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-2221 • उदयपुर, शुक्रवार 22 जनवरी, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

नया वायरस स्ट्रेन तेजी से फैलता पर खतरा कम

कोरोना वायरस का नया स्ट्रेन इंग्लैड से शुरू होकर दुनियाभर में फैल गया है। भारत में भी इसके कई मामले आ चुके हैं। कोविड– 19 का नया रूप एन501वाई न केवल अधिक तेजी से फैल रहा है बल्कि बच्चों में इसके संक्रमण का खतरा ज्यादा है। अमरीकी संस्था सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल एंड प्रिवेंशन (सीडीसी) ने सलाह दी है कि जैसे ही लक्षण दिखें तो तत्काल मेडिकल मदद लेनी चाहिए क्योंकि नया कोरोना तेजी से संक्रमण फैला रहा है।

इनमें दिख रहा गया स्ट्रेन– कोविड– 19 के नया स्ट्रेन ऐसे मरीजों में देखने को मिल रहा है। जिनकी इम्युनिटी पहले से ही काफी कम है। इसके अलावा कैंसर के रोगी, स्टेरॉइड दवा लेने वालों, हाल ही अंग प्रत्यारोपण हुआ है या फिर कोरोना काफी लंबा चला है। उनमें भी जोखिम ज्यादा है। इसके साथ ही जिनके इलाज में एक बार से अधिक प्लाजा थैरेपी दी गई थी। ऐसे लोगों को विशेष सावधानी बरतने की जरूरत है।

लक्षणों में विशेष बदलाव नहीं, हल्की गंभीरता बढ़ रही है– कोरोना के मुख्य लक्षणों में बुखार, सूखी खांसी, गला खराब और थकान होती है। इसके अलावा अलग अलग मरीजों से नाक का बहना या बंद होना, सांस लेने में तकलीफ, पेट से संबधित संक्रमण, सूंघने और स्वाद की शक्ति का जाना, डायरिया, आंखों में संक्रमण, सर दर्द, शरीर पर लाल रेशेज आदि है। ऐसे लक्षण नए स्ट्रेन में भी दिख रहे हैं। लेकिन इसकी गंभीरता पहले वाले से थोड़ी ज्यादा है।

इन पांच लक्षणों की अनदेखी न करें– कोरोना वायरस वैसे तो ज्यादा मामलों में खतरनाक नहीं होता है। लेकिन इसके पांच ऐसे लक्षण हैं जो गंभीरता के संकेत देते हैं। इनमें सांस लेने में दिक्कत, छाती में दबाव या दर्द महसूस होना, भ्रम की स्थिति बनना, बेहोशी छाना या फिर चेहरा या होंठ नीला होना है। इन लक्षणों की अनदेखी न करें। इनसे दिक्कत बढ़ सकती है। नए कोरोना में भी तरह के लक्षणों वाले मरीजों में गंभीरता ज्यादा आ रही है। कोरोना के पुराने गाइड लाइन के अनुसार सावधानी बरतें।

70 प्रतिशत तेजी से फैल रहा– कोरोना के नए स्ट्रेन के बारे में अभी पूरी जानकारी नहीं है। इसकी जीनोम संरचना पर शोध चल रहा है। इस वायरस के प्रोटीन स्पाइक का रूप बदला है। स्पाइक के बदलाव से इसकी वजह से ये अब पहले की तुलना मे 70 प्रतिशत तेजी से संक्रमित कर रहा है। अनुमान लगाया जा रहा है कि इसके भी 17 प्रकार हैं।

देसी वैक्सीन भी असरदार – देश में दो स्वदेशी वैक्सीन बन चुकी है। यह दोनों ही कोरोना के नए स्ट्रेन पर भी असर करेगी क्योंकि नए स्ट्रेन के केवल स्पाइक में 70 प्रतिशत तक बदलाव हुआ है। दोनों ही वैक्सीन डेड वायरस और स्माइक से ही बनी है। इसलिए इन पर असर करेंगी।

सेवा पथ पर आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

झाड़ोल, सेमारी, जयसमंद में दिव्यांग सहायता शिविर सम्पन्न

दिव्यांगता के क्षेत्र में समर्पित नारायण सेवा संस्थान ने सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से बुधवार को जयसमंद, गुरुवार को सेमारी और शुक्रवार को झाडोल पंचायत समिति मुख्यालय पर दिव्यांगता जांच–चयन एवं उपकरण वितरण शिविर का आयोजन किया। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत अग्रवाल ने बताया कि झाड़ोल में कुल 65 रोगियों की ओपीडी हुई जिनमें से 5 दिव्यांगों को ट्राईसायकिल,7 को व्हीलचेयर,5 को वैशाखी का निःशुल्क वितरण किया गया। शिविर समारोह में मुख्य अतिथि जिला प्रमुख ममता कुंवर पंवार, प्रधान राधादेवी जी परमार, उप प्रधान मोहबत सिंह जी, भाजपा जिला अध्यक्ष भंवर सिंह जी पँवार, विकास अधिकारी केदार प्रसाद जी वैष्णव, पीसीसी के रामलाल जी गाडरी एवं उपसरपंच नीलम जी राजपुरोहित आदि मौजूद रहे। जयसमंद में 23 और सेमारी केम्प में 27 दिव्यागों को सहायक उपकरण बांटे गए। तीनों शिविरों से 22 रोगियों को ऑपरेशन के लिए चयनित करते हुए 21 जन का कैलिपर्स व कृत्रिम हाथ पैर बनाने बाबत नाप भी लिए। डॉ मानस रंजन साहू ने कैम्प में आये दिव्यांगों को परामर्श दिया। प्रभारी हरिप्रसाद जी लड्ढा, लोगर जी डांगी, मोहन जी मीणा ने सेवाएं दी।

रक्तदान शिविर में 25 यूनिट ब्लड संग्रहित

नारायण सेवा संस्थान के सेवामहातीर्थ, बड़ी लोयरा परिसर में शनिवार को ब्लड डोनेशन शिविर का आयोजन सरल ब्लड बैंक के सहयोग से सम्पन्न हुआ। संस्थान निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने बताया कि डॉ सुरेश जी डांगी और विक्रांत जी सांखला की टीम ने 25 यूनिट ब्लड का संग्रहण किया।

रक्तदाताओं को प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। शिविर के दौरान सेवामहातीर्थ प्रभारी अनिल जी आचार्य, किशन जी, भंवर जी रेबारी, वर्षा जी एवं इंद्रसिंह जी ने सेवाएं दी।

सम्पादकीय

अभिमान और स्वाभिमान दो शब्द हैं जिनकी रचना का मूल शब्द एक ही है, पर अर्थ की दृष्टि से दोनों में काफी अंतर है। अभिमान को नकारात्मक सोच व व्यवहार माना गया है जबकि स्वाभिमान को एक सकारात्मक गुण।

अभिमान में व्यक्ति स्वयं को श्रेय देने के लिये लालायित होता है तथा उस श्रेय के पीछे केवल प्रशंसा की भूख ही दृष्टिगत होती है, जबकि स्वाभिमान में व्यक्ति अपने जीवन–मूल्यों की रक्षा करने को प्रयासरत होता है। अभिमान बाह्य अधिक है तो स्वाभिमान आंतरिक।

अभिमान व्यक्ति को सबसे अलग–थलग कर देता है जबकि स्वाभिमान जोड़ने का काम करता है। स्वाभिमानी व्यक्ति सामने वाले के स्वाभिमान का भी समादर करता है जबकि अभिमानी व्यक्ति सामने वाले का निरादर करने को उत्सुक रहता है। इसलिये नीति साहित्य में अभिमान को त्याज्य व स्वाभिमान को वरैण्य कहा गया है।

कुछ काव्यमय

अभिमान, व्यक्ति को
अंधकार की ओर ले जाता है।
स्वाभिमान जीवन में
प्रकाश दिखाता है।
यह हम पर निर्भर है कि
हम किधर बढ़ें।
नीचे उतरें या शिखर चढ़ें।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

चरण और आचरण

परहित सरिस धरम नहीं भाई।
पर पीड़ा सम नहीं अधमाई।।

आओ, इनको आचरण में उतार लें। इसी क्षण उतारें। अभी उतारें कल का इन्तजार नहीं करें। लाला भीमसेन का घण्टा बज जायेगा। युधिष्ठिर के लिए भी भीमसेन का घण्टा बज गया। आप और हमारी तो किस श्रेणी में हैं? अपने परिवार में एकता बनाये रखें। पूरे परिवार में सत्संग देवें। बार–बार कहें अपना जीवन किसी के काम आ जावे, पराया आँसू पोंछ लें।

नदियाँ अपना जल नहीं पीती।
वृक्ष अपना फल नहीं खाते।।

मानव जी का, इन्सान जी का मिलन तो हो गया। गाड़ियाँ भी रुक गयी। लेकिन जब घायलों को लेकर जा रहे थे, लग रहा था–हे प्रभो! इनकी श्वास को बचा लेना। प्रभु

इनकी श्वास को थाम लेना। ठाकुर आपके हाथ में डोर है। जैसा ये शरीर परमात्मा ने बना दिया। आपके–हमारे हाथ में नहीं है अपने विशुद्धि चक्र को शुद्ध रख लेना। मूर्तिकार ने पूरी मूर्ति बना दी, 3 महिने के अन्दर बना दी। लेकिन चरण बनाने में छः महीने लगे।

पूछा आपको चरणों में छः महीने क्यों लगे?

सेवा धर्म महान है,
अति प्राचीन विचार।
सेवारत इन्सान ही,
समझा जीवन सार।।

बोले लोग इन्हीं चरणों में सिर झुकायेंगे। इन्हीं चरणों को धोकर के चरणामृत का पान करेंगे। इसलिए मुझे चरण बनाने में बहुत समय लगा। आपके चरणों को, आपके आचरण को अच्छे बना लेना। आप कर्म करते रहना, आप पधारना यहाँ जब आप पधारोगे। मैं आपके गले मिलूंगा। मैं कहूँगा–

चार मिले चौसठ खिले।
बीस खड़े कर जोड़।।
आप कह उठना,
मानव से इन्सान मिले।
खिल गये लाख करोड़।।

–कैलाश 'मानव'

संगति का प्रभाव

अमीत एक मध्यम वर्गीय परिवार का लड़का था। वह बचपन से ही बड़ा आज्ञाकारी और मेहनती छात्र था लेकिन जब से उसने कॉलेज में दाखिला लिया तब से उसका व्यवहार बदलने लगा। अब ना तो वो पहले की तरह मेहनत करता और न ही अपने माँ–बाप की सुनता।

यहाँ तक कि वो घर वालों से झूठ बोल कर पैसे भी लेने लगा था। उसका बदला हुआ आचरण सभी के लिये चिंता का विषय था। जब इसकी वजह जानने की कोशिश की गई तो पता चला कि अमीत बुरी संगति में पड़ गया है। कॉलेज में उसके कुछ ऐसे मित्र बन गये थे जो बहुत फिजूलखर्ची करते, सिनेमा देखते, धूम्रपान करते और दारू पीते, सभी ने अमीत को ऐसी दोस्ती छोड़ पढ़ाई लिखाई पर ध्यान देने को कहा। किन्तु अमीत पर ऐसी बातों का कोई असर नहीं पड़ा। उसका सिर्फ एक ही जवाब होता, मुझे अच्छे भले की समझ है। मैं भले ही ऐसे लड़कों के साथ रहता हूँ पर मुझ पर उनका कोई असर नहीं पड़ता। दिन ऐसे ही बीतते गये और धीरे–धीरे। परीक्षा के दिन नजदीक आ गये। अमीत ने ठीक परीक्षा से पहले कुछ मेहनत की, पर वो पर्याप्त नहीं थी।

वह एक विषय में फेल हो गया। हमेशा अच्छे नम्बरों से पास होने वाले अमीत के लिये ये किसी झटके से कम नहीं था। वह बिल्कुल टूट सा गया। अब ना तो वो घर से निकलता और न ही किसी से बातें करता। बस दिन रात अपने कमरे में पड़े कुछ सोचता रहता। उसकी स्थिति देख परिवारजन और भी चिंता में पड़ गए। सभी ने उसे पिछला रिजल्ट भूल जाने और आगे से मेहनत करने की सलाह दी, पर अमीत को मानो साँप सूँघ गया। फेल होने के दुःख से वो उभर ही नहीं पा रहा था। जब ये बात अमीत के पिछले स्कूल के प्रिंसीपल को पता चली तो उन्हें यकीन नहीं हुआ। अमीत उनके प्रिय छात्रों में से एक था, और उसकी स्थिति जान उन्हें बडा दुःख हुआ। उन्होंने निश्चय किया वो अमीत को इस स्थिति से जरूर निकालेंगे। इसी प्रयोजन से उन्होंने एक दिन अमीत को अपने घर बुलाया। प्रिंसीपल साहब बाहर बैठे अंगीठी ताप रहे थे। अमीत उनके बगल में बैठ गया। अमीत बिल्कुल चुप था और प्रिंसीपल साहब भी कुछ नहीं बोल रहे थे। दस पन्द्रह मिनट ऐसे ही बीत गये और किसी ने एक शब्द नहीं कहा। फिर अचानक प्रिंसीपल साहब उठे और चिमटे से कोयले के एक धधकते हुए टुकड़े को निकाल कर मिट्टी में डाल दिया। वह टुकड़ा कुछ देर तो गर्मी देता रहा फिर अंततः ठण्डा पडकर बुझ गया। यह देख अमीत कुछ उत्सुक हुआ और बोला प्रिंसीपल साहब आपने उस टुकड़े को मिट्टी में क्यों डाल दिया? ऐसे तो बेकार हो गया। अगर आप उसे अंगीठी में ही रहने देते तो वह भी अन्य टुकड़ों की तरह गर्मी देने के काम आता। प्रिंसीपल साहब मुसकुराये और बोले– बेटा कुछ देर बाहर रखने से वो टुकड़ा बेकार नहीं हुआ लो मैं उसे दोबारा अंगीठी में डाल देता हूँ और ऐसा कहते हुए उन्होंने टुकड़ा दोबारा अंगीठी में डाल दिया। अंगीठी में जाते ही वो टुकड़ा दोबारा धधक कर जलने लगा और पुनः गर्मी प्रदान करने लगा। कुछ समझे अमीत, प्रिंसीपल साहब बड़े प्यार से बोलते है, तुम उस कोयले के टुकड़े के समान ही तो हो। पहले जब तुम अच्छी संगति में रहते थे, मेहनत करते थे, माता–पिता का कहना मानते थे तो तुम अच्छे नम्बरों से पास होते थे और जैसे ही वो टुकड़ा मिट्टी में चला गया और बुझ गया, तुम भी गलत संगति में चले गये और परिणाम स्वरूप फेल हो गये। पर यहाँ जरूरी बात यह है कि एक बार फेल होने से तुम्हारे अंदर के सारे गुण समाप्त नहीं हो गये। जैसे कोयले का वो टुकड़ा मिट्ठी में पड़े होने के बावजूद बेकार नहीं हुआ और अंगीठी में डालने पर धधक कर जल उठा। ठीक उसी तरह तुम भी वापस अच्छी संगति में जाकर, मेहनत कर एक बार फिर मेधावी छात्रों की श्रेणी में आ सकते हो। याद रखो, मनुष्य ईश्वर की बनायी सर्वश्रेष्ठ कृति है, उसके अंदर बड़ी से बड़ी हार को भी जीत में बदलने की ताकत है। उस ताकत को पहचानो, उसकी दी हुई असीम शक्तियों का प्रयोग करो और इस जीवन को सार्थक बनाओ। अमीत समझ चुका था। उसे क्या करना है? वह चुपचाप उठा प्रिंसीपल साहब के चरण स्पर्श किये, और निकल पड़ा अपना भविष्य संवारने।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

15 दिन तक बच्चे मुम्बई के उस अस्पताल में बंधक रहे। चैनराज व कैलाश ने जैसे तैसे 5 लाख रु. जुटाये, फिर भी एक लाख रु. कम पड़ रहे थे। अब कोई चारा भी नहीं था, डॉक्टर को 5 लाख रु. देते हुए कहा कि इतने ही पैसे इकट्ठे हुए हैं, बच्चों को छोड़ना हो तो छोड़ो वरना खुद ही इन्हें पालो। डॉक्टर भी इन 15 दिनों में परेशान हो चुका था। उसने 5 लाख रु. लिये और बच्चों को मुक्त किया। बच्चों के हर्ष का पारावार नहीं था, उन्हें तो मानों एक नई जिन्दगी मिल गई थी। सभी को वापस उदयपुर लाए तो उन्हें चलता फिरता देख संस्था से जुड़े सभी लोगों में खुशी की लहर दौड़ गई।

उदयपुर में वापस शिविरों का सिलसिला चालू हो गया। चार कमरे बनने के बाद ज्यूं ज्यूं पैसे आते गये और कमरे बनते गये। अब तक दस कमरे बन चुके थे। इनमें 100 बच्चे रखने लगे। एक बार कैलाश, चैनराज के साथ उनकी कार में जोधपुर जा रहा था कि पीछे से किसी मोटर साईकिल वाले ने आवाज दी –बाबूजी! बाबूजी! रुकिये। गाड़ी रोकी तो मोटर साईकिल सवार ने पास आकर नमस्कार किया और पूछा–आपने मुझे पहचाना कि नहीं? उसकी मोटर साईकिल पर दूध की टंकियां बंधी हुई थी। न तो कैलाश और न ही चैनराज उसे पहचान पाये।

उस युवक ने हाथ जोड़कर इन्हें प्रणाम कहते हुए परिचय दिया– बाबूजी मैं बोम्बे नम्बर 2 हूं। उसके इतना कहते ही कैलाश उसे पहचान गया। मुम्बई में जिन बच्चों का ऑपरेशन कराने ले गये थे उन्हीं में से यह था। तब सभी बच्चों को नम्बर दे दिये थे इसीलिये यह अपने आपको बोम्बे नं. 2 बता रहा था। उसने कहा–बाबूजी ! देखिये, मैं अब चलने लगा हूँ, मोटर साईकिल चला लेता हूँ, दूध बेच कर रोजाना 200–250 रु. कमा लेता हूँ। सब आपकी .पा से संभव हुआ। उसे देखकर कैलाश भावविह्वल हो उठा, उसे याद आ गया कि ऑपरेशन के पहले किस तरह अपने चारों–पैरों के बल गडूरे की तरह चलता था। चैनराज भी इसे देख फूले नहीं समा रहे थे।

अंश–164

देशभर में नारायण सेवा संस्थान की शाखाएं

जबलपुर
आर. के. तिवारी,मो. 9826648133
मकान नं. 133, गली नं. 2, समदड़िया ग्रीन सिटी,माधोंताल, जिला - जबलपुर (म.प्र.)

कोरबा
श्री देवनाथ साहू,मो. 09229429407
गांव- बेला कछार, मु.पो. बालको नगर, जिला-कोरबा (छ.ग.)

मुम्बई
श्री कमलचन्द लोढ़ा,मो. 08080083655
दुकान नं 660, आर्किडसिटी सेन्टर,द्वितीय मंजिल, बेस्ट डिपो के पास, बेलासिस रोड़, मुम्बई सेन्ट्रल (ईस्ट) 400008

जुलाना मण्डी
श्रीराम निवास जिन्दल,
श्री मनोज जिन्दल मो. 9813707878,108 अनाज मण्डी, जुलाना,जींद (हरियाणा)

मुम्बई
श्रीमती रानी दुलानी,न.-028847991
9029643708,10-बी/बी, वाईसराय पार्क,ठाकुर विलेज कान्दीवली,मुम्बई

शाहदरा शाखा
विशाल अरोड़ा-8447154011
श्रीमान रविशंकर जी अरोड़ा-9810774473
मैसर्स शालीमार ड्राइक्लीनर्स
IV/1461 गली नं. 2 शालीमार पार्क, D.C.B. ऑफिस के पास,शाहदरा,ईस्ट दिल्ली

हापुड़ (उ.प्र.)
श्री मनोज कंसल मो.-09927001112,
डिलाइट टैन्ट हाऊस,कबाड़ी बाजार,हापुड़

भीलवाड़ा
श्री शिव नारायण अग्रवाल,मो. 09829769960
C/o नीलकण्ठ पेपर स्टोर, L.N.T. रोड़, भीलवाड़ा-311001 (राज.)

अम्बाला केन्ट
श्री मुकुट बिहारी कपूर ,मो. 08929930548
मकान नं.- 3791, ओल्ड सब्जी मण्डी, अम्बाला कैन्ट, अम्बाला कैन्ट-133001(हरियाणा)

जयपुर
श्री नन्द किशोर बत्रा,मो. 09828242497
5-C, उन्नति एन्क्लेव, शिवपुरी, कालवाड़ रोड़, झोटवाड़ा, जयपुर 302012 (राजस्थान)

अजमेर
सत्य नारायण कुमावत
मो. 9166190962,कुमावत कॉलोनी, आर्य समाज के पीछे, मदनगंज,किशनगढ़, जिला अजमेर (राज.)

पाली/जोधपुर
श्री कान्तिलाल मूथा,मो. 07014349307
31, गुलजार चौक, पाली मारवाड़ (राज.)

कैथल
डॉ. विवेक गर्ग,मो. 9996990807,गर्ग मनोरोग एवं दांतो का हस्पताल के अन्दर पद्मा मॉल के सामने करनाल रोड़, कैथल

रतलाम
चन्द्र पाल गुप्ता
मो. 9752492233,मकान नं. 344, काटजूनगर, रतलाम (म.प्र.)

सिरसा, हरियाणा
श्री सतीश मेहता मो. 9728300055
म.न.-705, से.-20,पार्ट-द्वितीय,सिरसा, हरि.

नांदेड़ (सेवा प्रेरक)
श्री विनोद लिंबा राठोड,07719966739
जय भवानी पेट्रोलियम,मु. पो. सारखानी, किनवट, जिला - नांदेड़, महाराष्ट्र

पाचोरा (महाराष्ट्र)
श्री सीताराम जी-मो. 9422775375

मन्दसौर
मनोहर सिंह देवड़ा
मो. 9758310864,म.नं. 153, वार्ड नं. 6, ग्राम-गुराड़िया,पोस्ट-गुराड़ियादेदा, जिला - मन्दसौर (मध्यप्रदेश)

डोडा
श्री विक्रम सिंह व नीलम जी कांतवाल
मो. 09419175813, 08082024587
ग्वाड़ी, उदराना, त. भदवा, डोडा (ज.क.)

चुरु
श्री गोरधन शर्मा,मो. 09694218084,गाँव व पोस्ट - झोथड़ा, त. तारानगर, चुरू-331304 (राज.)

भोपाल
श्री विष्णु शरण सक्सेना,मो. 09425050136
A-3/302, विष्णु हाईटेक सिटी, अहमदपुर रेल्वे क्रॉसिंग के सामने, बावड़िया कलाँ, होशंगाबाद रोड़ जिला - भोपाल (म.प्र.)

बहरोड़
डॉ. अरविन्द गोस्वामी,मो. 9887488363
'गोस्वामी सदन' पुराने हॉस्पीटल के सामने बहरोड़, अलवर (राज.)
श्री भुवनेश रोहिल्ला,मो. 8952859514,
लेडिज फैशन पोईन्ट, न्यू बस स्टैण्ड के सामने यादव धर्मशाला के पास, बहरोड़, अलवर (राज.)

नई दिल्ली
श्री आदेश गुप्ता, मो.9810094875, 9899810905
मकान नं. : ए-141, लोक विहार, पितमपुरा, नॉर्थ वेस्ट दिल्ली

आकोला
हरिश जी, मो.नं. - 9422939767
आकोट मोटर स्टेण्ड, आकोला (महाराष्ट्र)

पलवल
वीर सिंह चौहान मो.9991500251
विला नं. 228, ओमेक्स सिटी, सेक्टर-14, पलवल (हरि.)

बरेली
कुंवरपाल सिंह पुंढीर
मो. 9458681074,विकास पब्लिक स्कूल के पीछे, स्वरूप नगर (चहवाई) जिला - बरेली- (उ.प्र.)

हजारीबाग
श्री डूंगरमल जैन,मो.-09113733141
C/o पारस फूड्स, अखण्ड ज्योति ज्ञान केन्द्र, मेन रोड़ सदर थाना गली, हजारीबाग (झारखण्ड)

परभणी (महाराष्ट्र)
श्रीमती मंजु दरड़ा-मो. 09422876343

खरसिया
श्री बजरंग बंसल,मो.-09329817446
शान्ति ड्रेसेज, नियर चन्दन तालाब शनि मन्दिर के पास,खरसिया (छ.ग.)

जम्मू
श्री जगदीश राज गुप्ता,मो.-09419200395
गुरू आशीर्वाद कुटीर, 52-सी अपर शिव शक्ति नगर जम्मु-180001

नरवाना(हरियाणा)
श्री धर्मपाल गर्ग,मो.-09466442702,
श्री राजेन्द्र पाल गर्ग मो.-9728941014
165-हाऊसिंग बोर्ड कॉलोनी नरवाना,जीन्द

फरीदाबाद
श्री नवल किशोर गुप्ता मो. 09873722657
कश्मीर स्टेशनरी स्टोर, दुकान नं. 1डी/12, एन.आई.टी., फरीदाबाद, हरियाणा

सुमेरपुर (राज.)
श्री गणेश मल विश्वकर्मा,मो. 09549503282
अंचल फाउण्डरी, स्टेशन रोड़, सुमेरपुर, पाली

बूंदी
श्री गिरिधर गोपाल गुप्ता,मो. 9829960811,
ए.14, 'गिरधर-धाम', न्यू मानसरोवर कॉलोनी चित्तौड़ रोड़, बून्दी (राज.)

कैथल
श्री सतपाल मंगला,मो. 09812003662-3
68-ए, नई अनाज मंडी, कैथल

बिलासपुर
डॉ. योगेश गुप्ता,मो.-09827954009
श्रीमन्दिर के पास, रिंग रोड़ नं. 2, शान्ति नगर, बिलासपुर (छ.ग.)

बालोद
बाबूलाल संजय कुमार
जैन मो. 9425525000,रामदेव चौक बालोद, जिला-बालोद (छ.ग.)

मथुरा
श्री दिलीप जी वर्मा
मो. 08899366480
1, द्वारिकापुरी,कंकाली, मथुरा (उ.प्र.)

धनबाद(झारखण्ड)
श्री भगवानदास गुप्ता-09234894171
07677373093 गांव-नापो खुर्द,पो.-गोसाई बलिया,जिला-हजारीबाग (झारखण्ड)

मुम्बई
श्री प्रेम सागर गुप्ता ,मो. 9323101733
सी-5, राजविला, बी.पी.एस. 2 क्रोस रोड़,वेस्ट मुलुंड, मुम्बई

बरेली
विजय नारायण शुक्ला
मो. 7060909449,मकान नं.22/10, सी.बी.गंज, लेबर इण्डस्टीयल कॉलोनी बरेली (उ.प्र.)

दीपका, कोरबा (छ.ग.)
श्री सूरजमल अग्रवाल,मो. 09425536801

हाथरस (उ.प्र.)
श्री दास बृजेन्द्र,मो.-09720890047
दीनकुटी सत्संग भवन,सादाबाद

अलवर
श्री आर.एस. वर्मा,मो.-09024749075,
के.वी. पब्लिक स्कूल,
35 लादिया,बाग अलवर (राज.)

हमीरपुर
श्री ज्ञानचन्द शर्मा,मो. 09418419030
गाँव व पोस्ट - बिघरी, त. बदसर
जिला हमीरपुर - 176040 (हिमाचलप्रदेश)

हमीरपुर
श्री रसील सिंह मनकोटिया ,मो. 09418061161
जामलीधाम, पोस्ट-रोपा, जिला-हमीरपुर-177001

झारखण्ड
श्री जोगिन्दर सिंह जग्गी,मो. 7992262641,
44ए, छोटकी मुरीम, नजदीक उमा इन्सीट्यूट
राजीव सिनेमा रोड़, बिजुलिया, रामगढ़ (झारखण्ड)

संकट का सामना करने से ही मिलती है सफलता

स्वामी विवेकानंद बचपन से ही जिज्ञासु प्रवृति के थे। उनके संगीत, खेलकूद सहित तमाम गतिविधियों में रूचि थी। अध्यात्म में खास रूचि होने की वजह से खेल– खेल में ही ध्यान करने लगाते थे और घंटों तक उसमें रम जाते थे। उनकी मां उन्हें हमेशा रामायण व महाभारत की कहानियां सुनाती थीं, जिसे वे खूब चाव से सुनते थे। ज्ञानार्जन व नई– नई चीजों को जानने के लिए वे देशभर में भ्रमण करते रहते थे। एक बार वे बनारस में थे। गंगा स्नान करके मां दुर्गा के मंदिर में गए। वहां दर्शन के बाद जब प्रसाद लेकर बाहर जाने लगे तो वहां पहले से मौजूद बहुत सारे बंदरों ने उन्हें घेर लिया। वे प्रसाद छीनने के लिए उनके नजदीक आने लगे। बंदरों को अपनी तरफ आते देखकर स्वामी विवेकानंद भयभीत हो गए और खुद को बचाने के लिए भागने लगे पर बंदर उनका पीछा छोड़ने को तैयार ही नहीं थे। वहां पर खड़े एक बुजुर्ग संन्यासी उन्हें देख रहे थे। उन्होंने स्वामीजी को रोका और कहा कि वे भागें नहीं, बल्कि उनका सामना करें और देखे कि क्या होता है बुजुर्ग संन्यासी की सलाह पर वे रूक गए। उनके रूकते ही बंदर भी खड़े हो गए। यह देखकर स्वामीजी की हिम्मत बढ़ गई और वे पलटकर बंदरों की ओर बढ़े। स्वामीजी को अपनी तरफ बढ़ता देखकर बंदर पीछे हटने लगे और थोड़ी ही देर में भाग खड़े हुए।

स्वामीजी ने कई वर्षो बाद एक सभा में इस घटना का जिक्र किया। उन्होंने श्रोताओं से कहा कि इस घटना से उन्हें यह शिक्षा मिली कि समस्या का समाधान उससे भागने से नहीं, बल्कि डटकर उसका सामना करने से ही हो सकता है। इसलिए वे कभी भी किसी संकट से विचलित नहीं हुए और बिना डरे उसका सामना करने को तैयार रहे। सबसे महत्वपूर्ण यह है संकट और समस्याओं का हल ही सफल बनाता है। जान लें कि अगर आपके रास्ते में कोई समस्या नहीं आ रही है तो यह रास्ता आपको सफलता की ओर नहीं ले जा सकता।

कर्मों के दीये

एक धनी व्यक्ति मरणोपरांत स्वर्ग पहुँचा। उसे अपेक्षा थी कि उसके साथ वहाँ बहुत आदरपूर्ण व्यवहार किया जाएगा, पर जब उसने देखा कि उसके महल के पीछे रहने वाले निर्धन व्यक्ति को वहाँ सर्वोच्च सत्कार दिया जा रहा है तो उसके आश्चर्य का ठिकाना न रहा। उसने चित्रगुप्त से प्रश्न किया– "मै इस व्यक्ति को अच्छे से जानता हूँ। ये जीवन भर फटेहाल रहा और इसे आप इतना सम्मान दे रहे हैं, जबकि मैंने जीवन भर दान–पुण्य किए और मुझे अन्य व्यक्तियों की तरह ही समझा जा रहा है।" चित्रगुप्त बोले –"इस व्यक्ति ने हर रात सरसों के तेल का एक दीया जलाकर सड़क के किनारे रखा है।" अब धनपति और कुपित हो उठा और बोला– "तब तो आपका व्यवहार और भी पक्षपातपूर्ण है। मैंने हर दिन अपने मंदिर में घी के हजारों दीप जलवाए हैं और सरसों के तेल के केवल एक दीये को नित्य जलाने पर इसका इतना मान क्यों?" चित्रगुप्त गंभीर स्वर में बोले– "पुण्य धन के प्रदर्शन से नहीं, सार्थक कर्मों को करने से अर्जित होता है। इसके दीये ने उस अँधेरी गली में अनेकों को पथ दिखाया और तुम्हारे दीये केवल तुम्हारी समृद्धि और अहंकार के लिए जले।" कर्मों की महत्ता मूल्य के आधार पर नहीं, वरन कार्य की उपयोगिता के आधार पर होती है।

संस्थान ने इलाज ही नहीं किया... रोजगार के काबिल भी बनाया..

सहेंगे तो आगे बढ़ेंगे। ऐसा ही जज्बा लिये गोरखपुर की सरिता कुमारी को नई जिन्दगी को जीने का हौसला मिला, नारायण सेवा से । वे कहती है मैं जब चार साल की थी तब मेरे पांव में पोलियो हो गया। मेरे माता–पिता ने काफी इलाज कराया लेकिन ठीक नहीं हुआ है।

पहले मैंने कभी सोचा भी नहीं थी कि, मैं अपने पाँव पे खड़ा होकर चल पाऊंगी। लेकिन यहाँ आकर मेरे मन के अन्दर उम्मीद जगी कि मैं भी अपने पांव पे खड़ी हो के चल सकूंगी। अपने पांव का निःशुल्क ऑपरेशन करवाकर। अब सरिता कुमारी अपनी जिन्दगी का सफर आसानी से तय कर लेती है।

संस्थान ने जहां सरिता कुमारी को पैरों पे खड़ा किया। वहीं पे उसे निःशुल्क कम्प्युटर कोर्स की ट्रेंनिग देकर उसकी जिन्दगी को जोड़ा रोजगार के सुअवसर से। वो संस्थान के प्रति अपना आभार प्रकट करती हैं। वे कहती रहती हैं कि नारायण सेवा संस्थान ने मेरा इलाज भी करवाया साथ भी कम्प्युटर कोर्स कराया। मैं आज बहुत खुश हूँ।

डर के आगे जीत है

डर से शर्मिंदा न हों – एक लीडर की पारंपरिक छवि होती है कि उसे बुद्धिमान, सख्त और निडर होना चाहिये। लेकिन सच तो ये है कि किसी भी अन्य भावना की तरह डर के भी विकासवादी पहलू और कुछ फायदे होते हैं। गलतियों से बचने की आपकी चिंता याद दिलाती है कि अभी हम लोग चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में है। एक सतर्क लीडर की अहमियत होती है, खासकर इन परस्थितियों में। इसलिए यही न बोलते रहें 'मुझे इतना डरना नहीं चाहिए।' गलतियां करने से डरे नहीं और न ही अपनी गलतियों की वजह से खुद को नाकाबिल लीडर मानें।

अपनी प्रक्रियाओं पर फोकस करें– चिंताए सोल्यूशन–फोकस्ड होनी चाहिए। हम व्यवस्थाओं को नियंत्रित कर सकते हैं, नतीजों को नहीं। गलतियां न हो इसके लिए क्या व्यवस्थाएं की है? अपनी चिंता को ऐसे प्रश्नों के दम पर दिशा दे सकते हैं– जिस डेटा पर आपको भरोसा है क्या वह वाकई भरोसेमंद है?

जैसा अन्न, वैसा मन

महाभारत का युद्ध चल रहा था। भीष्म पितामह अर्जुन के बाणों से घायल हो बाणों से ही बनी हुई एक शय्या पर थे। कौरव और पांडव दल के लोग प्रतिदिन उनसे मिलना जाया करते थे। एक दिन का प्रसंग है कि पांचों भाई और द्रौपदी चारों तरफ बैठे थे और पितामह उन्हें उपदेश दे रहे थे। सभी श्रद्धापूर्वक उनके उपदेशों को सुन रहे थे कि अचानक द्रौपदी हंस पड़ीं। पितामह इस हरकत से बहुत आहत हो गए और उपदेश देना बंद कर दिया। पांचों पांडव भी द्रौपदी के इस व्यवहार से आश्चर्यचकित थे। सभी बिलकुल शांत हो गए। कुछ देर बाद पितामह बोले, 'पुत्री, तुम एक संभ्रांत कुल की बहू हो, क्या मैं तुम्हारी इस हंसी का कारण जान सकता हूं?' द्रौपदी बोली, 'पितामह, आज आप हमे अन्याय के विरुद्ध लड़ने का उपदेश दे रहे हैं, लेकिन जब भरी सभा में मुझे निर्वस्त्र करने की कुचेष्टा की जा रही थी तब कहां चला गया था आपका ये उपदेश, आखिर तब आपने भी मौन क्यों धारण कर लिया था?

यह सुन पितामह की आंखों से आंसू आ गए। उन्होंने कहा, 'पुत्री, तुम तो जानती हो कि मैं उस समय दुर्योधन का अन्न खा रहा था। वह अन्न प्रजा को दुखी कर एकत्र किया गया था, ऐसे अन्न को भोगने से मेरे संस्कार भी क्षीण पड़ गए थे, फलतः उस समय मेरी वाणी अवरुद्ध हो गयी थी। और अब जबकि उस अन्न से बना लहू बह चुका है, मेरे स्वाभाविक संस्कार वापस आ गए हैं और स्वतः ही मेरे मुख से उपदेश निकल रहे हैं। जो जैसा अन्न खाता है उसका मन भी वैसा ही हो जाता है'।

दूब बहुपयोगी है

दूब एक प्रकार की घास है! इसे संस्कृत में 'दुर्वा' भी कहा जाता है! यह भूमि पर फैलते हुए बढ़ती है! हिंदु धर्म में इसका विशेष महत्व है! पूजना–उपासना में दूब का प्रयोग विशेष रूप से किया जाता है! भगवान गणेश जी को यह अत्यंत प्रिय है! गणेश जी को दूब अर्पित करने से वे अत्यंत प्रसन्न होते हैं। इसमें कूट–कूट कर औषधीय शक्ति भरी हुयी है! इसे खाने वाला अथवा इसका रस पीने वाला व्यक्ति अत्यंत शक्तिशाली हो जाता है! दूब हमारे लिए अनेक प्रकार से लाभदायक है– नित्य प्रातःकाल दूब पर नंगे पैर चलने से नेत्र ज्योति में वृद्धि होती है तथा नेत्र विकार नष्ट होते हैं दूब के काढ़े से कुल्ला करने से मुँह के छाले ठीक हो जाते हैं। यह शीतल है तथा पित्त को शांत करने वाली होती है।'

यो दुर्वाकरैर्यजयति स वैश्रवणोपमो भवति' अर्थः जो दुर्वा की कोपलों से गणपति जी की उपासना करते हैं, उन्हें 'कुबेर' के समान धन की प्राप्ति होती है!

दूब हमारे शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता बढाने का कार्य करती है। इसे नित्य सेवन करने से पाचन शक्ति में वृद्धि होती है। इसके सेवन से मधुमेह (शुगर) नियंत्रित रहता है! दूब कोलेस्ट्रोल को कम करके हृदय को मजबूत करती है। इसका लेप लगाने से खुजली शांत होती है। स्त्री रोगों में यह विशेष लाभदायक है। दुर्वा रक्त को साफ करती है।

अनुभव अमृतम्

हवाई जहाज लेण्ड़िंग पर था। ये शरीर भी टेक ऑफ करता है, ऊपर उठता है, चलने को, रुकता है, लेण्ड़िग करता है। कभी ध्यान की अवस्था में रोम–रोम को जगाता है। अंग–अंग जगे, अणु–अणु जगे। अदभुत् हमारा देह–देवालय पिण्ड ब्रह्माण्ड जो ब्रह्माण्ड में सब कुछ है वो हमारे साढ़े तीन हाथ की काया में है। कैसे? इसको उदाहरण से समझें। हमारे इस देह–देवालय में 70 प्रतिशत जल है। 30 प्रतिशत ही पृथ्वी है। फिर समुद्र का पानी खारा–नमकीन होता है। वैसे इस देह–देवालय का अन्दर का जल खारा ही खारा है–महाराज!

आप कहोगे चखा क्या? अन्दर के जल को चखा तो नहीं है– सुना है कि इतना नमक–सोडियम हम ग्रहण करते हैं और दोनों किडनियाँ कितना रक्त को स्वच्छ रक्त को छान लेती है? अशुद्धता, यूरिया जो जल कहेंगे अशुद्ध जल, वो सारा यूरोलॉजी में है पूरा शरीर उसका 50 प्रतिशत शरीर सोख लेता है। खारा होता है।

पहली बार भारत के बाहर किसी विदेश की मलेशिया की धरती पर उतरे–बाहर आये। वहाँ का इम्यूगेशन, पुनः पासपोर्ट, पुनः वीजा बातचीत कितने दिन रहेंगे– वहाँ? पाँच–छः दिन रहेंगे। ठप्पा लग गया, बाहर आ गये। यह इम्यूनीगेशन वाले हैं, तो आइये –आइये बस में बैठिये। कमरे दे दिये गये और एक बहुत बड़े एयर कंडिशन हॉल में सेमीनार प्रारम्भ– हुई। करीबन 30 देशों के प्रतिनिधि थे। यू.एस. से भी, यूरोप का भी देश जैसे फ्राँस था।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 43 (कैलाश 'मानव')

अपने बैंक खाते से संस्थान के बैंक खाते में जमा करें - अपना दान

आप अपना दान सहयोग नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर के नाम से संस्थान के बैंक खातों में सीधे भी जमा करवाकर PAY IN SLIP भेजकर सूचित कर सकते हैं, जिससे दान प्राप्ति रसीद आपको भेजी जा सके।

संस्थान पेन कार्ड नम्बर AAATN4183F, टेन नम्बर JDHN01027F

Bank Name	Branch Address	RTGS/NEFT Code	Account
State Bank of India	H.M.Sector-4	SBIN0011406	31505501196
ICICI Bank	Madhuban	ICIC0000045	004501000829
Punjab National Bank	KalajiGoraji	PUNB0297300	2973000100029801
Union Bank of India	Udaipur Main	UBIN0531014	310102050000148

संस्थान को दिया गया दान-सहयोग आयकर अधिनियम 1961 की धारा 80G के अन्तर्गत 50 प्रतिशत नियमानुसार छूट के योग्य है।

'मन के जीते जीत सदा' दैनिक समाचार-पत्र 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