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 - 10 • अंक-2660 • उदयपुर, गुरुवार 07 अप्रैल, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

पटना (बिहार) में दिव्यांग सेवा

नारायण सेवा संस्थान वर्षो से आपके आशीर्वाद से दिव्यांगजन सेवा में रत है। पूरे देश में स्थान–स्थान पर जाकर इसकी शाखाओं द्वारा दिव्यांगजन सहायता शिविर आयोजित किये जा रहे हैं। इस पुण्य कार्य को गति देने के लिये एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 26 से 28 मार्च 2022 को संजय आनन्द चिकित्सालय लक्ष्मीनगर, पटना में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता श्री विमल कुमार जी जैन रहे। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 242, कृत्रिम अंग वितरण 212, कैलिपर वितरण 22 की सेवा हुई। उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् रवि शंकर जी (सांसद एवं पूर्व केन्द्रिय मंत्री), अध्यक्षता श्रीमान् सुशील कुमार मोदी (माननीय पूर्व उपमुख्यमंत्री), विशिष्ट अतिथि श्रीमान् विजय कुमार सिन्हा (माननीय अध्यक्ष, बिहार), श्रीमान् आनन्द किशोर जी यादव (लोक लेखा सलाहकार), श्रीमान् सुनिल कुमार यादव (आनन्द चि. चेयरमैन), श्रीमान् डॉ.एस.एस.झा (अस्थि रोग विशेशज्ञ), सुश्री योशम आदित्य (विजन प्राइवेट लिमिटेड) रहे। श्रीमती अन्जली जी (पी.एन.डो.), सुशील कुमार जी (टेक्नीशियन), शिविर टीम में श्री अखिलेश जी (शिविर प्रभारी), श्री सुनील जी श्रीवास्तव, श्री मनीश जी हिन्डोनिया, श्री प्रकाश डामौर (सहायक) ने भी सेवायें दी।

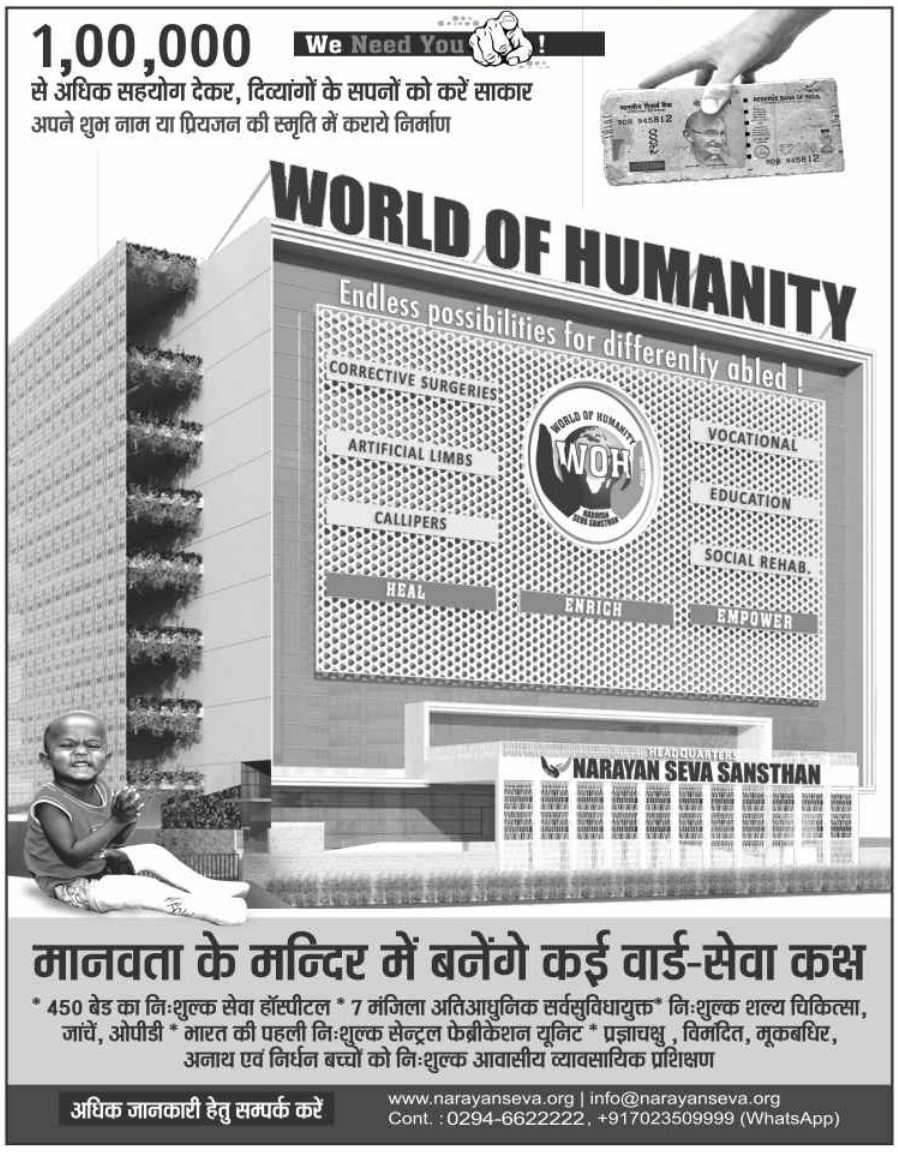
कालीगंपोंग (वेस्ट बंगाल) में दिव्यांगों को राहत का उपक्रम

नारायण सेवा संस्थान का ध्येय है कि दिव्यांग भी दौड़ेगा–अपनी लाठी छोड़ेगा। इस क्रम में संस्थान की शाखाओं व दानदाताओं के सहयोग से दिव्यांग जाँच, उनका ऑपरेशन के लिये चयन तथा कृत्रिम अंगों का माप लेना व अंग लगाने का कार्य गति पर है। ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर 27 व 28 मार्च 2022 को दिशा सेंटर, कालीगंपोंग (वेस्ट बंगाल) में हुआ। शिविर सहयोगकर्ता कालीगंपोंग सेवा संस्थान रहा। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 248, कृत्रिम अंग माप 46, कैलिपर माप 97 की सेवा हुई तथा 34 का ऑपरेशन हेतु चयन किया गया।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् रूदेन सादा लोपचा (विधायक), अध्यक्षता श्रीमान एम.वी. भुपल (उपाध्यक्ष, विकलांग सेवा संस्थान), विशिष्ट अतिथि श्रीमान् छोटेलाल जी प्रसाद (कल्याण अपंग संस्थान), श्रीमती रंजनी मेनन (केम्प आयोजक), श्रीमती ज्योती कारकी, श्रीमान लव कुमार जी भुजंल, श्रीमान् मनोज जी गटानी, श्रीमान् रोशन जी मेनन (समाज सेवी) रहे।

डॉ. पंकज कुमार जी (ऑर्थोपेडिक सर्जन), श्री किशन जी (टेक्निीशियन) सहित शिविर टीम में हरिप्रसाद जी शर्मा (शिविर प्रभारी), श्री सत्यनारायण जी, श्री गोपाल जी (सहायक) ने भी अमूल्य सेवायें दी।

1,00,000 We Need You !
से अधिक सहयोग देकर, दिव्यांगों के सपनों को करें साकार
अपने शुभ नाम या प्रियजन की स्मृति में कराये निर्माण



मानवता के मन्दिर में बनेंगे कई वार्ड-सेवा कक्ष
* 450 बेड का निःशुल्क सेवा हॉस्पीटल * 7 मंजिला अतिआधुनिक सर्वसुविधायुक्त* निःशुल्क शल्य चिकित्सा, जांचें, ओपीडी * भारत की पहली निःशुल्क सेन्ट्रल फेब्रीकेशन यूनिट * प्रज्ञाचक्षु , विमंदित, मूकबधिर, अनाथ एवं निर्धन बच्चों को निःशुल्क आवासीय व्यावसायिक प्रशिक्षण
अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क करें
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org
Cont. : 0294-6622222, +917023509999 (WhatsApp)

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity
स्नेह मिलन समारोह
दिनांक : 10 अप्रैल, 2022
स्थान
काशीराम अग्रवाल भवन, गुलबाई टेकरा, बी.आर.टी.सी. के सामने, पॉजरापोल, अहमदाबाद, सांय 4.30बजे
उत्तरबंगा मारवाड़ी सेवा ट्रस्ट, 21/2 मील, सेवा के रोड, सिलीगुड़ी, प.बंगाल, सांय 4.30 बजे
होटल सिराज रेजीडेंसी, खानपुरी गेट, बस स्टेण्ड के पास, होशियारपुर, प्रातः 11.00 बजे
इसस्नेह मिलन समारोह में आपश्री सादर आमंत्रित है एवं अपने क्षेत्र में जो दिव्यांग भाई बहन है उन तक अधिक से अधिक सूचना देवें।
+91 7023509999
+91 2946622222
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org
पू. कैलाश जी 'मानव'
'सेवक' प्रशान्त भैया

लक्ष्य के प्रति पूरी समपर्णा हो

स्वामी विवेकानंद जी के आश्रम में एक व्यक्ति ने आकर प्रणाम किया और पैरों एक व्यक्ति ने आकर प्रणाम किया और पैरों में गिरकर अपना दुखड़ा रोने लगा – मैं अपने जीवन से बहुत परेशान हूँ। मेहनत तो मै बहुत करता हूं , पर कभी सफल नहीं हो पाता हूं। पढ़ा–लिखा हूं और मेहनती भी हूं। पता नही, भगवान ने मुझे ऐसा नसीब क्यों दिया कि सफलता कभी हाथ लगी ही नहीं। स्वामी जी की तीक्ष्ण प्रतिभा, आगंतुक की समस्या समझ गई। उसकी समस्या का प्रेक्टिकल समाधान देने के लिए स्वामी जी ने एक योजना बनाई। उनके पास एक पालतू कुत्ता था। उन्होंने कहा–पहले तुम मेरे कुत्ते को कुछ दूर घुमा कर लाओ, तब तुम्हारा समाधान करता हूं।

युवक को आश्चर्य हुआ कि मेरी समस्या और इस कुत्ते के घुमाने में क्या ताल्लुक है? खैर, चलो घुमा लाता हूं। उसने कुत्ते को साथ लिया और आधे घंटे तक घुमाकर ले आया। स्वामी जी ने देखा, उस युवक का चेहरा तो अभी भी चमक रहा है, जबकि कुत्ता बहुत थका हुआ लग रहा था।

स्वामी जी ने पूछा कि यह कुत्ता इतना थका हुआ क्यों लग रहा है, जबकि तुम तो क्लांत नजर नहीं आ रहे हो? तब युवक ने जवाब दिया कि मैं तो सीधा–सादा, रास्ते–रास्ते चलता रहा, परंतु यह कुत्ता गली में जो भी कुत्ता दिखता, उसके पीछे भागता रहा, उन्हें भौंकता रहा। लड़–लड़ाकर मेरे पास आता रहा। फिर कोई दिखा तो फिर भागा, भौंका वापस आया। जबकि हम दोनों ने रास्ता तो एक समान तय किया है, तथापि कुत्ते ने मेरे को कहीं ज्यादा दौड़ लगाई है। इसलिए यह थक गया है।

तब मुसकराते हुए स्वामी जी ने उस युवक को जवाब दिया कि इसी बात में तेरा समाधान भी समाहित है। तुम्हारी मंजिल तुम्हारें पास ही है, तुमसे ज्यादा दूर नहीं है लेकिन तुम मंजिल पर जाने के बजाय दूसरे लोगों के पीछे भागते फिरते हो और अपनी मंजिल से दूर होते चले जाते हो।

यह बात सब पर लागू होती है। अधिकांश दूसरों की गलतियाँ देखते रहते हैं। दूसरे के विकास से जलते है। इसलिए उनकी मंजिल दूर होती चली जाती है।

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

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

आपने तो देखा चित्तौड़ की महारानी पद्मावती थी। उस समय कल्लाजी थे न जिसके चारों हाथ–पैर कट गये थे। जिनका केवल चेहरा रहा शरीर चतुर्भुज हो गये। स्वयं अलाऊद्दीन खिलजी ने कहा– ये चतुर्भुज मेरे सामने लड़ रहा है। कटी हुई भुजा से भी शस्त्र का प्रहार कर रहा है।

ऐसे कल्लाजी महाराज की धरती है। ये महाराणा प्रताप की धरती है। ये वीर शिरोमणी महाराणा प्रताप की धरती है। प्रताप थने कठुऊं लाउं।

महाराणा प्रताप साढ़े पाँच सौ साल पहले हमारे को शिक्षा दे के चले गये। अपनी मातृभूमि की रक्षा करना। एक ईस्ट इण्डिया कम्पनी आई थी, उसने हमारे देश को गुलाम बना दिया। हमारी हिन्दी भाषा छीन ली, हमारी संस्कृति छीन ली। और सात लाख बलिदानियों ने, सात लाख वीरों ने, वीरागंनाओं ने अपने देह की परवाह नहीं की। हाथ में तिरंगा झण्डा लिया, भारतमाता की जय बोलते हुए अपना बलिदान दे दिया।

ऐसे बलिदानों की कृपा से। ये कथा कहने का, अपने जिह्वा को पवित्र करने का अवसर आया है। भगवान ने शरीर के अंग तो सभी को दिये हैं। ये हृदय, संत हृदय नवनीत समाना। संत का हृदय तो मक्खन जैसा मुलायम होता है।

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 हतेभर 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।

प्राणी सेवा ही प्रभु पूजा है

एक संत के पास एक धनी व्यक्ति मिलने के लिए पहुँचा और उनसे बोला –"महाराज ! मैंने आपकी कथा सुनी, मैं बहुत प्रभावित हुआ। मैं आपको पाँच लाख रुपये देना चाहता हूँ, ताकि आप उससे एक नया मन्दिर बना सकें।" संत बोले –"बेटा !

तू जिस नगर से आया है, मैं वहाँ कथा करने गया था तो मैंने वहाँ अनेक भूखे–प्यासे गरीब लोग देखे। तू मन्दिर की जगह उनके लिए कुछ कार्य कर। उसका पुण्य मन्दिर बनाने से ज्यादा होगा।" उसने सेवा आरम्भ कर दी।

सम्पादकीय

कहा है दया धर्म का मूल है। धर्म यानी धारण करने योग्य सद्वृत्ति दया याने करुणा का भावानुवाद। मानव में करुणा का भाव स्थायी है। वह अनुभाव, विभाव से संचरित होकर दया के रूप में प्रकट होता है। यदि हमारी करुणा–धारा सदा प्रवाहमयी है तो फिर दया का दरिया बनते देर ही क्या लगेगी? जब दया का प्राकट्य निरंतर होगा तो धार्मिकता तो उसका उपजात है ही। इसी धर्म के लिए मनुष्य को संत, हर दार्शनिक और हर उपदेशक, मार्गदर्शक चेताता रहा है। आज चेतना को चैतन्य करके, अनुभव के साथ संयोजित करके, व्यावहारिकता में उतारने की परम आवश्यकता है। धर्म की धारणा के अनेक बीज हैं उनमें दया भी प्रमुख है। दया के भाव उपजते ही करुणा धारा उत्पन्न होकर बहने लगती है। इस करुणाधारा से ईश्वरीय कार्य सधने लगते हैं। यही धर्म का आचरण होकर संसार को सुखी करने का उपक्रम बन जाता है।

कुछ काव्यमय

आदिकाल से चल रहे, सेवा भरे प्रयास।
सेवा से पहचान है, सेवा ही है सांस।।
चिर परिचित है कल्पना, सेवा–सच्ची राह।
सेवा से ही चल रहा, सुन्दर धर्म–प्रवाह।।
सेवा भी है साधना, कहते वेद–पुराण।
सेवक प्रभु का लाड़ला, मिलते कई प्रमाण।।
जो सेवा की राह पर, चले करे संतोष।
खुद–ब–खुद मिट जायेंगे, उसके सारे दोष।।
सेवा की पतवार है, लहरों भरा उछाव।
भवसागर से तार दे, ऐसी निर्मल नाव।।

विवेक का फैसला

सफलता का श्रेय किसे मिले इस प्रश्न पर एक दिन विवाद उठ खड़ा हुआ। 'सकल्प' ने अपने को, 'बल' ने अपने को और 'बुद्धि' ने अपने को, अधिक महत्वपूर्ण बताया। तीनों अपनी–अपनी बात पर अड़े हुए थे। अन्त में तय हुआ कि 'विवेक' को पंच बना इस झगड़े का फैसला कराया जाय। तीनों को साथ लेकर 'विवेक' चल पड़ा। उसने एक हाथ में लोहे की टेढ़ी कील ली और दूसरे में हथौड़ा। चलते–चलते वे लोग ऐसे स्थान पर पहुँचे, जहाँ एक सुन्दर बालक खेल रहा था। विवेक ने बालक से कहा कि –'बेटा, इस टेढ़ी कील को अगर तुम हथौड़ा से ठीक कर सीधी कर दो तो मैं तुमको भर पेट मिठाई खिलाऊँगा और खिलौने से भरी एक टोकरी भी दूँगा।' बालक की आँखें

चमक उठी। वह बड़ी आशा और उत्साह से प्रयत्न करने लगा, पर कील को सीधा कर सकना तो दूर उससे हथौड़ा उठा तक नहीं। भारी औजार उठाने के लायक उसके हाथों में बल नहीं था। बहुत प्रयत्न करने पर सफलता नहीं मिली तो बालक खिन्न होकर चला गया। इससे उन लोगों ने यह निष्कर्श निकाला कि सफलता प्राप्त करने के लिए केवल 'संकल्प' ही काफी नहीं है। चारों आगे बढ़े तो थोड़ी दूर जाने पर एक श्रमिक दिखाई दिया। वह खर्राटे लेता सो रहा था। विवेक ने उसे झकझोरकर जगाया ओर कहा कि "इस कील को हथौड़ा मारकर सीधा कर दो, मैं तुम्हें दस रुपया दूँगा। उनींदी आँखों से श्रमिक ने कुछ प्रयत्न भी किया, पर वह नींद की खुमारी में बना रहा। उसने हथौड़ा एक ओर रख दिया और वहीं लेटकर फिर खर्राटे भरने लगा।

निष्कर्श निकला कि अकेला 'बल' भी काफी नहीं है। सामर्थ्य रखते हुए भी संकल्प न होने से श्रमिक जब कील को सीधा न कर सका तो इसके सिवाय और क्या कहा जा सकता था? विवेक ने कहा कि हमें लौट चलना चाहिये, क्योंकि जिस बात को हम जानना चाहते थे वह मालूम पड़ गई। एकाकी रूप में आप लोग तीनों अधूरे–अपूर्ण हैं।"

– कैलाश 'मानव'

राजा के पुण्य

एक दयालु राजा को उसकी मृत्यु के पश्चात्, जब यमदूत लेने आए तो उन्होंने राजा से कहा –राजन्! आपको स्वर्ग की ओर चलना है, परंतु आपने जीवन में एक छोटा–सा पाप किया है, जिसके कारण आप को नरक के द्वार के आगे से होकर गुजरना पड़ेगा। राजा ने यमदूतों की बात को स्वीकार कर लिया और खुशी–खुशी उनके साथ नरक के द्वार ओर चल पड़ा।

नरक के द्वार पर पहुँच कर राजा ने जब अंदर का दृश्य देखा तो उन्हें बड़ा कष्ट हुआ, क्योंकि वहाँ पर लोगों को नाना–नाना प्रकार की यातनाएँ दी जा रहीं थीं। थोड़ी देर वहाँ खड़े रहने के पश्चात् जब राजा जाने लगे तो अंदर से

आवाज आई कि रुक जाइए राजन्, आपके यहाँ रुकने से जो हवा आपके पास होकर गुजरी है, उससे हमारे दर्द में कमी आई है और हमें आराम मिला है। अतः आपसे विनती है कि आप यहीं रुके रहें।

विनती सुनकर राजा रुक गए तो यमदूतों ने कहा – आपको यहाँ नहीं ठहरना है। आपको तो स्वर्ग चलना है। आपने जो छोटा–सा पाप किया था, उसके दण्डस्वरूप आप थोड़ी देर नरक के सामने रुक चुके हैं।

राजा ने कहा – अगर मेरे यहाँ खड़े रहने से नरक के अंदर की जीवात्माओं को शान्ति मिलती है तो मैं यहीं खड़ा रहूँगा। यमदूत बोले – अगर आप यहीं खड़े रहेंगे तो आप स्वर्ग नहीं जा पाएँगे। किंतु फिर भी राजा अपनी जगह से नहीं हिला। बात इंद्रदेव तक पहुँची और वे स्वयं राजा को मनाने के लिए आए। राजा ने उनसे कहा – मैं स्वर्ग तभी जाऊँगा, जब इन सभी लोगों को दिए जा रहे कष्टों को रोक दिया जाएगा और यदि इनके पास पुण्य नहीं हैं तो मैंने जीवन में जितने भी पुण्य किए हैं, वे सभी इनको दे दीजिए तथा इन्हें स्वर्ग में स्थान प्रदान कीजिए। इस पर देवराज इन्द्र ने कहा कि राजन् आपके पुण्यों के प्रताप से इन सभी लोगों के पाप खत्म हो गए और अब ये भी आप के साथ स्वर्ग में ही जाएँगे।

राजा बोले–जब मेरे सारे पुण्य इन्हें मिल चुके हैं, तो अब मैं स्वर्ग जाने का अधिकारी नहीं हूँ।

इन्द्र बोले – हे राजन् ! आप ने अभी अभी जो अपने जीवन भर के समस्त पुण्यों का दान किया है, वह सबसे बड़ा दान है। इसकी वजह से ये लोग भी पापमुक्त होकर स्वर्गगामी हो गए और इस पुण्य कार्य से परमात्मा ने और अधिक प्रसन्न होकर आपको पुनः स्वर्ग में स्थान प्रदान किया है। अतः आप स्वर्ग चलें।

औरों के हित जो हँसता,
औरों के हित जो रोता है,
उसका हर आँसू रामायण,
प्रत्येक कर्म ही गीता है।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

सेवा और नौकरी के बीच कैलाश का समय यूंही व्यतीत होता रहा। सेवा के पथ पर तो वह बहुत आगे बढ़ गया था मगर नौकरी वहीं की वहीं थी। नौकरी में भी वह आगे बढ़ना चाहता था। पोस्ट ऑफिस की सेवा में प्रगति के लिये विभिन्न तरह की परीक्षाएं थीं। उसने कोर्म्स एकाउन्ट परीक्षा पास कर प्रगति की ही थी, एक अन्य परीक्षा आई.पी. ओ.–इन्सपेक्टर ऑफ पोस्ट ऑफिस भी होती थी। कैलाश की अब यह परीक्षा पास करने की इच्छा जागृत हो गई। यह प्रतियोगी परीक्षा थी जिसके लिये काफी मेहनत करनी पड़ती थी। कैलाश कुछ अनुभवी लोगों से मिला और इस परीक्षा के बारे में पूछा। सबने यही बताया कि इस परीक्षा को पास करने के 6 अवसर मिलते हैं। सामान्यतः चौथे–पांचवे मौके में प्रतियोगी पास हो ही जाता है। यह सुन किसी भी प्रतियोगी का प्रसन्न हो जाना स्वाभाविक है मगर कैलाश की गंभीर मुख मुद्रा देख उसका साथी आश्चर्यचकित रह गया। कैलाश से इसका कारण पूछा तो उसने बताया कि अन्य लोगों के लिये भले ही 6 अवसर हों, मगर मेरे लिये तो एक ही अवसर है, इसी में परीक्षा उत्तीर्ण करना जरूरी है। कैलाश की बात सुनकर उसका साथी अवाक् रह गया मगर अगले ही क्षण व्यंग्य करता हुआ बोला –क्यूं भाई ? क्या तुम्हारे लिये नियम अलग हैं जो तुम्हें एक ही अवसर मिलेगा। कैलाश ने उसके कटाक्ष का बुरा नहीं मानते हुए अपनी मजबूरी बताई कि क्यूं उसके लिये परीक्षा एक ही अवसर में उत्तीर्ण करना आवश्यक है। छोटा सा घर है, पढ़ने बैठता हूं तो पत्नी सब काम छोड़ कर बच्चों को चुप कराने में लग जाती है, मैं जितनी देर पढ़ता हूं उतनी ही देर मेरे पास बैठकर किसी भी प्रकार का व्यवधान नहीं होने देती जिससे मैं शांतिपूर्वक पढ़ाई कर सकूं। अगर मैंने पहले ही अवसर में परीक्षा पास नहीं की तो अपनी पत्नी और बच्चों के साथ अन्याय होगा। कैलाश की बात से उसका साथी भी द्रवित हो गया और उसकी सफलता की कामना करने लगा।

कैलाश ने परीक्षा की तैयारियां शुरू कर दी। पूरे मनोयोग से उसने पढ़ना शुरू किया। कमला ने भी पूरा सहयोग दिया मगर कैलाश को अपनी पढ़ाई से संतुष्टि नहीं हो रही थी, उसे हर पल यही लगता था कि ऐसी तैयारी से उसका पास होना कठिन है। इस तरह के विचारों के बावजूद भी उसने पढ़ाई जारी रखी मगर डेढ़ महीने की तैयारी के बाद उसकी हिम्मत टूट गई। निराशा के कारण अब और पढ़ाई करना उसके लिये असंभव होता जा रहा था।

अंश - 057

संत हृदय अति विशाल होता है

एक बार एकनाथजी महाराज, श्री विठ्ठलनाथजी के दर्शन को गये, एकनाथजी को श्रीहरि की कृपा से सुयोग्य पत्नी मिली थी सो वह विठ्ठलनाथजी से कहते है कि प्रभु! बड़ी कृपा की, आपने मुझे स्त्री–संग नहीं वरन सत्संग प्रदान किया, आपकी मुझ पर कैसी दया है।

कुछ समय बाद भक्त तुकारामजी भी विठ्ठलनाथजी के दर्शन को आये, तुकारामजी की पत्नी कर्कशा थी सो वह श्री विठ्ठलनाथजी से कहते हैं कि प्रभु ! बड़ी कृपा की आप मुझे एसी पत्नी न देते तो मैं सब अपनी पत्नी की सुंदरता और लौकिक बातों में ही रमा रहता और आप तक न पहुँच पाता, मेरे कल्याण के लिये आपने परिस्थितियाँ अनुकूल कर दीं, आपकी मुझ पर कैसी दया है। भक्त–प्रवर नरसी मेहता की पत्नी का जब स्वर्गवास हुआ तो वे आनन्द से भर गये कि हे प्रभु ! तेरी कैसी कृपा है, मुझे गृहस्थी के झंझटों से छुटकारा दिला दिया, अब निश्चिंत होकर श्रीगोपाल का भजन कर सकूँगा, आपकी मुझ पर कैसी दया है।

एक भक्त की पत्नी अनुकूला थी और दूसरे की प्रतिकूला और तीसरे की पत्नी का स्वर्गवास हो गया तब भी तीनों प्रसन्न है और इसमें भी श्रीहरि की कृपा देखते हैं, सच्चा वैष्णव वहीं है जो प्रत्येक परिस्थिति में श्रीहरि की ही कृपा का अनुभव करे और मन को शांत और सन्तुष्ट रखते हुए श्रीहरि की अनूठी कृपा के चिंतन में ही लगा रहे।

मुट्ठीभर भीगे चने दूर करेंगे यूरीन प्रॉब्लम, कई और फायदे

काले चने बादाम जैसे महंगे ड्राइफ्रूट्स से भी ज्यादा फायदेमंद होते है। इसमें प्रोटीन, फाइबर, मिनरल, विटामिन और आयरन भरपूर मात्रा में होता है जो प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत बनाने में मददगार है। सुबह खाली पेट भीगे हुए चने खाने से कई तरह की हैल्थ प्रॉबल्मस से छुटकारा पाना आसान हो जाता है। जानें किस तरीके से खाएं भीगे हुए चने।

चने खाने का सही तरीका

मुट्ठी भर चने तो मिट्टी या चीनी के बर्तन में डालकर भिगोएं। रात भर इन्हें इसी तरह रखें और सुबह खाली इन्हें पानी से निकाल कर चबा–चबा कर खाएं।

कब्ज से राहत – भीगे हुए चने में ढेर सारे फाइबर्स होते हैं जो पाचन क्रिया दुरस्त करके पेट साफ करने में मददगार है। इसे खाने से कब्ज जैसी परेशानी आसानी से दूर हो जाती है।

भरपूर एनर्जी – यह एनर्जी का बहुत अच्छा स्रोत है। रोजाना इसका सेवन करने से शारीरिक कमजोरी दूर होने लगती है।

यूरिन प्रॉब्लम दूर – बार यूरिन जाने की परेशानी होती है तो भीगे चने के साथ गुड़ का सेवन करने से फायदा मिलता है।

किडनी की बीमारियां दूर – जिन लोगों को किडनी से जुड़ी परेशानियां है उनके लिए चने का सेवन बहुत फायदेमंद है। चने किडनी से एक्स्ट्रा साल्ट निकालने में मददगार हैं। जिससे किडनी स्वस्थ रहती है।

सर्दी–जुकाम से बचाव – इसे खाने से प्रतिरोधक क्षमता मजबूत होती है जिससे सर्दी–जुकाम जैसी छोटी–मोटी परेशानियों से बचाव रहती है।

स्वस्थ दिल– कोलस्ट्रोल लेवल को कट्रोंल करने में भी भीगे चने बहुत लाभकारी हैं। इसका सेवन करने से दल की बीमारियों का खतरा कम हो जाता है।

डायबीटिज कंट्रोल – रोजाना भीगे चने खाने से मोटाबॉलिज्म स्ट्रॉग होना शुरू हो जाता है। जिससे डायबिटीज कंट्रोल रहती है।

एनिमिया से राहत – आयरन की कमी दूर करने के लिए काले चने बेस्ट हैं। इससे ब्लड नेचुरल तरीके से साफ भी होने लगता है।

वजन बढ़ाए – बॉडी मास में सुधार लाना चाहते हैं तो भीगे चने का सेवन बेस्ट है। इसे रोजाना खाने से मसल्स स्ट्रांग होने लगती है।

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

अनुभव अमृतम्

यहाँ जैसे मैंने दृश्य देखे, जो मैंने नारायण सेवा देखी, जो भी सेवाकार्य देखे, वनवासियों को बीड़ी के बण्डल फेंकते हुए देखा, वनवासियों को कसम व्यसन मुक्ति की खाते देखा। वनवासी बच्चों के बड़े– बड़े बाल पहले कभी कटवाते नहीं थे, लेकिन आपने कटिंग की, आपने मंजन करवाया। मैंने देखा कि प्रशांत भैया किसी बच्चे के दाँतों पर अँगुली लगा कर उसको मंजन करवा रहा था, कल्पना कपड़े पहना रही थी। गिरधारी जी कुमावत साहब, उनकी पुत्री ने जादुगरी के क्षेत्र में विदेशों में भी बहुत पुरस्कार प्राप्त किये हैं आँचल कुमावत, उसके पिता जी, आदरणीय माता जी, दोनों इंजीनियर सेवा में समर्पित हो गये, जीवन दे दिया महाराज।

पी.जी. जैन साहब बोले– बाबूजी, जिन सपनों को मैं बार–बार देखा करता था कि ऐसी संस्थान जो सम्प्रदाय से रहित हो। वहाँ हिन्दू भी थे, मुस्लिम भी थे, वहाँ हर जाति के लोग थे, सिक्ख भी थे, इसाई भी थे, कोई धर्म का भेदभाव नहीं। ईश्वर तो एक है जैसे हिन्दू के ईश्वर तो मुस्लिम नहीं मानते, मुस्लिम के ईश्वर को हिन्दू नहीं मानते, ईसा मसीह को पारसी नहीं मानते। ईश्वर केवल एक है, कभी श्रीराम के रूप में, शिव के रूप में, कभी भगवान महावीर स्वामी के रूप में, कभी गौतम बुद्ध के रूप में, कभी ईसा मसीह के रूप में। बोले बाबू जी, आज मैंने देखा गरीब–अमीर का कोई भेद नहीं। गणेश जी डागलिया अणुव्रत समीति के संरक्षक, सोने–चाँदी के होलसेल व्यापारी, उनको मैंने छोटे–छोटे बच्चों को गोद में लेते देखा, ये ही इंसानियत है।

कभी धनवान है इतना
कभी इंसान निर्धन है।
कभी सुख है कभी दुःख है,
इसी का नाम जीवन है।।
जो मुश्किल में नहीं घबराये,
उसे इंसान कहते हैं।
किसी के काम जो आये,
उसे इंसान कहते हैं।।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 410 (कैलाश 'मानव')

आपश्री का सहयोग मिले : प्रार्थना

भारत के विभिन्न शहरों में 720 स्नेह मिलन
2026 के अंत तक 720 मिलन समारोह आयोजित करने का संकल्प

960 शिविरों द्वारा निःशुल्क जांच एवं उपचार
2026 के अंत तक 960 आर्टिफिशियल लिम्ब केम्प लगाये जायेंगे।

1200 नई शाखाएं
2026 के अंत तक 1200 नई शाखाएं खोलने का लक्ष्य।

120 कथाएं
2026 के अंत तक विभिन्न शहरों में 120 कथाएं आयोजित की जायेंगी।

वर्ल्ड ऑफ ह्यूमैनिटी
2026 के अंत तक वर्ल्ड ऑफ ह्यूमैनिटी का निर्माण पूर्ण होकर 10 हजार से अधिक लोग लाभान्वित होंगे।

नारायण सेवा केन्द्र
आगामी 5 वर्षों में संस्थान के वर्तमान में संचालित सभी केन्द्रों में रोजगारोन्मुखी प्रशिक्षण आरम्भ किये जायेंगे।

विदेश में सेवा प्रकल्पों का विस्तार

26 देशों में पंजीयन
वर्ष 2026 के अंत तक 26 देशों में संस्थान के पंजीकृत कार्यालय खोलने का लक्ष्य

6 से सेवा केन्द्र का शुभारम्भ
6 से अधिक देशों में केन्द्र स्थापित कर संस्थान सेवाओं को देगा विस्तार

20 हजार दिव्यांगों को लाभ
विदेश के 20 हजार से अधिक जरूरतमंद एवं रोगियों को लाभान्वित करने का होगा प्रयास

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. +91-294-6622222,+91-7023509999 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023