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-2371 • उदयपुर, सोमवार 21 जून, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

कोविड अलार्म RT-PCR और एंटीजन टेस्ट से ज्यादा सटीक

ब्रिटेन के वैज्ञानिकों को एक डिवाइस बनाने में सफलता हासिल की है, जो महज 15 मिनट में ही कमरे में कोरोना संक्रमण का पता लगा लेता है। बड़े रूम में 30 मिनट लगते हैं। कोरोना संक्रमितों की जानकारी देने वाली यह डिवाइस आने वाले समय में विमानों के केबिन, क्लासरूम, केयर सेंटरों, घरों और ऑफिस में स्क्रीनिंग के लिए महत्वपूर्ण साबित हो सकती है। इसका नाम कोविड अलार्म रखा गया है। यह डिवाइस स्मोक अलार्म से थोड़ा बड़ा है।

नतीजे 98 से 100 प्रतिशत तक सटीक

लंदन स्कूल ऑफ हाइजीन एंड ट्रॉपिकल मेडिसिन (रैम्ज्ड) और डरहम यूनिवर्सिटी के वैज्ञानिकों की इस रिसर्च के शुरुआती नतीजे उम्मीद जगाने वाले हैं। वैज्ञानिकों ने टेस्टिंग के दौरान दिखाया है कि डिवाइस में नतीजों की सटीकता का स्तर 98–100 फीसदी तक है। यह कोरोना के RT-PCR और एंटीजन टेस्ट की तुलना में कहीं ज्यादा सटीकता से कोरोना संक्रमितों के बारे में जानकारी दे रहा है।

सिम्पटम्स न हों तब भी संक्रमित को पहचान लेती है यह मशीन

डिटेक्टर कोविड वायरस से संक्रमित लोगों को ढूंढ सकता है, चाहे संक्रमित व्यक्ति में कोरोना के लक्षण न दिखें, लेकिन मशीन अपना काम प्रभावी तरीके से करती है। एक बार पता चलने के बाद कमरे में मौजूद लोगों का व्यक्तिगत स्तर पर टेस्ट करना होता है। डरहम यूनिवर्सिटी में बायोसाइंस के प्रोफेसर स्टीव लिंडसे कहते हैं कि हर बीमारी की अलग गंध होती है। हमने रिसर्च कोरोना से शुरू की। संक्रमित और सामान्य लोगों की गंध में अलगाव ने काम आसान कर दिया। बीमारियों के पहचान की ये तकनीक रोचक यह मशीन संक्रमित की पहचान के बाद अधि.त व्यक्ति को मैसेज भेजती है। रोबोसाइंटिफिक की यह डिवाइस त्वचा और सांसों द्वारा उत्पादित रसायनों का पता लगाकर संक्रमितों की पहचान करती है। वायरस के चलते वाष्पशील कार्बनिक यौगिकों (टव्) में बदलाव होने लगता है। इससे शरीर में गंध पैदा होती है, डिवाइस में लगे सेंसर इसे पहचान लेते हैं। डिवाइस अधि.त व्यक्ति को यह जानकारी मैसेज के जरिए भेज देता है।

सेवा–जगत्
सेवा पथ पर आपका नारायण सेवा संस्थान

एक वक्त के भोजन को भी मोहताज सारा परिवार, दु:खी रामदास को मिली मदद

मानवता को झकझोर देने वाली दर्द भरी दास्तां है गुप्तेश्वर के पास बिलिया गांव में रहने वाले रामदास वैष्णव की। रामदास वैष्णव कारीगर है, जो अन्य श्रमिकों की तरह रोज कमाते और खाते है! कोरोना में उनका काम बंद है। परिवार के 6 सदस्यों के सामने भूख को शान्त करना मुश्किल हो गया उन्होंने नारायण सेवा संस्थान से मदद की गुहार लगाई।

संस्थान ने उनकी मदद करते हुए एक माह का राशन प्रदान किया। रामदास राशन पाकर संतुष्ट हुए ओर ईश्वर को धन्यवाद देते हुए उनकी आँखों से खुशी के आँसू छलक पड़े।

संस्थान अध्यक्ष प्रशांत अग्रवाल ने बताया कि ऐसे ही 12 अन्य गरीब मजदूर परिवारों को भी निदेशक वंदना अग्रवाल की टीम ने राहत पहुचायी।

मदद को तरसती पत्नी और मासूमों को नारायण सेवा ने संभाला

उदयपुर जिले के आदिवासी बहुल जोर जी का खेड़ा निवासी मीना (बदला हुआ नाम) का पति अहमदाबाद में नमकीन की दुकान पर काम करता था। खराब तबीयत के चलते वो गांव आया और दो दिन बाद मृत्यु हो गई। एक तरफ पत्नी पति की मौत से दु:खी थी तो दूसरी तरफ तीन बेटियों और वृद्ध सासु माँ की चिंता सता रही थीं। असमय मौत से असहाय हुए परिवार के घर में न आटा है न दाल न ही राशन। भोजन को मोहताज परिवार पर ताऊते तूफान का कहर भी ऐसा बरपा कि टूटी–फूटी छत ही उड़ गई। परिवार के पांचों जन ने बारिश में भीगकर रातें गुजारी तो अब तेज धूप में तपने को मजबूर है।

नारायण सेवा संस्थान ने ली सुध–

संस्थान अध्यक्ष प्रशांत अग्रवाल ने बताया कि आदिवासी क्षेत्रों में राशन बांटने वाली टीम को पता चला तो वे वहाँ पहुंचे। दु:खी परिवार को ढांढस बंधाया और मदद के लिये आगे आये।

हर माह मिलेगा राशन–

मृतक मजदूर परिवार को संस्थान ने मौके पर ही महीने भर का आटा, चावल, तेल, शक्कर, चाय, दाल और मसाले दिए। हर माह परिवार का पेट भरने को राशन दिया जाता रहेगा।

संस्थान बनाएगा पक्की छत –

बारिश, धूप और गर्मी झेल रहे परिवार की समस्या निदान के लिए पक्की छत का निर्माण संस्थान द्वारा करवाया जाएगा।

तीनों बेटियों को पढ़ाने में भी मदद–

संस्थान ने मृतक मजदूर के परिवार को भरोसा दिलाया कि इन बेटियों को पढ़ाने में पूरी मदद की जाएगी।

अब गंगा में अस्थि विसर्जन में मदद करेगा डाक विभाग

पूर्वज की मुक्ति के लिए अंतिम संस्कार के बाद अस्थियां वाराणसी, हरिद्वार, प्रयागराज और गया में विसर्जन की परंपरा हैं। लेकिन कोरोना के चलते अधिकतर लोग ऐसा नहीं कर पा रहे है। अब यह जिम्मेदारी डाक विभाग उठाएगा। डाक विभाग स्पीड पोस्ट से उस अस्थि के पैकेट को संबंधित जगहों पर भिजवाएगा। कर्मकांड कराने में भी डाक विभाग इसके लिए डाक विभाग और ओम दिव्य दर्शन संस्था के बीच समझौता हुआ है।

वाराणसी परिक्षेत्र के पोस्टमास्टर जनरल का कहना है कि संबंधित लोगों की संस्था के पोर्टल पर अपना पंजीकरण कराना होगा। इसके बाद डाकघर में भेजे जाने वाले अस्थि पैकेट को अच्छी तरह से पैक कर इस पर

मोटे अक्षरों में ओम दिव्य दर्शन अंकित करना होगा, ताकि इसे अलग से पहचाना जा सके।

पैकेट पर दर्ज करना होगा नाम–पता– पैकेट पर नाम, पता और मोबाइल नंबर भी दर्ज करना होगा। स्पीड पोस्ट बुक करने के बाद संस्था के पोर्टल पर स्पीड पोस्ट बारकोड नंबर सहित बुकिंग डिटेल्स अपडेट करना होगा।

क्रोध और धैर्य

जब युधिष्ठिर गुरु द्रोणाचार्य के पास विद्याध्ययन के लिए गए तो प्रथम दिन गुरु द्रोणाचार्य ने युधिष्ठिर एवं अन्य शिष्यों को सिखाया कि क्रोध नहीं करना चाहिए क्योंकि क्रोध अपनी माँ को खा जाता है। उसके पश्चात् गुरु द्रोणाचार्य ने अनेक बातें सिखाई, परन्तु युधिष्ठिर उस क्रोध वाले पाठ में ही अटके रहे। उसी पाठ को सीखते रहे। युधिष्ठिर गुरु द्वारा पढ़ाए गए अन्य पाठों को नहीं सीख पाए। उन्होंने मन में ठान लिया था कि जब तक यह पाठ समझ में नही आ जाता, तब तक आगे के पाठ मैं नहीं सीखूँगा। कुछ समय पश्चात् परीक्षा आयोजित की गई। कोई अन्य परीक्षक थे, जिन्होंने सभी की परीक्षा ली। युधिष्ठिर अन्य सभी विद्यार्थियों से पीछे रहे। युधिष्ठिर प्रथम पाठ से सम्बन्धित प्रश्नों के ही उत्तर दे पाए, अन्य पाठों के प्रश्नों के उत्तर नहीं दे पाए। परीक्षक ने युधिष्ठिर से कहा– तुम परीक्षा में असफल हुए हो। तुम्हें दण्ड मिलेगा। अपना हाथ बढ़ाओ।

परीक्षक ने युधिष्ठिर के हाथ पर डंडे से सौ प्रहार किए। परन्तु युधिष्ठिर के मुख पर, पहले प्रहार से सौंवे प्रहार तक शांति समान रूप से बनी रही। वे तनिक भी क्रोधित नहीं हुए। जब गुरु द्रोणाचार्य ने यह दृश्य देखा तो उन्होंने परीक्षक से पूछा –क्यों मार रहे हो?

परीक्षक ने उत्तर दिया – इसे 'क्रोध नहीं करना' वाले पाठ के अतिरिक्त और कुछ नहीं आता है।

तब गुरु द्रोणाचार्य ने कहा– वास्तव में, युधिष्ठिर ने ही 'क्रोध नहीं करना' वाले पाठ को समझा है, क्योंकि इसके मुख की शांति पहले प्रहार से लेकर अंतिम प्रहार तक एक समान बनी रही। इसने तनिक भी क्रोध नहीं किया। पाठ पढ़ाना तो आसान है, परन्तु उसे जीवन में आचरण में उतारना बहुत कठिन कार्य है।

बूंद - बूंद प्रयास : एक अनुभव

मेहमान अक्सर एक–दो घूंट पानी पीकर छोड़ देते हैं। शेष पानी जाया हो जाता है। मैंने इसका उपाय ढूंढ लिया।

हम एक परिचित के घर गए थे। थोड़ी देर बाद उनकी बेटी ट्रे में 5–6 गिलास पानी ले आई। उन गिलास की क्षमता ढाई–तीन सौ मि. ली. होगी। हम में से किसी ने दो–तीन घूंट पानी पिया, किसी ने आधा गिलास तो किसी ने ऊपर से थोड़ा पीकर गिलास रख दिया। पर पानी बर्बाद तो हुआ। मैंने देखा कि उन्होंने बचा हुआ पानी ले जाकर सिंक में डाल दिया। ये देखकर मैं सोच में पड़ गई कि एक तरफ तो हम देखते व पढ़ते हैं कि शहर में लोग पानी की कमी से परेशान हैं। कहीं दो–तीन दिन में पानी आता है तो कहीं–कहीं लोगों को पानी के लिए घंटों लाइन में खड़े रहना पड़ता है। दूसरी तरफ हम इस तरह पानी की बर्बादी कर रहे हैं। मैंने घर में छोटे गिलास उपयोग में लेना शुरू कर दिए। अब तो मैं ट्रे में पानी की बोतल और साथ में खाली गिलास रख लेती हूं, ताकि जिसे जितना पानी पीना हो लेकर पी ले।

मेरा यह मंत्र बहुत लोगों को पसंद आया और उन्होंने इसे अपनाने का प्रयास किया। तब मुझे लगा कि जैसे बूंद–बूंद से घड़ा भरता है वैसे ही हमारा यह प्रयास पानी बचाने की दिशा में एक बूंद का काम तो कर ही सकता है।

मन की शक्तिसे बड़ी कोई शक्तिनहीं

एक दिन स्वामी विवेकानंद एक अंग्रेज मूलर के साथ टहल रहे थे। उसी समय एक पागल सांड तेजी से उनकी ओर बढ़ने लगा। अंग्रेज सज्जन भाग कर पहाड़ी के दूसरी छोर पर जा खड़े हुए।

स्वामीजी ने उन्हें सहायता पहुंचाने का कोई और उपाय न देख खुद सांड के सामने खड़े हो गए। तब मिस्टर मूलर देखकर दंग रह गए।

जब स्वामी जी से मूलर ने पूछा कि आपको सांड के सामने डर नहीं लगा तब वह बोले उस समय उनका मन हिसाब करने में लगा हुआ था कि सांड उन्हें कितनी दूर फेंकेगा।

लेकिन कुछ देर बाद वह ठहर गया और पीछे हटने लगा। अपने कायरतापूर्ण पलायन पर . मूलर बड़े लज्जित हुए।

मिस्टर मूलर ने पूछा कि वे ऐसी खतरनाक स्थिति से सामना करने का साहस कैसे जुटा सके? स्वामीजी ने पत्थर के दो टुकड़े उठाकर उन्हें आपस में टकराते हुए कहा, खतरे और मृत्यु के समक्ष मैं स्वयं को चकमक पत्थर के समान सबल महसूस करता हूं, क्योंकि मैंने ईश्वर के चरण स्पर्श किये हैं।

यदि आप मन की शक्ति से किसी भी काम करने का निर्णय करेंगे तो संभव है उस समस्या को आप जल्द से जल्द हल कर सकते हैं। इसलिए कहा भी गया है कि मन की शक्ति से कोई बड़ी शक्ति नहीं है।

सहयोग केन्द्र

मुम्बई (महाराष्ट्र)
श्री आनन्द सिंह,मो. 07073452174
श्री ललित लौहार,मो. 9529920088
एफ 1/3,हरि निकेतन सोसायटी,
सीएचएस लि.,अपोजिट बसन्त1 गैलेक्सी,
गौरेगांव वेस्ट, मुम्बई

नागपुर (महाराष्ट्र)
प्लॉट नंबर 37, गोरले ले आउट,गोपाल नगर,
दूसरा बस स्टॉप,नागपुर,महाराष्ट्र 440022

पूणे(महाराष्ट्र)
श्री सुरेन्द्रसिंह झाला,मो. 09529920093
17/153 मेन रोड, गणेश सुपर मार्केट
गोखले नगर, पूणे-16

जोधपुर(राज.)
श्री सुरेन्द्र सिंह, मो. 8306004821
मेडती गेट के अंदर,कुचामन हवेली
के पास,जोधपुर ,राज.-342001

अजमेर(राज.)
श्री जमना लाल नगारची
मो. 8306002896, शांति विला,खालसा
पेट्रोल पम्प के पास, पर्बतपुरा,
जयपुर रोड, अजमेर (राज.) 305002

बीकानेर (राज.)
आरोग्य भवन, चोपड़ा कटला के पास,
भारद्वाज डेयरी के सामने,
रानी बाजार,बीकानेर-334001

कोटा (राज.)
श्री महेन्द्र जाटव मो. 8306004805,
3,273 गणेश तालाब , दादावाड़ी,
कोटा (राज.) 324009

जयपुर (राज.)
श्री मनीष कुमार खण्डेलवाल
मो. 8696002432, बी-16
गोविन्ददेव कॉलोनी, चौगान स्टेडियम
के पीछे,गणगौरी बाजार,जयपुर (राज.)

चण्डीगढ़(हरियाणा)
श्री ओमप्रकाश गौतम, मो.070734 52176
म.नं.-3658,सेक्टर-46/सी,चण्डीगढ़

करनाल(हरियाणा)
श्री गौरव व्यास, मो. 8306004815
हाउस न.1105 एफएफ, सेक्टर-4
करनाल (हरियाणा) 132001

फरीदाबाद (हरियाणा)
श्री भंवर सिंह राठौड़,मो. 8306004802
मकान न. 13 , सेक्टर -4 आर,
फरीदाबाद- 121004

गुरुग्राम (हरियाणा)
श्री गणपत रावल,मो. 07023101162
हाउस नं.-1936 जीए,गली नं.-10,
राजीव नगर ईस्ट, माता रोड़, सी.आर.पी.एफ.
केम्प चौक,गुरुग्राम -122001

हिसार(हरियाणा)
श्री राम सिंह,मो. 7023003320,मकान न.
2249 , सेक्टर-14,हिसार (हरि.)125005

पटना(बिहार)
श्री संदीप भटनागर,मो. 07023101172
मकान नं.-23, किताब भवन रोड
नॉर्थ एस.के. पुरी, पटना-13 (बिहार)

हरिद्वार(उ.ख.)
श्री विनोद लोहार,मो.-7849826189
हाउस न- 2049/ए , होली गंगेज
स्कूल के पास , गोविन्दपुरी, राणीपुर
मोड़, हरिद्वार, उत्तराखण्ड

झांसी(उ.प्र.)
हाउस नं.-1806/2,नारायण बाग रोड,
शिवाजी नगर तिराहा, होटल सीपी
पैलेस के पास शिवाजी नगर,
झाँसी (यू.पी.) 284001

प्रयागराज(उ.प्र.)
श्री पंकज शर्मा, मो. 09351230393
म.न . 78/बी, मोहत सिंह गंज,
प्रयागराज -211003 (यू.पी.)

मेरठ(उ.प्र.)
श्री मूलशंकर मेनारिया,मो. 8306004811,
38, श्री राम पैलेस, दिल्ली रोड,नियर सब्जी
मंडी, माधव पुरम,मेरठ (उ.प्र.) 250002

लखनऊ(उ.प्र.)
श्री बद्री लाल शर्मा,मो. 09351230395
551/च/157 नियर केला गोदाम,
डॉ. निगम के पास, जय प्रकाश नगर
आलम बाग, लखनऊ (उ.प्र.)

जबलपुर (म.प्र.)
श्री सुनील श्रीवास्तव, मो. 8306004832
296, दीक्षितपूरा, हरदोल मंदिर
महात्मा गाँधी वार्ड, जबलपुर (म.प्र.) 482002

ग्वालियर (म.प्र.)
श्री मुकेश भटनागर, मो. 07412060406
41 ए ,न्यू शांति नगर,त्रिवेदी नर्सिंग होम के
पीछे,नई सडक,लश्कर,ग्वालियर (म.प्र.) 474001

भोपाल (म.प्र.)
श्री जमनाशंकर मेनारिया
95299 20089,ए -846, न्यू अशोका
गार्डन, दिगम्बर जैन मंदिर के पास,
रायसन रोड, भोपाल - 462023 (म.प्र.)

कोलकाता(वेस्ट बंगाल)
श्री प्रकाश नाथ मो. 09529920097,
म.न.-पी226, ए ब्लॉक, ग्राउण्ड फ्लोर,
लेक टाऊन कोलकाता-700089

सूरत (गुजरात)
श्री अचल सिंह,मो. 09529920082,
27, सम्राट टाऊनशिप,सम्राट स्कूल के
पास, परवत पाटीया

बड़ौदा (गुजरात)
श्री जितेश व्यास,मो. 09529920081
म.नं.-बी-13 बी, एस.टी. सोसायटी,
टीबी हॉस्पीटल के सामने,
गोत्री रोड, बड़ौदा - 390021

रोहिणी (दिल्ली)
श्री प्रवंजन साहु मो.-08588835718
श्री वेद प्रकाश शर्मा मो.-08588835719
नारायण सेवा संस्थान,बी-4/232 ,शिव
शक्ति मंदिर के पास,सेक्टर-8,
रोहिणी, दिल्ली -110085

जनकपुरी (नई दिल्ली)
श्री सत्यनारायण शर्मा मो. 7023101156
श्री राहुल भटनागर मो. 7023101167
सी1/212, जनकपुरी, नई दिल्ली-110058

लुधियाना(पंजाब)
श्री मधुसुदन शर्मा,मो. 07023101153
50/30-ए, राम गली, नौरीमल बाग
भारत नगर, लुधियाना (पंजाब)

बैंगलोर (कर्नाटक)
श्री खूबी लाल मेनारिया - मो. 9341200200
मकान नंबर 6/2, मुदलियार स्ट्रीट,
साउथ इंडिया शॉपिंग मॉल के पीछे,
नटकलप्पा सर्किल बसावनागुड़ी,बेंगलुरु-560004

सम्पादकीय

भक्ति के अनेक रूप है और अनेक विधि से इसे संपन्न किया जा सकता है। इन सबमें एक प्रमुख भक्ति है– राष्ट्रभक्ति। जैसे धर्म के लिए शरीर आवश्यक है वैसे ही जीवन के लिये राष्ट्र की महत्ता है। राष्ट्र जितना उन्नत और समृद्ध रहेगा उतना ही नागरिक जीवन भी श्रेष्ठ होगा। भारत हमारा राष्ट्र जो कभी विश्वगुरू के नाम से प्रतिष्ठित था, वर्तमान मे यह स्थान यद्यपि नहीं है किन्तु हम सभी ठान लें तो यह मुश्किल भी नहीं है। यह विश्वगुरु होना हमारी आकांक्षा या अपेक्षा नहीं है वरन् विश्व शांति के लिए भारतीय विचारों का प्रभाव सम्पूर्ण विश्व पर होने की आवश्यकता है। जब हम यह सोचते हैं और आशा रखते हैं तो हमारे कर्तव्य अधिक सजगतापूर्वक और विचार अधिक राष्ट्रभक्तिपूर्वक होने भी आवश्यक हैं। यह मेरा देश है, इसका उत्थान ही मेरी प्रगति है, इसका रक्षण ही मेरी सुरक्षा है, यह भाव जन–जन में आते ही राष्ट्र सुदृढ़ हो जाता है। जरूरी नहीं है कि सब सीमा पर जा सकें। हम जो भी कार्य करते हैं उसे भारतीय संस्तिक व राष्ट्रीय सोच के साथ करें यह भी देशभक्ति ही है। देशभक्त को अन्य किसी भी प्रकार की भक्ति की ज्यादा आवश्यकता हो न हो, पर देशभक्ति तो सबके लिए आवश्यक ही है।

कुछ काव्यमय

देश ने हमें कुछ दिया,
और हमने उसे लौटाया।
यह तो बराबरी हो गई,
फिर क्या दिया, क्या पाया ?
हम कुर्बान करें अपने को,
तो भी देश हेतु कम है।
हमारा सबकुछ अर्पण हो,
तभी देश चमके हरदम है।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

जिन्दगी जीना सिखाया संस्थान ने

मेरा नाम धमेन्द्र है जिला धौलपुर, राजस्थान से हूँ। मैं छोटा था तब मेरा पैर टेढ़ा हो गया। मतलब मेरे को चलने में प्रॉब्लम होती थी। तो फिर में नारायण सेवा संस्थान गया। वहां पर मैने ऑपरेशन करवाया, मैरा पेर सीधा हो गया। केलीपर लगा रखा ये। अब चलने में कोई दिक्कत नहीं है।

संस्थान में उसका निःशुल्क ऑपरेशन हुआ। अब धमेन्द्र आसानी से चलने लगा। वहां पर एक पैसा भी नहीं लगा। खाना– पीना– रहना नारायण सेवा संस्थान का था। यहीं पर उसने मोबाईल रिपेयरिंग का काम भी सीखा। और अपने लिये दो वक्त की रोटी का हूनर हमेशा के लिये पा लिया। वह कहता है– अब में जॉब कर रहा हूँ। आज मैं अच्छे से कमा सकता हूँ। मेरे को कोई दिक्कत नहीं हैं। सब लोग कमाते थे, मेरे पास कुछ भी मतलब काम करने के लिये ना तो कोई मुझे जॉब देता था। धमेन्द्र करता भी क्या? बचपन में टेढ़े हुए पैरों ने सिर्फ खिसकना सिखाया था। पर नारायण सेवा संस्थान ने उसे जिन्दगी जीना सिखाया। परिवार की खुशियां लौट आई। घरवाले भी मेरे से खुश है, धन्यवाद देता हूँ अपनी ओर से।

अपनों से अपनी बात

ईर्ष्या का बोझ

एक संत ने अपने शिष्यों को खास शिक्षा देने के लिए कहा कि वे जिससे भी ईर्ष्या करते हैं उनका नाम आलुओं पर लिख कर उन्हें सात दिन अपने पास रखें शिष्यों को कुछ समझ नहीं आया लेकिन संत के आदेश का पालन उन्होंने अक्षरशः किया।

दो–तीन दिनों के बाद ही शिष्यों ने आपस में एक दूसरे से शिकायत करना शुरू किया, जिनके आलू ज्यादा थे, वे बेहद कष्ट में थे। आखिरी दिन संत बोले अब आलुओं की थैलियां निकालकर रख दें। संत ने सात दिनों का अनुभव पूछा? सभी ने अपनी–

अपनी पीड़ा सुनाई। आलुओं की बदबू से होने वाली परेशानी के बारे में बताया। संत बोले कि जब मात्र सात दिनों में ही आपको ये आलू बोझ लगने लगे तो सोचिए कि आप जिन लोगों से ईर्ष्या या नफरत करते हैं, उनका कितना बोझ आपके मन पर होता होगा? सोचिए कि मन और दिमाग की इस ईर्ष्या के बोझ से क्या हालत होती होगी? यह ईर्ष्या तुम्हारे मन पर अनावश्यक बोझ डालती है, उनके कारण तुम्हारे मन में भी बदबू भर जाती है। ठीक उन आलुओं की तरह। इसलिए अपने मन से इन भावनाओं को निकाल दो।

यदि किसी से प्यार नहीं कर सकते तो कम से कम नफरत मत करो, तभी तुम्हारा मन स्वच्छ, निर्मल और हल्का रहेगा।

–कैलाश 'मानव'

अनोखा कर्मचारी

बात 1947 की है। लेस्टर वण्डरमेन नाम का एक व्यक्ति मेक्सवेल सेकिम एण्ड कम्पनी में काम करता था। यह एक विज्ञापन एजेन्सी थी। एक दिन एजेन्सी के मालिक को लगा कि कम्पनी के मुनाफे का अधिकांश हिस्सा तो कर्मचारियों में ही चला जाता है, अगर वह कर्मचारियों की छंटनी कर देगा तो निश्चित ही उसे अधिक फायदा होगा। अपनी योजनानुसार उसने कई कर्मचारियों को निकाल दिया, लेस्टर वण्डरमेन भी उनमें से एक थे।

नौकरी से निकाले जाने के बाद भी वह एजेन्सी में आकर काम करते रहे। दूसरे कर्मचारी अक्सर उनसे कहते – जब तुम्हें यहाँ से निकाल दिया गया है तो फिर, यहाँ काम क्यों कर रहे हो?

"मैं यहाँ बिना तनख्वाह के काम कर रहा हूँ। मुझे लगता है कि मैं इस विज्ञापन एजेन्सी के मालिक से बहुत कुछ सीख सकता हूँ।" वण्डरमेन ने उत्तर दिया।

एजेन्सी के मालिक वण्डरमेन को देखकर भी नजरअंदाज करते रहे। उन्होंने एक महीने तक वण्डरमेन को अनदेखा किया एवं तनख्वाह भी नहीं दी, लेकिन वण्डरमेन ने फिर भी हार नहीं मानी और वे काम करते रहे।

एक दिन हार कर कम्पनी के मालिक वण्डरमेन के पास गए और बोले –मैंने पहले कभी ऐसा व्यक्ति नहीं देखा, जिसे काम तनख्वाह से ज्यादा प्रिय हो।

वण्डरमेन ने वहीं पर काम करके विज्ञापन की अनेकों बारीकियों को सीखा। जब उन्हें वहाँ काम करते–करते बहुत समय बीत गया तो, उन्होंने अपनी समझ और अपने तरीके से विज्ञापन बनाने शुरू कर दिए।

इसके पश्चात् वह विज्ञापन की दुनिया में इस कदर छा गए कि उन्हें इस क्षेत्र में सदी का सबसे सफल व्यक्ति माना गया। आज भी लोग उन्हें 'Father of Direct Marketing' के रूप में जानते हैं। अतः हम सभी को शुरूआती असफलता के बावजूद मेहनत, लगन, आस्था और विवेक के काम करना होगा, क्योंकि सफलता अवश्य मिलेगी।

–सेवक प्रशान्त भैया

झूठा दिखावा

एक युवक की बड़ी कंपनी में नौकरी लगी। पहले दिन जब वह अपने केबिन में बैठा था, तभी एक साधारण से दिखने वाले व्यक्ति ने केबिन का दरवाजा खटखटाया। उसे देखकर युवक ने बाहर बैठकर आधा घंटे इंतजार करने को कहा। आधे घंटे बाद उस व्यक्ति ने पुनः केबिन के अंदर आने की इजाजत मांगी। युवक ने उसे अंदर बुला लिया और फोन पर बात करने लगा। वह फोन पर बात करते वक्त बड़ी–बड़ी डींगें हांकने लगा और अपने पैसे एवं ऐशो आराम की बातें करने लगा। वह व्यक्ति चुपचाप वहां खड़ा उसकी सारी बातें सुन रहा था। कुछ देर बाद युवक ने फोन रखा और उससे पूछा कि तुम यहां क्यों आए हो? उस व्यक्ति ने विनम्र भाव से देखते हुए कहा कि साहब, मैं यहां यह फोन ठीक करने आया हूं। मुझे खबर मिली है कि आप जिस फोन पर बात कर रहे थे, वह हफ्ते भर से खराब पड़ा है। इतना सुनते ही वह युवक शर्म से लाल हो गया और चुपचाप केबिन से बाहर चला गया। उसे समझ आ गया था कि बेकार में झूठा दिखावा करना अच्छा नहीं होता।

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

उन्हीं दिनों राजमल भाईसा का एक नेत्र शिविर पाली में भी लगा। कैलाश ने 3 दिन की छुट्टियां ले बहुत मनोयोग से काम किया। दूर दूर के गांवों से आदिवासी, निर्धन लोग आंखों का ऑपरेशन करवाने आते। इन लोगों की अज्ञानता व अबोधपन देख कर कैलाश को बहुत दुख होता। एक दिन उसने एक महिला को उल्टा चश्मा लगाये देखा। चश्मे की डोरीयां कान से बंधी थी व डंडियां आगे थी। हैरान होकर उससे पूछा कि चश्मा उल्टा कयूं लगा रखा है तो बोली डॉक्टर साहब ने ऐसे ही बताया होगा, मुझे तो मालूम नहीं पड़ता। महिला सीधी सादी, ग्रामीण परिवेश से थी, मेवाड़ी बोल रही थी, वो डॉक्टर की बात समझ नहीं पाई थी, कैलाश ने उसे समझाया और चश्मा सीधा लगवाया। लोगों में अशिक्षा तो थी ही, भाषा की कठिनाई भी थी इसी कारण वह डॉक्टर की बात ढंग से समझ नहीं पाई। यही बात एक गुजराती कार्यकर्ता के साथ हुई। मेवाड़ी में शौच जाने को हाथ–मुण्डा धोने जाना कहते हैं। उसे यह बात पता नहीं थी। डॉक्टर ने ऑपरेशन के पश्चात् मुंह धोने को मना कर रखा था, गुजराती इसका सख्ती से पालन करवा रहा था।

इसी दौरान एक स्त्री उठी तो गुजराती ने पूछ लिया कहां जा रही हो। स्त्री ने उत्तर दिया कि हाथ मुण्डा धोने जा रही हूं तो उसने मना कर दिया कि कहीं नहीं जाना, डॉक्टर ने मुँह धोने से मना किया है। स्त्री डर कर बैठ गई मगर दबाव बढ़ता गया। कुछ पल बैठी रही फिर इधर उधर देखा और वापस उठ गई। गुजराती ने फिर उसे बिठा दिया और कहा हाथ मुँह नहीं धोना है।

अंश-40

इस चाय के सेवन से इम्युनिटी मजबूत

गर्मा गर्म चाय की एक प्याली बारिश के मौसम का मजा दोगुना कर देती है। अगर चाय तैयार करने में कुछ आयुर्वेदिक जड़ी–बूटियों का प्रयोग किया जाए तो सेहत के लिहाज से और भी अच्छा रहेगा। विशेष रूप से तैयार की गई चाय के सेवन से इम्युनिटी मजबूत करने में मिलती है मदद। दिन में एक या दो बार तुलसी, दालचीनी, काली मिर्च, सूखी अदरक और मुनक्का का काढ़ा पीना सेहत के लिए फायदेमंद हो सकता है। स्वाद के लिए इसमें गुड़ या नींबू भी मिला सकते हैं। भारतीय परिवारों में खांसी, जुकाम और सेहत से जुड़ी कई छोटी–मोटी परेशानियों के लिए लोग काढ़ा पीते हैं।

दालचीनी की चाय– दालचीनी की चाय वजन घटाने में मदद करती है। इसके सेवन से हृदय रोग का जोखिम कम हो जाता है। यह ब्लड शुगर को संतुलित बनाए रखने में मदद करती है। यह बैक्टीरिया व फंगल इंफेक्शन से भी बचाव करती है। आधा इंच दालचीनी की छाल लेकर इसे एक गिलास पानी में पांच–सात मिनट तक उबालकर गुनगुना पीएं।

जीरा चाय– यह चाय पाचन तंत्र को मजबूत बनाती है और शरीर पर बढ़ी चर्बी को घटाने में मदद करती है। इसमें जीरा के साथ धनिया और मेथी के बीज भी मिला सकते हैं। आधा चम्मच जीरा, आधा चम्मच धनिया के बीज और आधा चम्मच मेथी दाना को एक कप पानी में डालकर उबालें। अच्छी तरह से उबलने के बाद इसे गुनगुना करके पिएं।

तुलसी काली मिर्च की चाय– यह चाय बेहद कारगर इम्युनिटी बूस्टर है और मौसमी संक्रमणों से लड़ने में मदद करती है। काली मिर्च के साथ यदि तुलसी और लौंग को मिलाकर इसका सेवन करें तो यह और भी फायदेमंद हो जाएगी। तुलसी के तीन–चार पत्ते, दो काली मिर्च और एक लौंग को 2 गिलास पानी में उबालें, 2 मिनट बाद इसे गुनगुना पिएं।

अदरक की चाय– अदरक की चाय गले के संक्रमण से बचाने के साथ ही भूख बढ़ाने में भी मददगार होती है। यह चाय सर्दी और खांसी से राहत देने के साथ पेट की कई समस्याओं से छुटकारा दिलाती है। आधा चम्मच कसी हुई अदरक को एक गिलास पानी में पांच से छह मिनट तक उबालें। उबालने के बाद इसे गुनगुना पिएं। जिन लोगों को हाइपरएसिडिटी या हाई ब्लडप्रेशर की शिकायत है, तो वे डॉक्टर से परामर्श लेने के बाद ही इस चाय का सेवन करें।

अनुभव अमृतम्

बस देखते ही उतर गये। फिर ये बस जाकर के डॉ. आर.के. अग्रवाल साहब के घर के बाहर खड़ी हो गयी। डॉ. साहब बैठ गये। बड़ा सुन्दर केम्प (शिविर) किया। बहुत आनन्द आया। ये आनन्द का ही ध्यान है– महाराज। सारे काम राजी–राजी की पूर्व साधनाएं नींव बहुत अच्छी भरी हुई है। कैलाश, भगवान की बड़ी कृपा है– लाला। पूज्य बाई सोहनी देवी जी अग्रवाल ने आशीर्वाद देकर के केम्प में भेजा हैं। पहला केम्प, पहला शिविर पई का अति प्रसन्न भावों के साथ, और सिंहावलोकन के इन क्षणों में प्रमोदित भावों के साथ पाली–मारवाड़ में बहुत मित्रता हुई। कीर्ति साहब एलआई. सी अब तो उनका स्वर्गवास हो गया। क्लोथ मार्केट में सम्बन्धी मामा ससुर जी उनके घर कभी–कभी भोजन के लिए जाना होता था। रेलवे स्टेशन पाली में आँखों का केम्प लगा। कैलाश जी दौड़ रहे हैं, रोगी का अच्छा भोजन होना चाहिए। अपना कैसा भी हो चलेगा। रोगी को अच्छा मिलना चाहिए। ये मध्य का सिंहावलोकन पई का पहला शिविर। अरे! अगला शिविर अलसीगढ़ वालों ने कहा हमारे यहाँ करो। अच्छा है अगला शिविर आपके यहाँ करेंगे। पहला शिविर 20 अप्रेल 1986 को रामनवमी के दिन। पाली मारवाड़ में मनीआर्डर बाबू का कैलाश जी काम कर रहे थे। मनीआर्डर बाबू के यहाँ लम्बी लाइन एक सज्जन बार–बार आता है लाइन तोड़कर के। भाईसाहब– भाईसाहब। अरे! नहीं लाईन में आओ पीछे लाईन में खड़े हो जाओ। दो–तीन बार लाईन में खड़ा किया फिर बोले साहब आपने 300/– रुपये लिए नहीं मेरे से, मनीआर्डर कर दिया। मैं भी देना भूल गया, आप भी लेना भूल गये। रसीद भी आपने दे दी। मेरे तो 300/– रुपये मेरे जेब में ही है। मेरे एक मन ने कहा बाबूजी भूल गये तो क्या करें? 300/– रुपये बच गये। अपना मनीआर्डर तो हो गया। रसीद मिल गयी। दूसरे अन्दर के अच्छे मन के सद्भावों ने कहा नहीं–नहीं भाई। ये 300/– रुपये वापस लेकर चल।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 167 (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 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	Kalaji Goraji	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