेत्र में जहां दिव्यांग जनों के लिए यह तकनीक बेहत फायदेमंद साबित हो सकती है।

NARAYAN SEVA SANSTHAN

Our Religion is Humanity

संस्थान सेवा कार्य विवरण–जुलाई,2021

क्र.सं.	सेवा कार्य	पिछले माह के आंकडे			जुलाई माह के आंकडे
01	दिव्यांग ऑपरेशन सख्या	423750			424050
02	व्हील चेयर वितरण सख्या	273253			273553
03	ट्राई साईकिल वितरण सख्या	263472			263572
04	बैसाखी वितरण सख्या	295039			295539
05	श्रवण यंत्र वितरण संख्या	55004			55004
06	सिलाई मशीन वितरण संख्या	5220			5220
07	कृत्रिम अंग वितरण संख्या	16162			16762
08	केलीपर लाभान्वित संख्या	357697			358697
09	नशामुक्ति संकल्प	37749			37749
10	नारायण रोटी पैकेट	1054400			1102400
11	अन्न वितरण (किलो में)	16380372			16385372
12	भोजन थाली वितरण रोगीयो कि संख्या	39163000			39181000
13	वस्त्र वितरण संख्या	27077320			27077320
14	स्कुल युनिफार्म वितरण सख्या	150500			150500
15	स्वेटर वितरण संख्या	135500			135500
16	कम्बल वितरण संख्या	172000			172000
17	विवाह लाभान्वित जोड़े	2109 जोड़े (35वां विवाह सम्पन्न)			2109 जोड़े
18	हेंडपम्प सख्या	49			49
19	आवासीय विद्यालय	वर्तमान में बच्चों कि संख्या 95	कुल सीटे 75	अब तक लाभान्वित 455	455
20	नारायण चिल्ड्रन एकेडमी	वर्तमान में बच्चों कि संख्या 277	कुल सीटे 300	अब तक लाभान्वित 821	821
21	भगवान महावीर निराश्रित बालगृह	वर्तमान में बच्चों कि संख्या 184	कुल सीटे 200	अब तक लाभान्वित 3160	3160
22	व्यवसायिक प्रशिक्षण विवरण	सिलाई कुल बैच - 51 लाभान्वित - 981	मोबाइल कुल बैच-56 लाभान्वित-891	कम्प्युटर कुल बैच -57 लाभान्वित-898	सिलाई-981 मोबाईल- 891 कम्प्युटर- 898
	कोरोना रिलीफ सेवा अब तक				
23	फूड पैकेट्स				217958
24	राशन किट				31103
25	मास्क डिस्ट्रीब्यूशन				92754
26	कोरोना दवाई किट				2923
27	एम्बुलेंस/ऑक्सीजन/हॉस्पीटल बेड				482

सम्पादकीय

मानव के लिये जितने सद्गुणों की परिकल्पना की गई है, उसमें परोपकार भी एक प्रमुख गुण है। उपकार मूल शब्द है। यह स्व के लिए भी प्रयुक्त होता है व पर के लिए भी। स्व पर किया गया उपकार, उपकार की श्रेणी में नहीं आता है, यह बस अपने प्रति मोह है। सही उपकार तो परोपकार ही है। दूसरों का उपकार सोचेंगे तो अपना भी उपकार हो जायेगा। मन विराट भावों से भर पायेगा। इसके विपरीत यदि स्व के उपकार की सोचेंगे तो क्षुद्र भावों का संचरण होगा और हम सब स्वार्थकेन्द्रित हो जायेंगे। परमात्मा ने मनुष्य की रचना ही परमार्थ के लिये की है। स्वार्थ तो हरेक जीव का स्वाभाविक कर्म है। जो अविकसित या पूर्ण विकसित पशु हैं वे सभी स्वार्थ में ही जीते हैं। परार्थ का वरदान केवल मनुष्य को ही है, तो परोपकार उसका आवश्यक गुणधर्म होना ही चाहिये। परोपकार का अर्थ यह नहीं है कि खुद की चिंता त्याग दें। पर हमारे कारण न किसी की हानि हो, न कोई दुःखी हो तथा न कोई आहत हो। परोपकार स्थूल हो या सूक्ष्म भाव का वह हर हाल में श्रेष्ठ है।

कुछ काव्यमय

परोपकारी जी रहे,
जितने भी जन आज।
देख देखकर लग रहा,
ईश्वर का अंदाज।।
परोपकारी पुण्य से
सहज मिलेगा मोक्ष।
यह तो सीधा दीखता,
बाकी सभी परोक्ष।।
वे ही मानव देव हैं,
जो करते उपकार।
इस धरती पर कर रहे,
देवलोक साकार।।
परोपकार कठिन नहीं,
हो मन में यदि भाव।
दीनदुखी को देखकर,
होता सहज लगाव।।
परोपकारी गुण दिया,
प्रभु ने सोच–विचार।
खुद तो तरना ही रहे,
तारेगा संसार।।

- बरदीचन्द राव

सतर्क रहे! सुरक्षित रहे!
कोरोना वायरस से सावधान रहे
क्योंकि सावधानी ही बचाव हैं।
कोरोना को धोना हैं।
नारायण सेवा संस्थान
#CoronaVirus

अपनों से अपनी बात

बुरा वक्त, मित्रता की कसौटी

सच्चा मित्र वही है, जो कठिन से कठिन परिस्थिति में भी न केवल साथ खड़ा रहे। बल्कि खतरों से खेलने पर अमादा होकर मित्र को बचाने के लिए तत्पर रहे।

एक राजा की उसी राज्य के एक सज्जन व्यक्ति से मित्रता थी। दोनों एक दिन टहलते हुए जंगल की तरफ निकल गये। राजा ने एक फल तोड़ उसके छह टुकड़े किये। एक टुकड़ा अपने मित्र को दिया। मित्र ने उसे खाकर और मांगा। राजा ने दे दिया। जब तीसरा मांगा तो राजा ने थोड़ा सकुचाते हुए वह भी दे दिया। मित्र ने जब शेष टुकड़े भी मांगे तो राजा ने मन मारकर उसे दो और टुकड़े दे दिये। मित्र वे टुकड़े भी बड़े चाव से खा गया और छठे की मांग कर दी।

इस पर राजा मन ही मन क्रुद्ध हो गया कि कैसा मित्र है, पूरा फल स्वयं खाना चाहता है। तब राजा ने कहा –यह टुकड़ा तो मैं ही खाऊँगा, तुम्हें नहीं दूँगा।

ऐसा कहने के उपरांत राजा ने वह टुकड़ा मुँह में डाला और चबाते ही झट से थूंक दिया, क्योंकि वह बहुत ही कड़वा था। राजा ने कहा–हे मित्र! तुमने कड़वे फल के पाँच टुकड़े बिना शिकायत ही खा लिये। मैं तो मन में यह सोच रहा था कि फल बहुत मीठा होगा और तुम पूरा फल खाना चाह रहे हो परंतु जब मैंने खाया तब पता चला कि तुम मुझे कड़वा फल नहीं खाने देना चाहते थे। फल के इस कड़वे स्वाद के कारण तुमने यह सब किया। तुमने यह क्यों नहीं बताया कि यह फल इतना कड़वा है?

इस पर मित्र ने उत्तर दिया–राजन, आपने मुझे कई बार मीठे फल खिलाए। एक बार अगर कड़वा फल आ गया तो मैं कड़वा कहूँगा क्या? आपने मुझ पर अनगिनत उपकार किये हैं, अगर एक बार कष्ट आ गया तो मैं क्या वह कष्ट आपको बताऊँगा? राजा मित्र की बात सुनकर बहुत प्रसन्न हो गया और उसे गले लगा लिया। एक मित्र को दूसरे मित्र के सुख–दुःख में बराबर का भागीदार होना चाहिए। मित्रता भेदभाव नहीं देखती है। सच्चा मित्र वही है, जो कठिन से कठिन हालत में भी साथ खड़ा रहे।

— कैलाश 'मानव'

विवेक से मिलेगी सफलता

यदि व्यक्ति विवेक से काम ले तो कठिन से कठिन परिस्थितियां भी आसान हो सकती हैं। विवेक और परिश्रम ही सफल जीवन की कुंजी है।

एक धनवान सेठ के चार पुत्र थे। एक दिन उसके मन में प्रश्न उठा कि इन चारों में से किसे अपनी सम्पत्ति का मुखिया बनाऊँ? उसने एक उपाय सोचा। अपने चारों पुत्रों को बुलाया और प्रत्येक को 5–5 गेहूँ के दाने देकर कहा कि मैं कुछ समय के लिए बाहर जा रहा हूँ। इन दानों का तुम सभी सदुपयोग करना। जो इनका सर्वश्रेष्ठ उपयोग करेगा, उसे मैं अपनी संपत्ति का मुखिया बनाऊँगा। सबसे बड़े बेटे ने सोचा –मैं सबसे बड़ा हूँ तथा सम्पूर्ण सम्पति का स्वामी तो मैं ही बनूँगा, क्या करना है, इन दानों को सहेजकर और उसने वे दानें फेंक दिये। दूसरे बेटे ने सोचा कि दाने सम्भाल कर रखना चाहिए ताकि जब पिताजी वापस आएँगे तो उन्हें पुनः सुरक्षित लौटा सकूँ। उसने पाँचों दाने घर के पूजा स्थल में भगवान् के श्रीचरणों में रख दिए। तीसरा बेटा कोई निर्णय ही नहीं ले पाया। चौथा और सबसे छोटा बेटा बुद्धिमान था। उसने पाँचों दानों को खेत के एक कोने में बो दिया। खाद–पानी दिया, धीरे–धीरे उन पाँच दानों से गेहूँ के पौधे उगे और उनकी बालियों से अनेक दाने मिले। उसने उन दानों को पुनः खेत में बोया और धीरे–धीरे पूरे खेत में गेहूँ की फसल लहलहाने लगी उसने पास कई बोरी गेहूँ का भण्डारण हो चुका था।

कुछ वर्ष बाद पिता जब लौटे तो उन्होंने सभी पुत्रों को अपने पास बुलाया और गेहूँ के दानों के उपयोग के बारे में पूछा। जब उन्हें सबसे छोटे बेटे की स्थिति का पता चला तो वह बहुत खुश हुए और उसे ही अपनी सम्पूर्ण सम्पत्ति का मुखिया घोषित किया। कहने का तात्पर्य यह है कि यदि व्यक्ति विवेक से काम ले तो कठिन से कठिन परिस्थितियां भी आसान हो सकती हैं। विवेक और परिश्रम ही सफल जीवन की कुंजी हैं।

— सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश का शुरू से अखबारों के प्रति बहुत लगाव था। एक दिन चन्द्र प्रकाश अपने हाथों में एक अखबार लहराते, आज की ताजा खबर, आज की ताजा खबर बोलते हुए कैलाश के पास आया। कैलाश की उत्सुकता बढ़ गई उसने पूछ लिया–क्या है भाई आज की ताजा खबर ? तो चन्द्र प्रकाश बोला – एक स्थान आपके लिये आरक्षित हो गया है। यह चन्द्र का कैलाश को उत्साहित करने का प्रयास मात्र था मगर इससे कैलाश सोचने को मजबूर हो गया। उसने अपने आपको धिक्कारा कि उसके आस–पास के तमाम लोग कितना चाहते है कि वह पूरी तैयारी करे और परीक्षा दे जबकि वह है कि हताश होकर हथियार डाल कर बैठा है।

चन्द्र प्रकाश के इस उपक्रम से कैलाश के मन में एक नई आशा का संचार हुआ और वह अपने मन से हर प्रकार की निराशा का भाव हटाकर प्राण–प्रण से परीक्षा की तैयारियों में जुट गया। धीरे–धीरे कैलाश में पुनः विश्वास आता गया और परीक्षा देने के पूर्व तक तो यह स्थिति हो गई मानों यह परीक्षा पास करना उसके बायें हाथ का खेल हो। हुआ भी यही, कैलाश ने यह परीक्षा, पहले ही अवसर में बहुत अच्छे अंको से उत्तीर्ण कर ली।

1978 आ गया था, अब कैलाश का जूनियर एकाउन्ट्स ऑफिसर –जे.ओ.ए. की परीक्षा देने का मन भी होने लगा। यह परीक्षा दो भागों में होती थी, पहले साल एक भाग देना पड़ता था, इसमें पास हो जाने पर दूसरे भाग की परीक्षा देनी पड़ती थी। कैलाश ने दो सालों में यह परीक्षा भी पास कर ली। इसका परिणाम यह निकला कि उसे आई.पी.ओ. पद पर पदोन्नत कर दिया गया।

अंश - 69

गर्मी में जो खाते हैं, उसका असर वर्षा ऋतु में भी

भारतीय पचांग के अनुसार वर्ष में 6 ऋतु शिशिर, बसंत, ग्रीष्म वर्षा, शरद और हेमंत ऋतु होती है। प्रथम तीन ऋतु में सूर्य उत्तरायण में होता है अर्थात् आदान काल के कारण सूर्य की ऊष्मा अधिक होती है और मनुष्य में बल का ह्रास होता है।

ग्रीष्म में वायु बढ़ती है

ग्रीष्म ऋतु ज्येष्ठ और आषाढ़ मास में विभाजित है। इसमें सूर्य अत्यधिक बलवान होता है। इसमें कफ का नाश होता है, लेकिन वायु और पित्त की बढ़ोतरी होती है। पेट की अग्नि मध्यम अवस्था में रहती है। इसलिए हल्का भोजन खाएं। इस समय शरीर में वायु संचय होने लगती है।

ज्येष्ठ में खाएं मधुर रस वाला भोजन

ज्येष्ठ माह में मधुर रस वाले भोजन करें। हल्का सुपाच्य खाना खाएं। ठंडा भोजन करें। पानी के साथ छाछ, लस्सी, फलो का रस, नारयिल पानी, सूप ज्यादा पीना चाहिए। शाली यानी लाल चावल व मौसमी फल खाएं।

इस वायु में वर्षा में असर

गर्मी में गलत खानपान और रहन–सहन से, जिस वात का संचय होता है वही वर्षा ऋतु में बीमारियों का रूप ले लेती है। इसलिए कुछ लोगों में बरसात में गठिया जोड़ों में दर्द, न्यूरोलॉजीकल पेन, त्वचा में रूखापन, वायु बढ़ने से अग्निमंद होने पर पेट से जुड़ी समस्या होती है।

चांद के शीतलता में रखा दूध पीएं

भैंस के दूध में थोड़ी चीनी मिलाकर रात्रि में चंद्रमा की शीतलता में रखकर ठंडा करें और फिर पी लें। इससे शरीर में बढ़ा वात–पित्त दोनों ही नियंत्रित होते हैं। इससे पेट की बीमारियां नहीं होती है। साथ ही शरीर में संचय हो रही वायु भी कम होने लगती है। इससे शरीर को भी बल मिलता है।

राबड़ी और फालसे का शर्बत पीएं

गर्मी में बहुत ज्यादा उष्ण और गर्म तासीर की चीजें खाने से बचें। इनसे शरीर में वात–पित्त बढ़ता है। इससे हाइपर एसिडिटी की समस्या हो सकती है। शरीर में सूजन या त्वचा संबंधी रोग हो सकते हैं। इसलिए कॉफी और चाय भी कम पीने की सलाह दी जाती है। इसकी जगह सत्तू, राबड़ी, फालसे का शर्बत या अन्य मधुर रस पीना फायदेमंद होगा।

इनसे बचें

ग्रीष्म ऋतु में अम्लीय, लवण या कटु पदार्थ द्रव्य या आहार का परहेज करना चाहिए। इसमें ज्यादा तीखा, खट्टा, नमकीन व तला–भुना भी आते है।

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

अनुभव अमृतम्

सब सुखी हों। अच्छी तरह से देखें, अच्छी तरह से बोले मीठा बोलें। मीठा सुनें, निंदा नहीं सुनें। नफरत नहीं करें, ईर्ष्या नहीं करें, लालच नहीं करें, यही तो वेदों में कहा। ऋग्वेद में, यजुर्वेद में, अथर्ववेद में, सामवेद में,

सर्वेभवन्तु सुखिनः
सर्वे सन्तु निरामया।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु,
मा कश्चिद दुःख
भाग्यवेत।।

वेदांग में, अठारह उपनिषद, श्रीमद्भागवतजी, रामायण जी, महाभारत के एक लाख श्लोक, नरसिंह मेहता का मायरा, ये सत्यकथा अंक, ये संत अंक। सब में यही तो कहा है– परोपकाराय पुण्याय, पापाय पर पीड़नम्। ये सब की फाईलें बनने लगी। एड्रेस में सबमें लिख दिया कैलाशजी अग्रवाल पोस्ट ऑफिस, सिरोही। वाह! कैलाश तूं तो धन्य हो गया– लाला। गीताजी की कृपा हो गई।

अरे! डॉक्टर साहब ने, खत्री साहब ने दौड़ा दिया। सारे डॉक्टर पाँच–चार आ गये, कम्पान्डर आ गये पाँच–सात। खूब अच्छी ड्रेसिंग हुई, खून रोका गया, ये बी.पी. देखा गया। लेबारेट्री में खून देंगे, अरे! इनको डायबीटीज तो नहीं है?

डॉक्टर साहब क्या मालूम होवे? इनको खुद को ही मालूम नहीं कि डायबीटीज क्या होती है? मधुमेह क्या होता है? इन्होंने कभी भी अपना टेस्ट नहीं कराया। सबके टेस्ट हुए, सात आदमी डायबीटीज वाले निकले। अरे! भाई इनको ग्लूकोज मत चढ़ाना।

डायबीटीज वालों को ग्लूकोज चढ़ाएंगे तो ग्लूकोज जाएगा अन्दर तकलीफ हो जायेगी। शक्कर का ग्लूकोज मत चढ़ाना।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 196 (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 मित्ति

(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 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. 8278607811, 9119398965 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023