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-2240 • उदयपुर, बुधवार 10 फरवरी, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

भारत पहुंचे तीन और राफेल विमान

भारतीय वायुसेना की ताकत बढ़ाने वाले युद्धक विमान राफेल की तीसरी खेप फ्रांस से बुधवार को देर रात भारत पहुंच गई। फ्रांस में भारतीय दूतावास के मुताबिक इस्ट्रीस से रवाना हुए तीनों राफेल सात हजार किलोमीटर से भी लंबी उड़ान के बाद भारत पहुंचे है।

भारत और चीन के बीच पूर्वी लद्दाख में जारी गतिरोध के बीच फ्रांस से तीन राफेल युद्धक विमान देर रात भारत पहुंचे। तीनों राफेल बिना रूके सात हजार किलोमीटर से भी लंबी उड़ान के बाद सीधे भारतीय वायुसेना के हवाई अड्डे पर लैंड हुए। इन विमानों के आने के बाद भारतीय वायुसेना की ताकत और बढ़ गई है।

तीनों राफेल विमानों में हवा में ही ईंधन भरने की प्रक्रिया को संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) के मल्टी रोल टैंकर ट्रांसपोर्ट (एमआरटीटी) ने अंजाम दिया। दूतावास ने ट्वीट किया कि इन विमानों के पायलटों की उड़ान सरल और सुरक्षित रहेगी। वायुसेना ने बताया कि नए राफेल विमानों के यहां आने से अब इन विमानों की संख्या बढ़ कर 11 हो गयी है।

बता दें कि राफेल को फ्रांस की कंपनी डुसाल्ट एविएशन ने बनाया है। पांच राफेल लड़ाकू विमानों की पहली खेप 29 जुलाई, 2020 को भारत पहुंची थी। लगभग चार साल पहले भारत ने फ्रांस के साथ 59 हजार करोड़ रुपये की लागत वाले 36 विमानों को खरीदने के लिए अंतर– सरकारी समझौते पर हस्ताक्षर किये थे। तीन राफेल विमानों की दूसरी खेप पिछले साल तीन नवंबर को भारत पहुंची थी।

वायरस के नए स्वरुप के खिलाफ भी कारगार है स्वदेशी कोवैक्सीन

पूरी तरह देश में विकसित कोवैक्सीन कोरोना वायरस के ब्रिटेन में सामने आए नए स्वरूप पर भी पूरी तरह से कारगर है। एक नई स्टडी में यह जानकारी सामने आई है। कोवैक्सीन को आइसीएमआर और भारत बायोटेक ने मिलकर विकसित किया है। वेबसाइट बायो आर्काइव पर जारी लेख के अनुसार कोवैक्सीन लेने वाले 26 व्यक्तियों के खून से सीरम निकालकर यह अध्ययन किया गया।

ब्रिटेन मे पनपे वायरस के नए स्वरूप पर किया गया स्टडी

खून के सीरम में कोवैक्सीन लेने के बाद कोरोना के खिलाफ बनी एंटीबॉडी मौजूद रहती है। इन सभी सीरम में ब्रिटेन से आए वायरस के नए स्वरूप और भारत में पहले से पाए जाने वाले वायरस को डालकर टेस्ट किया गया। टेस्ट में पाया गया कि कोवैक्सीन लेने वाले व्यक्ति के सीरम में मौजूद एंटीबॉडी, कोरोना के भारतीय और ब्रिटिश स्वरूप दोनों पर समान रूप से कारगर हैं और उन्हें पूरी तरह खत्म करने में सक्षम हैं।

कोवैक्सीन की कारगरता बरकरार रहेगी

ध्यान देने की बात है कि कोवैक्सीन को कोरोना के लाइव वायरस को निष्क्रिय कर तैयार किया गया है, जो पूरे वायरस के खिलाफ एंटीबॉडी तैयार करता है। वहीं फाइजर, मॉर्डना और एस्ट्राजेनेका द्वारा तैयार वैक्सीन कोरोना वायरस से स्पाइक प्रोटीन के खिलाफ एंटीबॉडी तैयार करता है। वायरस के ब्रिटिश स्वरूप में स्पाइक प्रोटीन में 23 म्यूटेशन पाए गए हैं। अभी ये म्यूटेशन स्पाइक प्रोटीन को पूरी तरह बदलने में सफल नहीं रहे है, इसीलिए स्पाइक प्रोटीन पर आधारित वैक्सीन वायरस से सुरक्षा प्रदान करने में तो कारगर है लेकिन स्पाइक प्रोटीन में ज्यादा म्यूटेशन की स्थिति में इनकी कारगरता प्रभावित हो सकती है। लेकिन ऐसी स्थिति में कोवैक्सीन की कारगरता बरकरार रहेगी।

सेवा पथ पर आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

नारायण सेवा ने राममंदिर निर्माण में 11 लाख भेंट किए

दिव्यांगों की सेवा में समर्पित नारायण सेवा संस्थान के अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल एवं निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट को भगवान राम के भव्य मंदिर के निर्माणार्थ ग्यारह लाख रुपए दान स्वरूप नेता प्रतिपक्ष एवं उदयपुर विधायक श्री गुलाबचंद जी कटारिया के हाथों में भेंट किए। इस दौरान नगर निगम के महापौर श्री जी. एस. टांक और उपमहापौर श्री पारस जी सिंघवी उपस्थित रहे। प्रशान्त जी अग्रवाल ने कहा कि प्रभु श्रीराम का मंदिर बनना हर भारतवासी के लिए गौरवपूर्ण है।

खेरली, अलवर में दिव्यांग जाँच, चयन एवं उपकरण वितरण

नारायण सेवा के तत्वावधान में स्व. श्री झब्बुराम पारसमल जी जैन, बडोदाकान वाले की पावन स्मृति में नवकार वाटिका कुबेर के सहयोग से अलवर के खेरली में दिव्यांगता जाँच, चयन एवं उपकरण वितरण शिविर आयोजित हुआ। शिविर में मुख्य अतिथि श्री बाबूलाल जी बैरवा (विधायक महोदय कठूमर जिला अलवर), अध्यक्ष श्री सत्यव्रत जी आर्य चेयरमेन महोदय खेरली, श्री अनिल जी सिंगल एस. डी.एम. कठुमर, श्री प्रमोद जी बंसल वेपार समिति अध्यक्ष, श्री संजय जी चेयरमेन नगरपालिका खेरली, श्री संदेश जी खण्डेलवाल वाईस चेयरमेन, श्री लक्ष्मीकांत जी समाजसेवी, श्री श्यामलाल जी शर्मा सरपंच कठुमर, श्री गिरिधर सिंह जी तहसीलदार सा., श्री प्रेमचन्द्र जी जैन समाज सेवी, कई गणमान्य मेहमान उपस्थित थे।

संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि शिविर में आए 250 रोगियों की जांच व चिकित्सा डॉ. सिंधे सा. ने की। शिविर प्रभारी हरिप्रसाद जी लड्ढा ने जनप्रतिनिधियों और अतिथियों का अभिनंदन किया।

शिविर में 35 दिव्यांगजन को ट्राईसाइकिल, 06 को व्हीलचेयर,20 को वैशाखी और 03 कैलीपर्स भेंट किए। 25 दिव्यांगों का शल्य चिकित्सा के लिए चयनित किया। शिविर में लोगर जी डांगी, मोहन जी मीणा,नवनीत जी, राजमल जीने भी सेवाएं दी।

आत्मविश्वास कभी हारने नहीं देता

आपने जीवन में ऐसे कई लोगों को देखा होगा, जो हमेशा अपनी तारीफ करते रहते हैं। ऐसे में उन लोगों को देखकर लगता है कि यह लोग आत्मविश्वास से भरे हुए हैं। जबकि हकीकत बिल्कुल इससे उलट होती है। असल में उन लोगों का आत्मविश्वास डगमगाया हुआ होता हैं। उन लोगों को हमेशा डर लगा रहता है कि कहीं उनकी कलई न खुल जाए, ऐसे में वो खुद बोलते रहते हैं। अब सवाल यह उठता है कि आखिर आत्मविश्वास है क्या? इसका जवाब है कि आत्मविश्वास आपके भीतर मौजूद एक ऐसी शक्ति है, जो खुद पर भरोसा रखना सिखाती है। आपको यह दिखाने की जरूरत नहीं पड़ती कि आप में आत्मविश्वास है। लेकिन कभी–कभी ऐसा होता है कि हम खुद में अपार सम्भावनाएं होने पर भी खुद पर भरोसा नहीं रख पाते। याद रखें कि एक घर में रहने वाले दो लोगों की जीवन यात्रा एक जैसी नहीं हो सकती।

ऐसे में अपने संघर्षों को खुद समझते हुए देखें कि आप समय बीतते कितना आगे बढ़ रहे हैं। तुलना करने पर हमेशा एक का महत्व कम हो जाता है। एक सेहतमंद शरीर के साथ आप कई चुनौतियों का समाना कर सकते हैं। फिट रहने पर आप आत्मविश्वास से भरे हुए होते हैं जबकि कई रोगों से घिरे होने पर आपका ध्यान सिर्फ इन्हीं बातों पर जाता है इसलिए अपने शरीर का ध्यान रखें, जिससे कि आपका आत्मविश्वास बढ़े।

मानव स्वभाव में हमें तारीफें सुनना पसंद होता है लेकिन तारीफों के पीछे छुपे कारणों को समझा बहुत जरूरी है। खुद का मूल्यांकन करें कि आप में क्या प्रतिभा है, किसी की तारीफ या बुराई का मन से लगाकर न रखें। गलतियां सभी से होती है। ऐसे में जरूरी है कि अपनी गलतियों से सीखें न कि इसे खुद पर हावी होने दें। आप हमेशा अपनी गलतियों के बारे में सोचेंगे, तो आपका आत्मविश्वास डगमगाने लगेगा। कोई भी बुरे दिन याद नहीं करना चाहता लेकिन जब भी आपका आत्मविश्वास डगमगाने लगे, तो अपने बुरे दिनों को याद करें कि आप कैसे उन दिनों से निकलकर हर दिन बेहतर हुए हैं। इससे आपका आत्मविश्वास बढ़ेगा।

लगन -ईमानदारी में छिपे हैं महानता के बीज

यूनान के थेस प्रांत में एक निर्धन बालक दिन भर परिश्रम करके जंगल में लकड़ी काटता। फिर गट्ठर बनाकर बाजार में बेचता था। एक दिन एक संभ्रात व्यक्ति बाजार से जा रहा था। उसने देखा कि बालक का गट्ठर बुत ही कलात्मक रूप से बंधा हुआ है। उसने उस लड़के से पूछा, 'क्या यह गट्ठर तुमने बांधा है? 'लड़के ने जवाब दिया, 'जी हां, मैं दिन भर लकड़ी काटता हूं ,स्वयं गट्ठर बांधता हूं और फिर रोज बाजार में बेचता हूं।' उस व्यक्ति ने उस लड़के से कहा, 'क्या तुम इसे खोल कर इसी प्रकार वापस बांध सकते हो?' 'जी हां, यह देखिए।' इतना कहकर उस लड़के ने गट्ठर खोला तथा सुन्दर तरीके से पुनः गट्ठर बांध दिया। उस व्यक्ति पर लड़के की एकाग्रचित्तता, लगन व कलात्मक प्रतिभा का बहुत प्रभाव पड़ा। उसने बालक से कहा, 'क्या तुम मेरे साथ चलोगे? मैं तुम्हे शिक्षा दिलाऊंगा और सारा व्यय वहन करूंगा।'

बालक ने उस व्यक्ति को अपनी स्वीकृति दे दी और उसके साथ चला गया। थोड़े समय में ही उस बालक ने अपनी लगन तथा कुशाग्र बुद्धि से उच्च शिक्षा को आत्मसात कर लिया। बड़ा होने पर वही बालक पाइथोगोरस के नाम से प्रसिद्ध हुआ। वह भला आदमी जो बालक की आदतों, बुद्धि व लगन पर मोहित हो गया था, जिसने बालक के अंदर छिपे महानता के बीज को पल्लवित किया था, वह था विख्यात तत्वज्ञानी डेमोक्रीट्स।

जो व्यक्ति अपने छोटे–छोटे कार्य भी लगन एवं ईमानदारी से करते हैं, उन्हीं में महानता के बीज छिपे रहते हैं।

ईश्वर से प्रार्थना

चाहे अच्छा हो या बुरा, वक्त कभी कहकर नहीं आता। इसी बुरे वक्त की मार झेल रही है धनवन्ती। धनवन्ती और उसके पूरे परिवार को, उसके सास– ससुर ने किसी पारिवारिक विवाद के चलते घर से बेघर कर दिया।

14 साल की लड़की है और 12 साल का लड़का है और एक छोटा 10 साल का है तीन बच्चे हैं। पति के साथघर छोड़ के भैया–भाभी जहां रहते हैं, उनके साथ रहना पड़ रहा है। दर–दर की ठोकरें खा रही धनवन्ती ने हिम्मत नहीं हारी और नारी आत्मशक्ति को जागृत किया।

उन्होंने पूर्ण समर्पण भाव से नारायण सेवा संस्थान से सिलाई का कोर्स किया। वे कहती हैं नारायण सेवा संस्थान में 45 दिन का सिलाई का कोर्स किया। मुझे सिलाई मशीन मिली यहां से।

मैं सिलाई करके सौ– दो सौ रुपये कमा लेती हूँ दिन के। आज धनवन्ती इस दुःख की घड़ी में एक मजबूत सहारा बनकर अपने पति का साथ दे रही है। हे ईश्वर, दूसरों के दुःखों को हरें। सभी की जीवन आवश्यकताओं को पूर्ण करें, यही आपसे प्रार्थना है।

पूजा की जिंदादिली और जज्बे को सलाम

पूजा, और इसकी माँ दुनिया में अकेले है। सगे– संबंधियो के नाम पर एक दादी है जो कि सुन और बोल नहीं सकती। पूजा की मां कहती है मैं पढ़ी–लिखी नहीं , पियोन का काम करती हूँ लेकिन मैं चाहती हूँ बेटी पढ़े और आगे बढ़े। लेकिन पूजा की माँ इतना नहीं कमा पाती की पढ़ाई का खर्च उठा सके। बढ़ती उम्र और शादी की चिंता ने उन्हें बीमार कर दिया।

पूजा कहती है हमारी आर्थिक स्थिति इतनी अच्छी नहीं थी कि, मम्मी हमे अच्छे से अच्छे स्कूल में पढ़ा सके। लेकिन फिर भी मम्मी ने हमारे लिये बहुत कुछ किया। लोग सोचते है कि बेटा ही सबकुछ कर सकता है, बेटिया क्यों नहीं कर सकती ? बेटिया भी आगे बढ़ सकती है।

पूजा ने इसी जज्बे और जूनून के साथ नारायण सेवा संस्थान से निःशुल्क 45 दिन का कम्प्युटर कोर्स प्रारम्भ किया। वो बताती है कि मैंने नारायण सेवा संस्थान से कम्प्युटर कोर्स किया। जिसमें बेसिक हिन्दी, इग्लिश टाईपिंग की। उसके बाद मैंने एडवांस कोर्स भी किया जिससे मैं आज अच्छी जॉब कर रही हूँ और पांच हजार रुपये महीना का कमा लेती हूँ। बेटी हूँ तो मैं अपनी माँ के लिए सबकुछ करूंगी जो बेटा करता है। मैं मेरी मम्मी से वादा करती हूँ कि मैं उन्हें अच्छी से अच्छी कम्प्युटर इंजीनियर बनकर दिखाउंगी। मैं नारायण सेवा का दिल से धन्यवाद करना चाहती हूँ।

सम्पादकीय

जीवन अपने आप में एक परीक्षा है। व्यक्ति को कदम – कदम पर परीक्षाओं के दौर से गुजरना होता है तथा उत्तीर्ण भी होना ही पड़ता है। सत्य तो यह है कि इन परीक्षाओं के द्वारा ही परमात्मा यह जानने का प्रयास करते हैं कि मानव कितना सीख पाया है ? हम परीक्षा को परमात्मा से दूरी या उसके द्वारा किये जा रहे विस्मरण के रूप में लेते हैं जबकि होना यह चाहिये कि हम इन अवसरों पर ऐसा सोचें कि अब प्रभु ने स्वयं मुझे अपने हाथों में लेकर परखने की प्रक्रिया प्रारंभ की है।

जो बात जानी और सीखी है उसका जीवन में कितना प्रभाव हुआ है यह जाँचने के लिये परमात्मा द्वारा परीक्षा ली जाती है। परीक्षा के समय जो विचलित न होकर सफल होगा उसे ही तो प्रभु का वरदान मिलेगा। हम भी आपदाओं को परीक्षा काल मानकर मुकाबला करें तो विपदाएं भागती नजर आयेंगी।

कुछ काव्यमय

विपदाओं से भागकर
कोई कितना भागेगा ?
ईश्वर तो यही देखना चाहते है
कि यह कब जागेगा ?
ये परीक्षाएं हम पर
कृपा है, दया है।
इन परीक्षाओं के बिना
कौन उस पार गया है।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अंधकार ही प्रकाश का
जन्मदाता है,
हमको सम्भालने वाला
वो विधाता है।
घबराने की आवश्यकता
नहीं किसी को,
कुछ दिन की दूरी ही
एकमात्र सहारा है।

अपनों से अपनी बात

बुरा वक्त, मित्रता की कसौटी

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

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

इस पर राजा मन ही मन क्रुद्ध हो गया कि कैसा मित्र है, पूरा फल स्वयं खाना चाहता है। तब राजा ने कहा

–यह टुकड़ा तो मैं ही खाऊँगा, तुम्हें नहीं दूँगा।

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

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

– कैलाश 'मानव'

सेवा का आदर्श

जब धर्मराज युधिष्ठिर ने राजसूय यज्ञ आयोजित किया तो उसमें दूर– दूर तक के राजाओं व आम लोगों को आमंत्रित किया गया। चुंकि यज्ञ व्यापक स्तर पर हो रहा था। इसलिए काम भी अधिक था ।

युधिष्ठिर ने सोचा कि यदि यज्ञ से सम्बंधित कार्यों को विभिन्न व्यक्तियों के मध्य विभाजित कर दिया जाए, तो आयोजन की समस्त व्यवस्थाएं छीक से हो पाएगी और आयोजन भी सुचारू रूप से सम्पन्न हो सकेगा। न कोई कमी रहेगी और न ही आमंत्रित व्यक्तियों को असुविधा। उन्होने स्वयं कुछ काम अपने जिम्में रखकर शेष कार्य चारो भाईयों, पत्नि द्रोपदी, माता कुन्ती और अन्य सहयोगियों में बांट दिया।

जब समस्त कार्यों का विभाजन हो गया और सभी ने अपना कार्य पूर्ण समर्पण के साथ निष्पादित करने का आश्वासन दिया, तभी योगेश्वर श्रीकृष्ण वहाँ उपस्थित हुए। उन्होने धर्मराज से कहा,"आपने यज्ञ की सुचारू रूप से संपन्नता के लिए सभी को कुछ न कुछ काम सौंपा है। मुझे भी कोई काम दीजिए।

मैं यूहीं हाथ पा हाथ धरे तो नहीं बेठ सकता "। युधिष्ठिर सहित सभी पांडव श्रीकृष्ण के प्रति अत्यन्त श्रद्धा भाव रखते थे, इसलिए युधिष्ठिर ने उनसे आग्रह किया, आपकी कृपा के बिना तो कुछ भी संभव नहीं है।आपके लिए हमारे पास कोई काम नहीं है। बस, आपश्री तो विराजमान होकर देखते रहिए कि सभी लोग अपने–अपने कार्य ठीक ढंग से कर रहे है या नहीं। श्रीकृष्ण तत्क्षण बोले– मैं बिना कार्य के तो रह ही नही सकता। कोई काम तो मेरे लायक अवश्य होगा।

युधिष्ठिर हंस कर बोले– मेरे पास तो आपके लिए कोई काम नहीं है यदि आपको कुछ करना ही है तो आप स्वयं अपना काम तलाश लीजिए। श्रीकृष्ण बोले तो ठीक है, मैने अपना खोज लिया । युधिष्ठिर ने पूछा– क्या काम खोज लिया आपने क्षणभर में?

श्रीकृष्ण ने कहा – मैं सभी की झूठी पत्तले उठाएंगा और सफाई करूंगा ।यह सुनकर युधिष्ठिर हैरान हो गए ।फिर उन्होंने श्री कृष्ण को रोका, किन्तु उन्होने यज्ञ के दौरान इस सेवा कार्य को किया और असीम सुख पाया। सेवा परम आर्दश है। यह दूसरों के प्रति वह सद्भाव है, जो लोक कल्याण को साकार करता है।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

अधिकारियों के इस विश्वास पर उसे बहुत खुशी हुई मगर वह लाचार था, दूर दूर से आने वाले रोगियों को समय देना जरूरी था, सब बहुत आशान्वित होकर आते थे, कैलाश ने उनका आग्रह नहीं माना और मई 1998 में सेवा निवृत्त हो गया।

पेन्शन के 9500 रु. प्रतिमाह आने लगे। घर खर्च के लिये ये पर्याप्त नहीं थे। घर की जरूरी चीजों हेतु भी कठिनाई महसूस होने लगी तो कमला ने कहा कि वह सिलाई का काम फिर शुरु करेगी। सिलाई से कम से कम इतना तो कमाना जरूरी है जिससे घर खर्च जितना पैसा आ जाये। वह प्राण– प्रण से इस कार्य में जुट गई। कैलाश का भीलवाड़ा में एक मित्र था श्री गोपाल टोदी, उसने सिलाई के इस कार्य में भागीदारी कर कुछ पैसा लगाया। श्री गोपाल देवास से कम्बलों के टुकड़े मंगा कर बेचता था। यह कार्य यहां भी शुरु कर दिया। कम्बलों के साथ नाईलोन का एक रंगीन कपड़ा आता था। इसकी फ्राकें बहुत अच्छी बनती थी।

धीरे–धीरे छोटे बच्चों के पेन्ट, हाफ पेन्ट, फ्राकें इत्यादि कपड़े में बनाने लगे। इन्हें शहर की दुकानों और ठेले वालों को उधार दे देते, महीने भर में पैसे आ जाते। लड़कियों के पहनने की मिड्डियां भी सिलने लगे, ये भी अच्छी बिकती थी। धीरे–धीरे व्यापार चल निकला और घर का खर्चा निकलने लगा। सर्दियों में पुराने गर्म कपड़े बिकने को आते थे।

अब ये ऐसे कपड़े थोक में खरीदने लगे तथा शहर के विभिन्न हिस्सों में ठेले लगा कर इनकी बिक्री शुरु कर दी। ठेले पर खड़े रहने के लिये गांव के मजदूर रख लिये। ट्रकों से कपड़े उतार कर, उन पर प्रेस कर, उन्हें एकदम नया रूप दे दिया जाता। कैलाश भी कई बार इन ठेलों पर जाकर खड़ा हो जाता और देखता रहता कि काम कैसे चल रहा है, जरूरत हो तो कुछ मदद भी कर देता।

इन सबसे थोड़ी राहत मिलने लगी। नौकरी में था तो बाहर जाता था तो डी.ए. भी बनता था, उससे भी बचत हो जाती थी, अब तो सिर्फ पेन्शन ही आती थी। ग्रेज्युटी भी मासिक ब्याज योजना के तहत पोस्ट ऑफिस में जमा करा दी थी।

अंश–178

महौषधि अदरक है

अदरक का इस्तेमाल आमतौर पर चाय का जायका बढ़ाने के लिए अथवा चटनी बनाने के लिए किया जाता है, लेकिन इसकी महत्ता यहीं तक सीमित नहीं है, आयुर्वेद चिकित्साशस्त्रियों ने भी इसकी महत्ता स्वीकारी है तथा कई बीमारियों में इसे अचूक दवा माना है।

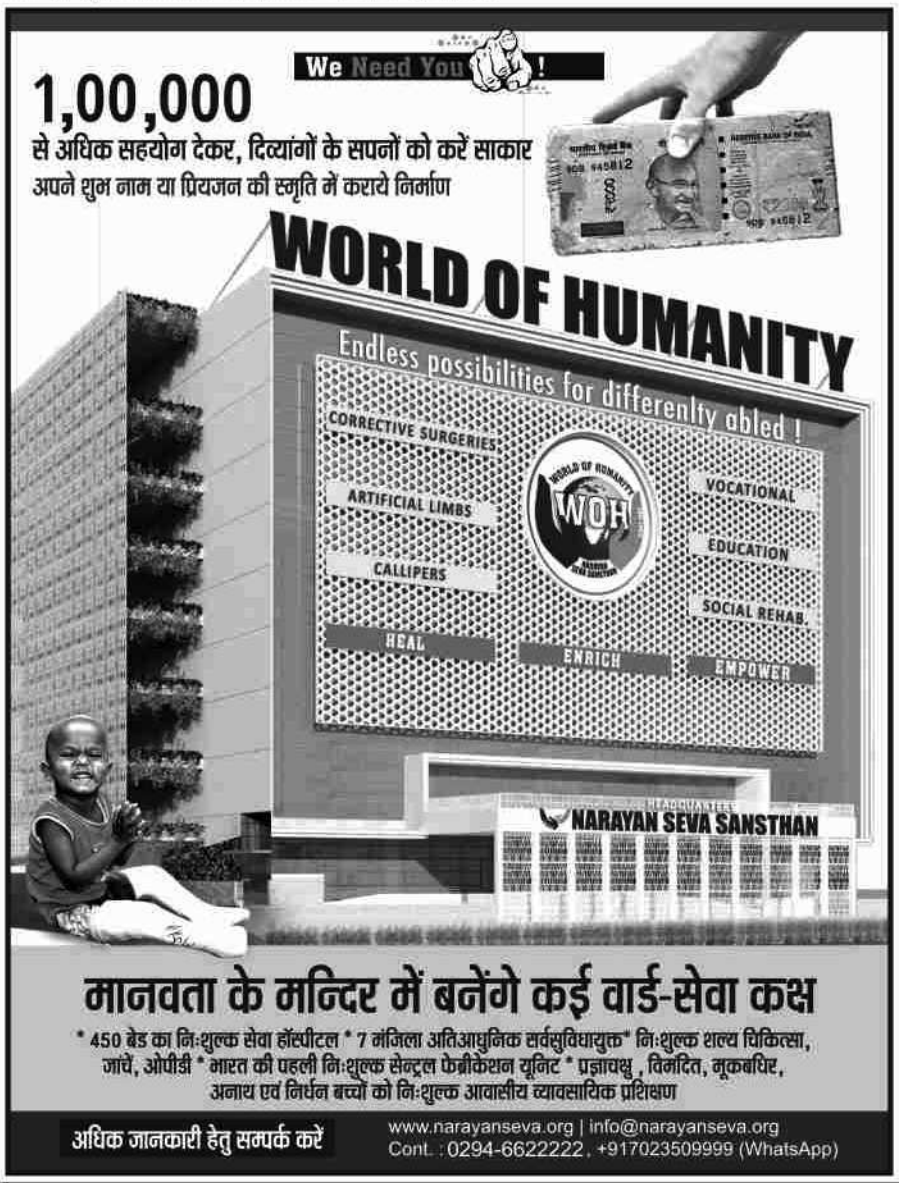
यह कंद आद्र अवस्था में अदरक तथा सूखने पर सौंठ कहलाती है, दोनों ही स्थिति में यह रासायनिक और पौषक तत्वों से भरपूर होती है, इसमें प्रोटीन, विटामिन, खनिज लवण कार्बोहाइड्रेड, वसा तथा रेशे पाये जाते है, इसके अतिरिक्त उड़नशील तेल भी होता है।

अदरक का सेवन हृदय रोग में लाभदायक है, यह रक्तचाप को कम करती है। उच्चरक्तचाप, हृदयरोग का मुख्य कारण है। रक्तचाप सामान्य रहने से हृदय पर दबाव नहीं बनता, यही नही अदरक रक्त के थक्के जमने की प्रक्रिया को भी रोकती है। जिसकी वजह से हार्ट अटैक की आशंका कम हो जाती हैं।

अदरक, माइग्रेन से भी बचाती है, दिमाग की रक्त नलिकाओं में सूजन की वजह से माइग्रेन की समस्या पैदा हो सकती है। अदरक प्रोस्टागलैनडिन के प्रभाव को रोकती है। यह आर्थराइटिस में भी लाभदायक है।

अदरक सर्दी, खांसी मे बहुत गुणकारी है। सर्दी, खांसी में अदरक का इस्तेमाल चाय, सूप, सब्जी आदि में कर सकते हैं। बच्चों की खांसी में अदरक पाक बहुत लाभदायक होता है, यदि खांसी के साथ कफ भी आता हो तो अदरक से रस में शहद मिलाकर चाटने से लाभ होता है। सर्दी–जुकाम में अदरक और काली मिर्च की चाय पीना लाभदायक रहता है। तुलसी के पत्तों के रस में अदरक का रस मिलाकर भी हल्का गर्म करके सेवन करने से बंद गला खुल जाता है।

गर्म पानी में कुछ बूंदे नींबू की और कुछ बारीक की हुई अदरक, मिलाकर खाने से पाचन तंत्र तेजी से काम करने लगता है। स्वाद ग्रथियों को तेजी से सक्रिय करने मे अदरक पाचक रसों पर काम करती है। इसके कारण पेट में जलन, दर्द आदि भी खत्म हो जाता है। पेट की गैस से उत्पन्न ऐंठन भी रूक जाती है। अदरक में पर्याप्त मात्रा में कैल्शियम होता है जो कि हड्डियों के लिए आवश्यक है और उन्हें सशक्त बनाता है। गठिया या जोड़ो के दर्द में भी अदरक निजात दिलाती है। यदि रोजाना एक ग्राम का सेवन किया जाता है तो इससे आस्टियोआर्थराइटिस, रूमेटाइड आर्थाराइटिस आदि बीमारियों में लाभ होता है।



अनुभव अमृतम्

हॉलेण्ड से फ्रांस गये। फ्रांस का एफिल टावर ऊँचा एफिल टावर उसमें पूरी फुल मंजिल तक जायेंगे तो इतना पैसा टिकट का। उससे कम जायेंगे तो इतना पैसा। फुल ऊपर तक गये। और रणजीत भाई सिंघवी साहब से बातचीत हुई थी। बेल्जियम के ऐन्ट्रोप में उन्होंने कहा भाई साहब में गाड़ी भेजता हूँ। रहने के लिए आप आइये। मेरे साथ दो दिन रहिये। बेल्जियम की राजधानी ब्रूशस को देखा। उनकी गाड़ी आई। वहीं टावर से उस गाड़ी में बैठे और इन्ट्रोप पहुँचे। परम् आदरणीय गीता जी बापना ने घर पर गुहानी की बगीचे में बैठे घंटेभर। फिर गाड़ी ड्राईव करके ऐन्ट्रॉप में जहाँ रणजीत जी बापना साहब का कार्यालय आफिस, वहाँ पहुँचे। आइये –आइये बाबूजी आपके साथ बैंगलोर 10 दिन एक ही कक्ष में रहे थे। बहुत आनन्द प्राप्त हुआ।

नदिया ना पीये कभी अपना जल।।
वृक्ष ना खाये कभी अपना फल।।

हमने सच्चे इंसानों को देखा। ऐन्ट्रॉप में भी जब डायमण्ड की जब बड़ी –बड़ी दूकानों पर, बड़े –बड़े शोरुम पर चन्दे के लिए रणजीत जी ले जा रहे थे, तब भी हमने देखा बहुत चमक है, बहुत भौतिक सामग्री है। लेकिन मन की शांति कहीं खो गई। एक स्थान पर गये। सामाजिक प्रतिष्ठा में अच्छी बात है। खूब भौतिक सामग्री रुपया अर्पित किया। पर मन की शांति क्या पूरी मिल पायी है? ये सोचने का विषय है।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 58 (कैलाश 'मानव')

संस्थान से मिले अंग, पाया रोजगार

मैं किशन लाल भील, उम्र 36, अचलाना, उदयपुर का रहने वाला हूँ। आठवीं कक्षा उत्तीर्ण हूँ। मैंने सन् 1995 से बस कण्डक्टरी का कार्य करना चालू किया था। बस का रूट भीण्डर से बडी सादडी था। 22 मार्च 2000 को बस का एक्सीडेंट हो गया। उस हादसे में कानोड़ निवासी एक व्यक्ति की मौत हो गई एवं 22 लोग घायल हो गये। उस हादसे में मेरे दोनों पैर कट गये। वहां के स्थानीय लोगों ने मुझे महाराणा भूपाल चिकित्सालय उदयपुर में भर्ती करवाया। मेरे 4 ऑपरेशन हुए परन्तु सभी असफल रहे। फिर जिन्दगी बैसाखियों के सहारे चलने लगी। मेरे पैरों की स्थिति के कारण, हादसे के चार साल बाद नारायण सेवा संस्थान ने ऑटिफिशयल पैर लगाये गये, मैं बिना बैसाखियों के चलने लगा। परन्तु रोजगार के लायक नहीं था। जिसमें मैं अपने परिवारों का गुजारा कर सकूं मैंने संस्थान में आकर अपनी आपबीती सुनाई। संस्थान ने मेरे दुःख सुनकर मुझे रोजगार से जोड़ने के लिए चाय– नाश्ते का ठेला एवं आश्वयक सामग्री प्रदान की ताकि मैं अपने परिवार को भरण–पोषण कर सकूं। मैं संस्थान का बहुत–बहुत आभार व्यक्त करता हूँ।

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