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-2289 • उदयपुर, बुधवार 31 मार्च, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

धरती के हर सेंटीमीटर के परिवर्तन को परखेगा 'निसार'

इसरो व अमरीकी स्पेस एजेंसी नासा साल 2023 में एक ऐसा सैटेलाइट लॉन्च करने जा रही है जो पूरी दुनिया को प्राकृतिक आपदाओं से बचाएगा। यह आपदा आने से काफी पहले सूचना दे देगा। यह दुनियां का सबसे महंगा अर्थ ऑब्जरेवशन सैटेलाइट होगा। लागत करीब 7 हजार करोड़ रुपए है। जो सैटेलाइट इसरो और नासा तैयार कर रहा है, उसे नासा– इसरो सिंथेटिक एपर्चर रडार(एनआइएसएआर) यानि 'निसार' नाम दिया गया है। यह दो रडार एस बैंड और एल–बैंड सिथेटिक एपर्चर रडार पर काम करेगा।

इसरो ने भेजा एस–बैंड एसएआर

इसरो ने एस–बैंड सिंथेटिक एवर्चर रडार (एसअआर) को तैयार करके नासा को भेज दिया है। नासा इसे फिर से भारत भेज देगा। यहां निसार के दूसरे पाट्र्स तैयार किए जाएंगे। इसके बाद इसरो निसार को जीएसएलवी एमके–2 रॉकेट के साथ निसार को श्रीहरिकोटा लॉन्चपेड से लॉन्च करेगा।

एक सेमी के परिवर्तन भी परख सकेंगे – निसार की मदद से धरती की एक सेंटीमीटर से भी कम की सतह में होने वाले परिवर्तनों को भी परखा जा सकेगा। नासा के मुताबिक इस सैटेलाइट की मदद से दुनियाभर में प्राकृतिक संसाधनों को व्यवस्थित किया जा सकेगा। भूकंप, सुनामी, ज्वालामुखी और भूस्खलन के बारे में भी जानकारी मिल सकेगी। साथ ही साथ पर्यावरण में परिवर्तन के प्रभावों पर और बेहतर व विस्तृत समझ हासिल हो सकेगी। यह पृथ्वी की बाहरी कठोर सतह(क्रस्ट) के बारें में भी समझ बढ़ाएगा।

सेवा–जगत्
सेवा पथ पर आपका नारायण सेवा संस्थान

संस्थान द्वारा फिरोजाबाद में 74 गरीब परिवारों को राशन वितरण

नर को नारायण का स्वरूप मानते हुए असहाय, दिव्यांग मूक, बधिर एवं कोरोना महामारी के चलते बेरोजगार हुए गरीब कामगारों को फिरोजाबाद में निःशुल्क राशन का वितरण किया गया। संस्थान मुख्यालय उदयपुर के तत्वावधान में विभिन्न आदिवासी क्षेत्रों में तथा देशभर के विभिन्न शाखाओं द्वारा निःशुल्क राशन किट वितरण कर रहे हैं। स्थानीय समाजसेवी मुकेश कुमार जी ने बताया कि फिरोजाबाद क्लब, बाई पास रोड़, फिरोजाबाद, उत्तरप्रदेश में राशन वितरण शिविर आयोजित किया गया। इसमें स्थानीय शहर सहित अन्य कई गणमान्य मेहमान उपस्थित थे। संस्थान पिछले 9 माह से उदयपुर मुख्यालय सहित देश की सभी शाखाओं के माध्यम से निःशुल्क राशन वितरण की सेवा दे रही हैं। संस्थान संस्थापक कैलाश जी 'मानव' ने बताया कि संस्थान ने ऐसे जरूरतमंद के लिए नारायण गरीब परिवार राशन योजना के माध्यम से 50000 परिवारों तक राशन पहुंचाने का लक्ष्य निर्धारित किया है। इसी क्रम में फिरोजाबाद में राशन वितरण शिविर का आयोजित किया। प्रत्येक राशन किट में 20 किलो आटा, 5 किलो दाल, 5 किलो चावल, 2 किलो तेल, 2 किलो शक्कर व 2 किलो नमक आदि साम्रगी थी। शिविर में श्रीमती नूतन जी राठौड़, एवं अन्य समाज सेवी उपस्थित रहे। प्रदीप जी गुप्ता, देवी चरण अग्रवाल, अनिल जी गर्ग, शंकर जी गुप्ता, श्री मती आशा जी गुप्ता, राकेश जी गर्ग, दिनेशचन्द्र जी गुप्ता, संतोष जी गर्ग, नितिन जी मित्तल, दया शंकर जी पारौलिया आदि ने सेवाएं दी।

मोबाइल रेडिऐशन और नशे का केमिकल बढ़ा रहा 'ब्रेन ट्यूमर'

ब्रेन ट्यूमर के मामले एमबी हॉस्पिटल उदयपुर में लगातार सामने आ रहे हैं। हालांकि कई बार लोगों को मस्तिष्क में गांठ होने का पता अर्से बाद चलता है तो कई बार मरीजों की हालत नाजुक हो जाती है। पिछले छह वर्षो में उदयपुर में 300 से अधिक मामले सामने आ चुके हैं। विशेषज्ञों की माने तो ब्रेन ट्यूमर होने का कोई एक कारण नहीं है, बल्कि मोबाइल व टॉवर से उपजने वाले रेडिएशन, उपचार के दौरान रेडिएशन यानी बार–बार सिटी स्कैन करवाने, लगातार वजन बढ़ने, यदि पहले शरीर में कैंसर रहा हो, बढ़ती उम्र और नशे में इस्तेमाल होने वाले कैमिकल से इसका खतरा रहता है।

ये हैं लक्षण : धुंधली दृष्टि, उल्टी, भ्रम की स्थिति चेहरे के किसी अंग या किसी अंग में कमजोरी , भद्दापन, स्मृति हानि, मनोदशा और व्यवहार में परिवर्तन होता है। असमान पुतलियां या लटकती हुई पलकें, सिर चकराना, अपने शरीर के एक तरफ झुनझुनी, आंत्र या मूत्राशय पर नियंत्रण का नुकसान, स्वाद या गंध में परिवर्तन, लगातार नींद आने जैसी स्थिति बनती है।

उपचार : ऑपरेशन–जिनका ऑपरेशन संभव होता है, वह न्यूरोसर्जन करते हैं। रेडियो थैरेपी, टारगेट थैरेपी व किमो थैरेपी से उपचार होता है।

भारत में हर वर्ष हजारों मामले

भारत में ब्रेन ट्यूमर बढ़ रहा है। हमारे देश में हर साल विभिन्न आयु वर्ग के लोगों में ब्रेन ट्यूमर के अधिक से अधिक मामले सामने आते हैं। इंटरनेशनल एसोसिएशन ऑफ कैंसर के अनुसार भारत में हर साल ब्रेन ट्यूमर के 28000 से अधिक मामले सामने आते हैं। सालाना 24000 से अधिक लोग ब्रेन ट्यूमर के कारण मरते हैं। ब्रेन ट्यूमर एक गंभीर स्थिति है और जल्दी पता लगने पर और इलाज न करने पर घातक हो सकता है।

दो मुख्य ब्रेन ट्यूमर

प्राथमिक एवं माध्यमिक यानी मेटास्टेटिक।

- प्राथमिक मस्तिष्क ट्यूमर मस्तिष्क के भीतर उत्पन्न होते हैं।
- माध्यमिक या मेटास्टैटिक ब्रेन ट्यूमर वे होते हैं जो शरीर के अन्य हिस्सों से शुरू होते है लेकिन बाद में खून के माध्यम से मस्तिष्क में फैल जाते हैं।

दिव्यांग भी कर सकते हैं बड़ा काम

आंकड़ों के लिहाज से भारत में करीब दो करोड़ लोग शरीर के किसी विशेष अंग से दिव्यांगता के शिकार हैं। दिव्यांगजनों को मानसिक सहयोग की जरूरत है। यदि समाज में सहयोग का वातावरण बने, लोग किसी दूसरे की शारीरिक कमजोरी का मजान उड़ाएं, तो आगे आने वाले दिनों में हमें सारात्मक परिणाम देखने को मिल सकते हैं। समाज के इस वर्ग को आवश्यक संसाधन उपलब्ध कराया जाये तो वे कोयला को हीरा भी बना सकते हैं। समाज में उन्हें अपनत्व–भरा वातावरण मिले तो वे इतिहास रच देंगे और रचते आएं हैं। एक दिव्यांग की जिंदगी काफी दुःखों भरी होती है। घर–परिवार वाले अगर मानसिक सहयोग न दें, तो व्यक्ति अंदर से टूट जाता है। वैसे तो दिव्यांगों के पक्ष में हमारे देश में दर्जन भर कानून बनाए गए हैं, यहां तक कि सरकारी नौकरियों में आरक्षण भी दिया गया है, परंतु ये सभी चीजें गौण हैं, जब तहम उनकी भावनाओं के साथ खिलवाड़ करना बंद ना करें। वे भी तो मनुष्य हैं, इ्श्वयार और सम्मान के भूखे हैं। उन्हें भी समाज में आम लोगों के साथ प्रतिस्पर्धा करनी है। उनके अंदर भी अपने माता–पिता, समाज व देश का नाम रोशन करने का सपना है। बस स्टॉप, सीढियों पर चढने–उतरने, पंक्तिबद्ध होते वक्त हमें यथासंभव उनकी सहायता करनी चाहिए।

आइए, एक ऐसा स्वच्छ माहौल तैयार करें, जहां उन्हें क्षणिक भी अनुभव ना हो कि उनके अंदर शारीरिक रूप से कुछ कमी भी है। नारायण सेवा संस्थान परिवार की अपील है कि दिव्यांगों का मजाक न उड़ाएं, उन्हें सहयोग दें। साथ ही उनका जीवन स्तर उपर उठाने में संस्थान के प्रकल्पों में मदद भेजकर स्वयं सहयोगी बनें... एक उदाहरण पेश करें अपने परिवार में... समाज में.... संस्कारों से...।

संस्थान के सेवा प्रयास

1. महाराष्ट्र निवासी कक्षा 10वीं में अध्ययनरत 17 वर्षीय अजीता पिता श्री प्रहलाद को जन्म के 10 माह बाद तेज बुखार में इंजेक्शन लगवाने पर पोलियो हो गया। अजीता 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 अजीता का इलाज करवाने की कभी सोच ही नहीं सका। एक दिन मुझे नारायण सेवा संस्थान के बारे में जानकारी मिली और पता चला कि यहाँ दिव्यांगता का निःशुल्क इलाज होता है तो मैं अजीता को यहाँ लेकर आया।

डॉक्टर्स ने जाँच करके ऑपरेशन के बाद अजीता के पोलियो मुक्त होने की सम्भावना बताई। बड़ी अम्मीदों के साथ ऑपरेशन हो चुका है और वह दिव्यांगता से मुक्त हो चुकी है। यहाँ मेरा एक भी पैसा खर्च नहीं हुआ है। संस्थान को कोटि कोटि धन्यवाद।

———————

2. श्री पप्पू राठौड़ के 12 वर्षीय पुत्र मनोज को जन्म के 9 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 और संस्थान में इनका 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।

आशीर्वाद

एक बार एक राजा के दरबार में राजकवि ने प्रवेश किया। राजा ने उन्हें प्रणाम करते हुए उनका स्वागत किया। राजकवि ने राजा को आशीर्वाद देते हुए उनसे कहा, 'आपके शत्रु चिरंजीव हो।' इतना सुनते ही पूरी सभा दंग रह गई। यह विचित्र सा आशीर्वाद सुनकर राजा भी राजकवि से नाराज हो गए, पर उन्होंने अपने क्रोध पर नियंत्रण कर लिया।

राजकवि ने भी इस बात का भान हो गया कि राजा उनकी बात सुनकर नाराज हो गए हैं। उन्होंने तुरंत कहा, 'महाराज क्षमा करें। मैंने आपको आशीर्वाद दिया, पर आपने लिया नहीं।' राजा ने कहा, 'कैसे लूं मैं आपका आशीर्वाद? आप मेरे शत्रुओं को मंगलकामना दे रहे हैं। इस पर राजकवि ने समझाया, 'राजन! मैंने यह आशीर्वाद देकर आपका हित ही चाहा है। आपके शत्रु जीवित रहेंगे, तो आप में बल, बुद्धि, पराक्रम और सावधानी बनी रहेगी। सावधानी तभी बनी रह सकती है, जब शत्रु का भय हो। शत्रु का भय होने पर ही होशियारी आती है। उसके न रहने पर हम निश्चिंत और लाहरवाह हो जाते हैं। हे राजन! मैंने आपके शत्रुओं की नहीं, आपकी ही मंगलकामना की है। राजकवि के आशीर्वाद का मर्म जानकर राजा संतुष्ट हो गए और उनके आशीर्वाद को स्वीकार किया।

पहले अपनी सेवा – स्वामी शरणानन्द जी

अपनी सेवा और मानव की सेवा एक सिक्के के दो पहलू हैं। ज्यों–ज्यों मानव अपने को अपने लिये उपयोगी बनाता जाता है, त्यों–त्यों वह मानव मात्र के लिए उपयोगी होता जाता है; क्योंकि अपने लिये उपयोगी हुए बिना कोई मानव–सेवा कर ही नहीं सकता और न ही वह जगत् तथा जगत्पति के काम आ सकता है। सर्वोत्कृष्ट सेवा यही है कि अचाह होकर प्राप्त बल का सदुपयोग किया जाए। मानव–जीवन में बल के दुरुपयोग के लिए कोई स्थान ही नहीं है। सुख, लोलुपता, अधिकार–लालसा की जीवन में गन्ध भी न रह जाए, जीवन उदारता तथा प्रेम से भरपूर हो जाए; यह माँग सतत अपने समक्ष रखनी है।

आजीवन कार्यकर्ता को त्याग को अपना कर, उसकी फलासक्ति से और प्रेम को अपना कर प्रेमी होने के मास से रहित हो जाना है। यह तभी सम्भव होगा, जब यह अनुभव किया जाए कि बल अपने लिए नहीं है, अपितु 'पर' के लिए है। ज्ञान अपने लिये है और प्रेम प्रभु के लिये है। इस सत्य से जीवन को अभिन्न करना है। भूतकाल की भूल से भयभीत होकर निराश न हो जाएँ, अपितु वर्तमान निर्दोषता के आधार पर अभय हो जाएँ। जो भयरहित हो जाता है, उससे किसी को भय नहीं होता। वह सभी का अपना हो जाता है और सभी उसके अपने हो जाते हैं। अर्थात् मानव–सेवा करने वाले का विश्व और विश्वनाथ से अविभाज्य संबंध है। सेवा, त्याग, प्रेम उसका सहज स्वभाव है, जो सभी को अभीष्ट है।

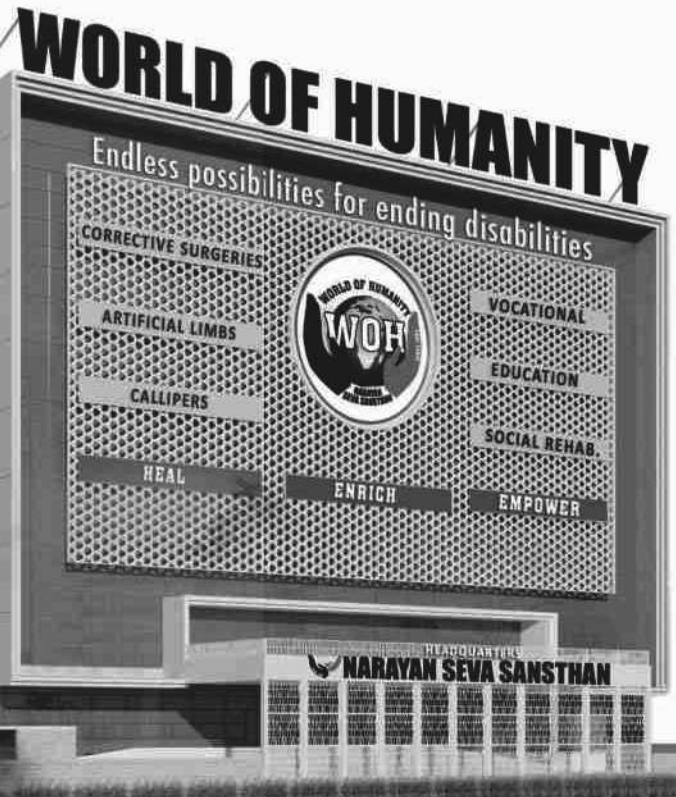
अंतहीन संभावनायें – दिव्यांगता मिटाने के लिये विभिन्नआयाम

WORLD OF HUMANITY का निर्माण प्रगति पर.....

अंतहीन संभावनाएं - दिव्यांगता मिटाने के विभिन्न आयाम

चिकित्सा
- निदान (एक्स रे, ओपीडी, लैब)
- उपचार (कृत्रिम अंग और कैलीपर्स)
- पोस्ट ऑपरेटिव केयर (वार्ड, आईसीयू)
- चिकित्सा सहायता (फार्मेसी एवं फिजियोथेरेपी)

स्वावलम्बन
- हस्तकला या शिल्पकला
- सिलाई प्रशिक्षण
- डिजिटल (कंप्यूटर) प्रशिक्षण
- मोबाइल फोन मरम्मत प्रशिक्षण
- नारायण चिल्ड्रन एकेडमी (निःशुल्क डिजीटल स्कूल)



सशक्तिकरण
- दिव्यांग शादी समारोह
- दिव्यांग हीरोज
- दिव्यांग खेल अकादमी
- दिव्यांग संगोष्ठी - सेमीनार
- इंटर्नशिप वॉलंटियर

सामुदायिक सेवाएं
- आदिवासी और ग्रामीण शिक्षा
- वस्त्र वितरण
- दृश्य एवं श्रवण बाधित के लिए आवासीय विद्यालय
- भोजन सेवा
- राशन वितरण
- वस्त्र और कंबल वितरण
- दवा वितरण

○ 450 बेड का निःशुल्क सेवा हॉस्पीटल ○ 7 मंजिला अतिआधुनिक सर्वसुविधायुक्त
○ निःशुल्क शल्य चिकित्सा, जांचें, ओपीडी ○ निःशुल्क कृत्रिम अंग निर्माण कार्यशाला
○ प्रज्ञाचक्षु , विमंदित, मूकबधिर, अनाथ एवं निर्धन बच्चों का निःशुल्क आवासीय
○ व्यावसायिक प्रशिक्षण ○ बस स्टेण्ड से मात्र 700 मीटर दूर ○ रेल्वे स्टेशन से 1500 मीटर दूर

अधिक जानकारी के लिए कॉल करें मो नं. : +91-294-6622222 वाट्सअप : +91-7023509999

सम्पादकीय

करुणा–धारा का प्रवाह

करुणा मानव हृदय का स्थायी भाव है। यह विभिन्न दृश्यों को देखकर जागृत होकर हमें पीड़ित की सहायता के लिए प्रेरित करता है। जब तक पीड़ित हैं, तब तक करुणा धारा का प्रवाह होता रहेगा। सच में पीड़ा एक ताप है जो जीवन को शुष्क कर देती है, पीड़ा वह व्यथा है जो मानव–मन को जलाकर वाष्पित करने को उद्यत रहती है। इस पीड़ा को करुणा की धारा की शीतलता ही शमित कर सकती है। करुणा में वह शीतलता, वह अपनापन और वह समाधानकारी शक्ति है कि उसके आगे पीड़ा बहुत बौनी सिद्ध होती है। पीड़ा को दूर करने के लिए साधन/संसाधन भी उपयोगी है। पर पीड़ा का मूल मन में होता है। तन की पीड़ा के लिए साधन कार्य करेंगे पर मन की पीड़ा का हरण तो करुणा से ही संभव है। मन की पीड़ा को मिटाना ही स्थायी उपाय है। इसलिए हम संसाधनों से तो सेवा करें ही पर ध्यान इस पर भी रहे कि करुणा का प्रवाह सूखे नहीं। अनवरत बहता रहे।

कुछ काव्यमय

सेवा विचार

सेवा करने के लिये,
हो भावों की बात।
सेवक में होने लगे,
करुणा की बरसात।।
सेवा सच्चा धर्म है,
यह प्रभु के हैं बोल।
सेवा जैसी साधना,
दुनिया में अनमोल।।
जो सेवा होती रहे,
दीनों की दिन रात।
उसके मन में ठहरती,
करुणा की बारात।।
करुणा जब बहने लगे,
समझो खुश भगवान।
फिर तो मानव में खुले,
सद्भावों की खान।।
जो सेवा में लग गया,
वो है सुर अवतार।
उनकी सेवा हर रही,
धरती का सब भार।।

- वख्तीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

महिलाओं के हुनर को दिलाई नई पहचान

सीमांत के वे गांव, जहां महिलाओं का बंदिश के बिना बाहर निकलना चलन में नहीं है। ऐसे इलाकों में एक नाम गूंजता है लता बहिन जी...। अपनी उम्र रेगिस्तान को दे चुकी लता कच्छवाह ने न केवल कशीदाकारी के हुनर को दाम दिए हैं, बल्कि महिलाओं को सुख–दुःख की भागीदारी भी बनी है। जोधपुर में जन्मी लता सामाजिक कार्य की ललक के चलते बाड़मेर आ गई। आज वह 671 स्वयं सहायता समूह के जरिए रोजगार दे रही है।

अपनों से अपनी बात

सेवा ही मुक्ति–सेवा ही जीवन ज्योति

पतित पावनी गंगा मैया के कृपा छत्र में हर–हर गंगे का अनवरत जय घोष करती धर्म नगरी हरिद्वार में नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर के माध्यम से देश भर में पीड़ित मानवता के लिए 25 वर्ष से चलाए जा रहे सेवा यज्ञ को प्रभु कृपा से महाकुम्भ मेले में देश भर के सन्त–समुदाय की अनुमोदना प्राप्त हुई। जब वैरागी कैम्प के विशाल पाण्डाल में सन्त–समुदाय ने निर्वाणी आचार्य महामण्डलेश्वर सम्मान ग्रहण करने का मेरे सन्मुख प्रस्ताव रखा। प्रभु की इस असीम कृपा और दीन–दुखियों की दुआ के आगे मैं नतमस्तक था। मेरे नेत्र सजल हो उठे मानो वे इस कृपा प्रसाद के लिए प्रभु के चरण प्रक्षाल को उतावले थे। यह पहला अवसर था जब सेवा क्षेत्र के किसी व्यक्ति को यह सर्वोपरि सम्मान संत समुदाय ने प्रदान किया। अखिल भारतीय अखाड़ा परिषद के अध्यक्ष श्री श्री 1008 श्री महन्त ज्ञानदास जी महाराज, गुरुदेव 1008 श्री श्री रामकुमार दास जी सहित सम्पूर्ण सन्त समुदाय का इसके लिए मैं हृदय से आभारी हूँ। इस सेवा यात्रा के सभी सहयोगियों, साधकों और उन बच्चों की किलकारियों का भी, जो संस्थान में पोलियो चिकित्सा के बाद प्रसन्न्ता की परिणति थी। आभारी हूँ उन सज्जनों का जिनकी शुभकामनाएँ मुझे निरन्तर प्राप्त हो रही है। मैं तो पानी का बुलबुला अथवा माटी का कण मात्र हूँ। एक–एक मुट्ठी आटा इकट्ठा कर अस्पताल में कमलाजी से रोगी भाई–बहनों के लिए रोटी बनवाकर ले जाने के वे दिन, किसनाजी की मजबूरी बेटी कल्पना को सेवा के इस अभियान के दौरान मिले उपालम्भ। इन बातों को जब याद करता हूँ तब आँखें गीली हो जाती है। सचमुच दैवीय चमत्कार ही था कि सेवा और समर्पण का बीज आखिर वट वृक्ष बन सका। प्रभु से यही चाहता हूँ कि दीन–दुखियों, असहाय विकलांगों और निराश्रित बालक–बालिकाओं की पीड़ा हरने में नारायण सेवा संस्थान को और अधिक सक्षम और समर्थ रूप दे सकूँ। इसमें आपके सहयोग व सम्बल की मुझे पग–पग पर आवश्यकता है। हमें जो तन–मन–धन ईश्वर ने प्रदान किया है उसका प्रयोजन है इसे पुण्य कार्य में लगाएँ। पीड़ितों को प्रसन्नता का प्रसाद दें। काम बहुत बड़ा है लेकिन बूँद–बूँद से सागर भर जाता है और करोड़ों लोगों की भूख–प्यास बुझाता है। हम सब मिलकर इस सेवा अभियान में जुटें तो काम बहुत आसान हो जायेगा। आप सबके प्रति मेरी मंगल कामनाएँ।

–कैलाश 'मानव'

आत्मसंतोष ही धन है

आत्मसंतोष ही सबसे बड़ा धन है। आवश्यकता से अधिक संग्रहित धन क्लेश का कारण बनता है, जो परिवार में विघटन लाता है। धन की तीन गति होती है–भोग, दान और नाश। यदि प्रथम दो गति धन को प्राप्त नहीं होती, तो वह धन अवश्य ही तीसरी गति को प्राप्त हो जाता है।

एक व्यक्ति के पास थोड़ी–सी जमीन थी। वह उस पर खेती करके अपना जीवन–यापन करता था। एक दिन साइबेरिया से एक व्यक्ति उसके पास आया और कहने लगा– तुम साइबेरिया में जमीन खरीद लो, वहाँ जमीन कौड़ियों के दाम बिकती है। इस पर उस व्यक्ति ने अपनी थोड़ी–सी जमीन, जो उसके पास थी, बेच दी और साइबेरिया चला गया। वहाँ पहुँच कर लोगों से जमीन खरीदने के बारे में बात की। लोगों ने उसे बताया–तुम्हें जितनी जमीन चाहिए, उतनी जमीन तुम ले सकते हो, इसके लिए तुम्हें सूर्योदय होते ही इस स्थान से भागना है। जितनी जमीन पर तुम कदम रखोगे अर्थात् जहाँ तक तुम भाग कर जाओगे वो जमीन तुम्हारी होगी। परन्तु ध्यान रहे कि सूर्यास्त होने तक तुम्हें वापस इसी शुरुआती जगह पर वापस आना होगा। रात को उसने अपनी दूसरे दिन की पदयात्रा की व्यवस्था के बारे में सोचा और खाने–पीने आदि की व्यवस्था की। दूसरे दिन सूर्योदय की पहली किरण के साथ ही उसने अपनी पदयात्रा शुरू की। दोपहर 12 बजे तक वह दौड़ता चला गया, उसके मन में 'और जमीन ले लूँ' का भाव लगातार चलता रहा। वह मन ही मन सोचता रहा कि यहाँ के लोग कितने भोले और अच्छे हैं कि इतनी सस्ती जमीन दे देते हैं। बस दौड़ो और जमीन अपने नाम कर लो। 12 बजे वह लौटने के बारे में सोचने लगा, लेकिन अचानक उसके मन में और अधिक जमीन प्राप्त करने का लोभ जागृत हो गया तथा वह और आगे आगे जाता रहा। उसे भूख–प्यास की भी परवाह नहीं रही। उसने भोजन–पानी को बोझ समझ कर फेंक दिया, ताकि ज्यादा से ज्यादा दौड़ कर ज्यादा से ज्यादा जमीन ले पाए।

दोपहर दो बजे उसे विचार आया कि मुझे लौटना भी है और अपनी वापसी की यात्रा में तेज–तेज दौड़ने लगा तथा हाँफने लगा। दूर–दूर से उसे वे लोग दिखाई देने लगे, जो सुबह उसका उत्साहवर्द्धन कर रहे थे, अब वही लोग उससे कह रहे थे–जल्दी आओ, जल्दी आओ। बहुत अच्छे! तुम पहुँच जाओगे। वह सोचने लगा–कैसे भले लोग हैं, जो अपनी जमीन ऐसे ही दे रहे हैं और चाहते हैं कि मैं उस शुरुआती जगह पहुँच जाऊँ और मुझे इतनी सारी जमीन मिल जाए। इनसे श्रेष्ठ लोग और कहाँ मिलेंगे?

वह हाँफता–दौड़ता उस जगह से मात्र पाँच कदम दूर तक पहुँच कर गिर गया, लेकिन फिर भी सूर्य की अंतिम किरण तक उसने रेंगते–रेंगते अपनी अंतिम सीमा रेखा पर हाथ लगा दिया, किंतु यह क्या, उसी समय उसके प्राण–पखेरू उड़ गए। अब वे भले लोग हँसते हुए कहने लगे कि यहाँ आज तक किसी भी व्यक्ति ने जीवित रूप में जमीन का एक टुकड़ा अपने नाम पर नहीं किया है। सभी लोग तृष्णा में मरे जा रहे हैं।

आज के मानव की भी यही प्रवृत्ति है। वह अपनी जरूरतों से ज्यादा के संग्रह में लगा है। यदि हमारे पास आवश्यकता से अधिक धन संग्रहित है, तो उसे लोगों की मदद में लगा देना चाहिए। यही उस धन का सदुपयोग है। दान करने में संशय नहीं होना चाहिएं मनुष्य को सदैव पूर्ण विश्वास के साथ दान करना चाहिए।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

गंगौत्री पहुँच कर दर्शन किये। यहां भी उसे पहचानने वाले ढेर सारे लोग मिल गये, वो किसी को नहीं जानता था फिर भी सबसे इस तरह मिला जैसे बरसों से जान पहचान हो। यहीं उसके परिवार की चार पीढ़ियों का बही खाता लेकर पण्डे भी आ गये। उसके दादाजी के हस्ताक्षर उन बही खातों में थे। जब उसे यह पता चला कि गंगोत्री का मन्दिर राजस्थान सरकार के प्रशासन के अर्न्तगत है तो उसके अचरज की कोई सीमा नहीं थी।

गंगोत्री का जल ग्लेशियर से आ रहा है, ऊपर गोमुख है, गो मुख के ऊपर तपोवन है। तपोवन के प्रति कैलाश का बहुत आकर्षण था। यही वह स्थान था जहां शांतिकुंज हरिद्वार के संस्थापक श्री राम ने 24 साल तक अनूठी तपस्या की थी। आचार्य यहां गाय को जौ खिलाते थे तथा उसके गोबर से वापस निकलने वाले जौ को एकत्र कर सुखाते थे। इसके पश्चात् इसके आटे से रोटी बनाकर छाछ के साथ ग्रहण करते थे। 24 वर्षो तक उन्होंने यही किया। ऐसी पावन भूमि का स्मरण कर कैलाश धन्य हो गया। यहां भी पूजा – अर्चना – स्नान– ध्यान किया और लौट आये। मौसम खराब हो गया वरना यहां से केदारनाथ जाने की भी उसकी इच्छा हो गई थी जो पूरी नहीं हो पाई।

अंश-218

कई रोगों के लिए रामबाण है इमली

इमली जहां स्वाद के मुकाबले में किसी से कम नहीं है वहीं ये कई तरह के औषधीय गुणों से भी भरपूर है।

यह एक ऐसा फल, जो मीठा और खट्टा दोनों के शौकीनों को पसंद हो सकता है। हरी होती है तो स्वाद में खट्टी लगती है और पकने के बाद लाल रंग लेती है और मीठी हो जाती है।

इमली के बीज में ट्रिप्सिन इन्हिबिटर गुण (प्रोटीन को बढ़ाना और नियंत्रित करना) पाया जाता है। इससे हृदय रोग, हाई ब्लड शुगर, हाई–कोलस्ट्रॉल और मोटापा संबंधी समस्याएं नियंत्रित की जा सकती हैं।

इसमें कुछ ऐसे पोषक तत्व पाए जाते हैं जो पाचन में सहायक डाइजेस्टिव जूस को प्रेरित करने का काम करते हैं। इस कारण पाचन क्रिया बेहतर तरीके से काम करने लगती है।

इमली में कैल्शियम प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। यह तंत्रिका तंत्र को सही गति देने का काम करता है।

इसमें कुछ ऐसे पोषक तत्व पाए जाते हैं जिनमें एंटी इंलेमेटरी (सूजन कम करने) और एंटी–स्ट्रेस (मानसिक तनाव कम करने) प्रभाव पाए जाते हैं।

इमली में एंटीऑक्सिडेंट और हेप्टोप्रोटेक्टिव प्रभाव पाए जाते हैं। पीलिया और लिवर के लिए फायदेमंद है।

इसमें एंटी–मलेरिया के साथ–साथ फेब्रियूज और लैक्सेटिव प्रभाव भी पाए जाते हैं। इसका उपयोग मलेरिया और माइक्रोबियल डिज़ीज से छुटकारा दिलाने में सहायक होता है।

इमली का उपयोग हाई ब्लड प्रेशर की समस्या से छुटकारा दिलाने में लाभकारी साबित हो सकता है।

इमली में मैलिक, टार्टरिक और पोटैशियम एसिड प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं। पेट के लिए काफी उपयोगी है।

इमली खाने के फायदे में त्वचा से डेड स्किन निकालना और उसे निखारना भी शामिल है।

अनुभव अमृतम्

आओ कैलाश जी, आओ प्रणाम, आओ बैठो, खूब बातें होती है। मैंने पूछा आप एक बार तीर्थ यात्रा पर भी गये थे। बोले हाँ, कैलाश जी तीर्थ यात्रा पर इसलिए गया था बस में की जो तीर्थ यात्रा विरायतन बिहार में जहाँ हमारे तीर्थंकर का निर्वाण हुआ वहाँ तक की तीर्थ यात्रा। मैंने उनसे कुछ कर्जा ले रखा था। कैलाश जी रुपया ले रखा था ब्याज पर। ब्याज भी देता था। लेकिन जो उधार लेता उसका सिर हमेशा आमतौर पर नीचे रहता है। उधार देता उसका सिर ऊँचा रहता है। उन्होंने मुझे कहा था राजमल जी मेरे साथ तीर्थ यात्रा पर चलो। क्योंकि मैं कर्जदार था। इसलिए मैं मना नहीं कर पाया। तीर्थ घूम आते। क्या मागूंगा मैं सब मिला हुआ है। सिरोही रोड़ के बीच में एक मन्दिर बड़ा जैन मन्दिर, सब अन्दर चले गये। दर्शन करने के लिए दो आदमी। ड्राईवर के अलावा दो आदमी गाड़ी में बैठे रहे। एक डॉ. बालवी साहब जो बिसलपुर के रहने वाले। ड्राईवर, डॉ. व एक राजमल जी जैन साहब। बालवी साहब ने कहा मैं तो मुसलमान हूँ इसलिए मन्दिर में नहीं गया। आप तो जैन हो, आपके जैन मन्दिर के तीर्थंकर भगवान महावीर स्वामी का मन्दिर है। आप क्यों नहीं गये? राजमल जी भाईसाहब ने कहा– डॉ. साहब मैं नर में नारायण के दर्शन करने निकला हूँ। चला जाऊँगा थोड़ी देर में मन्दिर में। कुछ आपसे बातचीत करलूं। डॉ. साहब हँस दिये। बोले नर में नारायण के दर्शन करने निकले हो? मानव में महावीर के दर्शन करने निकले हो? बिसलपुर ही रहते, फिर आये क्यों?

सेवा ईश्वरीय उपहार– 98 (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	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