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-2257 • उदयपुर, शनिवार 27 फरवरी, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

झूमेगी हरियाली... 2020 की आपदा ने बताया- प्रकृति से बढ़कर कुछ नहीं

वर्ष 2021 में हमारी पर्यावरण से जुड़ी उम्मीदों की पृष्ठभूमि आपदा वाले 2020 ने तैयार की है। आपदा ने बता दिया कि प्रकृति से बढ़कर कुछ नहीं। यही सर्वश्रेष्ठ और सर्वशक्तिमान है। भारत की जीवनशैली का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा उसके जल व वायु से संबंधित है। यह हमारी सनातन समझ रही है। जैसे ही महामारी ने मानवता को आंख दिखानी शुरू की, हम प्रकृति की शरण में गए। उसके रक्षाकवच से हम सुरक्षित हुए तो पूरी दुनिया ने हमारा अनुसरण किया और खान–पान से लेकर अपनी हर जरूरत के लिए प्रकृति की गोद में जा बैठी।

कुछ समय के लिए लगे लाकडाउन ने आसमानी छटा पर प्रदूषण के ग्रहण को छांट डाला। हवा तो सुधरी ही, गगन भी नीला दिखने लगा। कम आयु के किशोरों के जीवनकाल का यह पहला मौका था जब उन्हें किताबों में लिखा आसमानी नीला रंग परिलक्षित हुआ। इंसानी विचरण कम होते ही जीव–जंतु सड़कों और रिहायशी इलाकों में टहलने लगे। भाव निर्विघ्न था। इंसान इन्हें किसी अनहोनी की तरह देख रहा था। भारत के गांव सदियों पहले अपने आप में आत्मनिर्भर थे। उनकी जो भी आवश्यकताएं होती थीं उनकी आपूर्ति स्थानीय संसाधनों से ही होती थी।

ऐसी आत्मनिर्भरता दो बड़े उद्देश्यों की आपूर्ति भी करती है जिसमें आर्थिक व पारिस्थिति की भी जुड़ी है। बीत रहे वर्ष से सबक सीखे लोगों के आचार–विचार और व्यवहार में आया बदलाव इस क्षेत्र में भी उम्मीदें जगाने वाला है। पिछले 2–3 दशकों से लगातार शहरों में भीड़ की बाढ़ से हवा प्रदूषित हो रही है। अगर गांव के लोग आत्मनिर्भर होंगे तो शहरों पर दबाव कम पड़ेगा। इससे वहां का भी प्राकृतिक संसाधन संतुलित रहेगा। संसाधनों पर आधारित खासतौर पर खेतीबाड़ी के नये प्रयोगों से हम भारत की दिशा बदल देंगे। आने वाले समय में दुनिया का सबसे बड़ा उद्योग खेती बाड़ी ही होने वाला है। हरियाली झूमेगी, जैव विविधता गाएगी और पारिस्थिति की हमारी आर्थिकी को मजबूती देगी।

परमाणु रॉकेट से तीन महीने में मंगल तक पहुंच जाएंगे इंसान

पृथ्वी से लगभग 23 करोड़ किलोमीटर दूर स्थित मंगल ग्रह तक इंसानों का पहुंचना अब भी चुनौती बना हुआ है। अमरीकी अंतरिक्ष एजेंसी नासा 2035 तक मंगल पर इंसानों को भेजने की तैयारियों में जुटी है। इसलिए नासा अब परमाणु शक्ति से चलने वाला रॉकेट बनाने की योजना पर काम करने जा रहा है। यह रॉकेट इंसानों को तीन महीने में ही मंगल पर पहुंचा देगा। दरअसल, मंगल तक इंसानों को पहुंचाने में सबसे बड़ी समस्या रॉकेट की ही आ रही है, क्योंकि वर्तमान में जितने भी रॉकेट मौजूद हैं, वे मंगल तक पहुंचने में कम से कम सात महीने का समय लेते हैं। अगर इंसानों को इतनी दूरी तक भेजा जाता है तो मंगल तक पहुंचते–पहुंचते ऑक्सीजन की कमी हो सकती है। दूसरी चिंता की बात यह है कि मंगल का वातावरण इंसानों के रहने के अनुकूल नहीं है। वहां का तापमान अंटार्कटिका से भी ज्यादा ठंडा है। ऐसे मौसम में कम ऑक्सीजन के साथ पहुंचना खतरनाक हो सकता है।

अभी जाकर लौटने में लगेंगे तीन साल

नासा के स्पेस टेक्नालॉजी मिशन डायरेक्ट्रेट की चीफ इंजीनियर ने कहा वर्तमान में संचालित अधिकांश रॉकेट में केमिकल इंजन लगे हैं। ये आपको मंगल ग्रह तक ले जा सकते हैं पर यात्रा में धरती टेकऑफ करने और वापस लौटने में कम से कम तीन साल लग सकते हैं।

ज्यादा शक्तिशाली होंगे इंजन

सिएटल स्थित अल्ट्रा सेफ न्यूक्लियर टेक्नालॉजीज (यूएसएनसी–टेक) ने नासा को एक परमाणु थर्मल प्रपल्शन इंजन बनाने का प्रस्ताव दिया हैं। यूएसएनसी–टेक में इंजीनियरिंग के निदेशक माइकल ईड्स ने कहा है कि परमाणु ऊर्जा से चलने वाले रॉकेट अभी इस्तेमाल हो रहे रासायनिक इंजनों की तुलना में ज्यादा शक्तिशाली व दोगुने कुशल होंगे।

जटिल है तकनीक

परमाणु थर्मल इंजन के निर्माण की तकनीकी जटिल है। यूरेनियम ईंधन प्रमुख चुनौती है। यूरेनियम इंजन के अंदर चरम तापमान पैदा करेगा। वही यूएसएनसी–टेक का दावा है कि इस समस्या को हल करके एक ईंधन विकसित कर सकते हैं, जो 2,700 डिग्री केल्विन तक के तापमान में काम कर सकता है। इसमें सिलिकॉन कार्बाइड होता है, जो टैंक के कवच में भी सुरक्षा के लिए इस्तेमाल होता है। इससे इंजन से रेडिएशन बाहर नहीं निकलेगा, जिससे सभी अंतरिक्ष यात्री सुरक्षित रहेंगे।

सेवा पथ पर आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

गजरौला (उतरप्रदेश) गरीब परिवारों को वितरित की राशन किट

नारायण सेवा संस्थान ने गरीब 46 परिवारों को राशन वितरित किया गया। स्थानीय समिति के द्वारा गरीब परिवारों को शिविर लगाकर यह सामग्री वितरित की जाती है। इसी क्रम में रविवार को हाईवे किनारे जुबिलेट भरतिया ग्राम मेडिकल सेंटर परिसर में शिविर लगाकर यहां पहुंचे गरीब परिवारों के 46 लोगों को राशन किट वितरित की गई। इस मौके पर संस्थान के अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि शिविर में मुख्य अतिथि सुनील जी दीक्षित, डॉ. आशुतोष भूषण जी शर्मा, कैलाश जी जोशी, पंकज जी गुप्ता, राजीव जी राणा, नितिन जी राय इत्यादि मौजूद रहे।

स्थानीय सहयोगकर्ता श्री अजयकुमार जी शर्मा ने बताया किट में 15 किलो आटा, दो किलो दाल, पांच किलो चावल, दो किलो तेल, एक किलो शक्कर व एक किलो नमक है। संस्थान यह कार्य गरीब, कमजोर, दिव्यांग परिवारों की मदद के उद्देश्य से करती है।

संस्थान द्वारा दिव्यांग दम्पती व बच्चे की मदद

नारायण सेवा संस्थान ने दिव्यांग धर्माराम (13) और रमेश मीणा (28) को उनकी विपरीत परिस्थितियों में तात्कालिक मदद पहुँचाई है। एक सप्ताह पहले कानोड़ तहसील जिला उदयपुर (राज.) के तालाब फलां निवासी रमेश पुत्र वाला मीणा का घर आग लगने से स्वाह हो गया था। संस्थान ने अनाज, वस्त्र, कम्बल मसाले आदि देकर उसकी मदद की। रमेश और उसकी पत्नी लोगरी दोनों ही जन्मजात दिव्यांग है। चार बच्चों के साथ गृहस्थी को चलाना, पहले से ही इसके लिए भारी था और अब घर के जल जाने से उस पर मुसीबतों का पहाड़ टूट पड़ा है। वहीं मंगलवार को पीआरओ विपुल शर्मा को फुटपाथ पर मिले धर्मा पुत्र कंवरलाल को व्हीलचेयर, कपड़े, बिस्किट एवं राशन देने के साथ उसका सीपी टेस्ट करवाया। इस बालक की दो वर्ष पूर्व बीमारी के दौरान आवाज और आंखों की रोशनी चली गई थी। अब इसके पांव भी नाकाम हो गए है। डॉक्टर्स टीम आवश्यक चिकित्सा के लिए प्रयासरत हैं।

संस्थान निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने कहा कि विषमता में परेशान दिव्यांगों एवं दुखियों को ज्यादा से ज्यादा मदद पहुंचाने के लिए संस्थान तत्पर है। इस अवसर पर विष्णु शर्मा हितैषी, भगवान प्रसाद जी गौड़, दिलीप सिंह जी, फतेहलाल जी मौजूद रहे।

जब हमारी आँखें भर आईं

60 वर्षीय दादी, नाम जशोदा। 11 वर्षीय दीपाली व 10 वर्षीय पौत्री हेमानी के साथ उदयपुर की यात्रा करती है...

पर यह यात्रा आम नहीं है..... 11वर्षीय दीपाली खड़ी नहीं हो सकती, उस पर दादी के घुटनों का दर्द व इन सब के पश्चात् पहली बार यात्रा कर रही दीपाली व हेमानी के ढेर सारे प्रश्न। बस में पूरी जगह भी नहीं है, बहुत दिक्कत हो रही है..... साथ ही सफर लम्बा होने की वजह से भूख भी लगती है, प्यास भी... गर्मी भी.... पर फिर भी उन तीन जोड़ी आंखों में कहीं कोई दुःख नहीं..... परेशानी नहीं..... उलझन नहीं.....

उन आंखों की चमक किसी बहुत बड़े सुखद बदलाव को इंगित कर रही है....

निश्चित ही इस बदलाव को लाने में संस्थान व हम सभी की शुभकामना दीपाली के साथ है.....ईश्ववर ने आशा रूपी इतना बड़ा वरदान दिया है कि पूरी जिन्दगी उस रोशनी से चमकती रहती है।

संस्थान के लोढ़ा पोलियो हॉस्पीटल में घिसटते–घिसटते दीपाली ने प्रवेश किया तो अपनी तरह अन्य दिव्यांगों को देखकर लगा कि मेरी दादी सही जगह लेकर आई है। डॉक्टर सा. ने चेक किया व ऑपरेशन की सलाह के बाद सिलसिला शुरू हुआ..... जाँचें, ऑपरेशन, फिजियोथैरेपी, कैलिपर्स, आदि। और आज दीपाली, हेमानी व दादी तीनों फिर से एक यात्रा की तैयारी में है.....

परन्तु यह सफर बहुत सुहाना है। वापस घर पर पहुंच कर सबसे मिलना है, और दिखाना है अपने पैरों पर चलते हुए .....

हॉस्पीटल के एक कोने में खड़ी दादी जार–जार रो रही है..... रोते–रोते उन्होंने कहा कि –जिन्दगी के सारे कर्तव्य बहुत अच्छे से निभाये, बच्चों को पढ़ाया–लिखाया –शादियां करवाई..... परन्तु यह कार्य दिल को ढेर सारा सुकून दे गया.....परिवारों के लाख इनकार करने पर भी सिर्फ अपनी जिद पर अपनी प्यारी पौत्री के इलाज करवाने ले आई.....

आगे दादी कहती है– संशय की स्थिति से निकल यथार्थ में जब अपनी पौती को चलते देख रही हूं तो लग रहा है –पूरी जिन्दगी में इतनी खुशी, इतनी मानसिक शान्ति, इतना आत्मगौरव खुद पर गर्व कभी महसूस नहीं किया.... ...लगता है जिन्दगी के अन्तिम पडाव को भी सार्थकता मिल गई है.....दादी से यह सब सुनकर अब हमारी आंखों में थे खुशी के आँसू.....

– कल्पना गोयल

पारंपरिक फसलों को नए आयाम देने वाली बीज माता

महाराष्ट्र के अहमदनगर जिले के एक छोटे से गांव कोंबलने में जन्मी राहीबाई सोमा पोपरे एक आदिवासी परिवार से है। उनके पिता किसान थे। उनके परिवार में खेती और बीजों को सहेजने का काम पीढ़ी–पीढ़ी चला आ रहा है। उनके परिवार में बीज सहेजना एक परंपरा की तरह है। इसी को आगे बढ़ाया राहीबाई ने।

बचपन में हुआ विवाह

राहीबाई ने विवाह कम उम्र में ही हो गया था। उनके पति सोमा पोपरे भी किसान थे। उनकी पांच और बहने है। राहीबाई को बचपन में मां का प्यार ज्यादा न मिल पाया। कम उम्र में ही बीमारी के चलते उन्होंने अपनी मां को खो दिया था। इससे वे अकेला महसूस करती थी। बीजों के साथ समय बिताकर उन्हें मां की याद नहीं आती थी। घर की आर्थिक स्थिति अच्छी नहीं थी। पिता ने बड़ी मुश्किल से अपनी छह बेटियों को पालापोसा। उन्होंने ही अपनी बेटियों को खेती–बाड़ी भी सिखाई।

कहलाई बिआनैंची आई

मराठी भाषा में बिहानैंची आई को बीज माता कहते है। यह नाम उन्हें दिया काउंसिल ऑफ साइंटिफिक एंड इंडस्ट्रियल रिसर्च के पूर्व डायरेक्टर जनरल साइंटिस्ट डॉ. रघुनाथ माशेलकर ने। राहीबाई को साल 2018 मे राष्ट्रपति के हाथों नारीशक्ति सम्मान से नवाजा जा चुका है। उन पर तीन मिनट की एक शॉर्ट डॉक्यूमेंट्री बन चुकी है। जिसने 'इंटरनेशनल सेक्शन ऑफ नेस्प्रोसो टैलेंट' में तीसरा ईनाम प्राप्त किया। यही नहीं बीबीसी की 2018 की सौ सशक्त महिलाओंकी सूची में राहीबाई का नाम भी शामिल था। वर्तमान में डीडी किसान पर प्रसारित होने वाले एक शो 'छू लों आसमान में राहीबाई के संघर्ष की कहानी को भी शामिल किया गया है। इसमें .षि जगत के नायाब नायकों को आमत्रिंत किया जाता है और उनका साक्षात्कार लिया जाता है। उन्हें इस तरह की कठिनाइयों से पार पाकर अपनी उपलब्धियों का श्रेय दिया जाता है।

जब लोग होने लगे बीमार

राहीबाई ने महसूस किया कि पारंपरिक फसलों का चलन कम होता जा रहा है। इस कारण लोग बीमार भी पड़ रहे है। तब उसी खेती को भारतीय एग्रो इंडस्ट्रीज फाउंडेशन, पुणे, का बीज बैंक पर एक प्रोजेक्ट चल रहा था। उनके अफसरों ने राहीबाई को अपने प्रोजेक्ट के साथ जोड़ लिया।

यह 2013 की बात है बीज बैंक की शुरूआत 2014 में उनके झोंपड़े में हुई। आज उनके पास 114 तरीके के बीज हैं। जिनसे लगभग 50 किस्म के अनाज और सब्जियां उगाई जाती है। राहीबाई के इन प्रयासों ने एक तरह से आंदोलन का रूप ले लिया। इसमें स्वयं सहायता समूहों की मदद ली गई है। वे किसानों को परम्परागत खेती सिखाती है।

स्कूल–कॉलेज के बच्चे राहीबाई से आकर मिलते हैं। उनसे खेती के गुण जानते हैं। किसानों को बीज मुहैया करवाने के लिए दो साल पहले 'कड्डसुबाई परिसर स्थानिक बियाणे संवर्धन सामाजिक संस्था' का गठन किया गया है। जिसकी अध्यक्ष राहीबाई है।

कैंसर मरीजों को दे रहीं निशुल्क उपचार

मेरी ननद डॉ. अनुपमा नेगी को जब कैंसर हुआ तो वह बड़ी दिक्कतों से कैंसर की जंग जीत पाई। मैंने उनके दर्द को बहुत करीब से महसूस किया। उसके बाद ही मैंने कैंसर रोगियो की सेवा करने का निश्चय किया। यह कहना है इंदौर की रूपिका सान्याल का। एक गृहिणी से समाजसेवी बनी रूपिका पिछले 12 सालों से कैंसर मरीजों को लिम्फडिमा का निःशुल्क उपचार दे रही है। वह अब तक एक हजार मरीजों की सेवा कर चुकी है।

उन्होंने बताया कि कैंसर की पीड़ा से बाहर निकलने के बाद डॉ. अनुपमा ने 'संगिनी' संस्था शुरू की ताकि कैंसर रोगियों की काउंसलिंग कर हिम्मत बढ़ाई जा सके। संस्था में मरीजों को लिम्फेडिमा के लिए भी बताया जाता था कि कैसे सूजन कम की जा सकती है। मैंने इस उपचार कोसीखा और फिर वर्ष 2008 से ही संस्था केसाथ मिलकर मरीजों के लिएकाम कर रही हूं।

घर से शुरू किया उपचार

रूपिका ने कहा कि लॉकडाउन में कैंसर मरीजों को क्लीनिक में बुलाना संभव नहीं था इसलिए घर पर ही लिम्फा प्रेस मशीन शिट कर उपचार करने लगी। मशीन से उपचार देने के साथ ही एक्सरसाइज और फिजियोथैरेपी से भी सूजन कम करने के उपाय बताती हूं। अब मेरे जीवन का उद्देश्य यही है कि किसी भी तरह कैंसर रोगियों की मदद कर सकूं।

मन के जीते जीत सदा

समाचार पत्र के स्वामित्व एवं अन्य विषयों से संबंधित विवरण

घोषणा – पत्र

फार्म सं. 4

1	प्रकाशन स्थल	– E.D-71, बप्पा रावल नगर, हिरण मगरी से. 6 उदयपुर (राज.)
2	प्रकाशन अवधि	– दैनिक
3	मुद्रक का नाम	– विजय अरोड़ा, न्यूट्रेक ऑफसेट प्रिंटर्स,
4	क्या भारत का नागरिक है	– हाँ
5.	पता	– 13, भोपा मगरी, बी.एस.एन. एल. एक्सचेंज के पास, हिरण मगरी से.3, उदयपुर (राज.)
6.	प्रकाशक का नाम	– कैलाश चन्द्र अग्रवाल
7.	क्या भारत का नागरिक है	– हाँ
8.	पता	– 483, सेवाधाम, सेवानगर, हि.म., से. 4, उदयपुर (राज.)
9.	संपादक का नाम	– लक्ष्मीलाल गाडरी
10.	क्या भारत का नागरिक है	– हाँ
11.	पता	– गांव नवानिया,तहसील वल्लभनगर, उदयपुर, (राज)
12.	उन व्यक्तियों के नाम व पते जो समाचार पत्र के स्वामी हों तथा जो समस्त पूंजी के 1 प्रतिशत से अधिक से साझेदार या हिस्सेदार हो।	– नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

मैं कैलाश चन्द्र अग्रवाल एतद् द्वारा घोषित करता हूँ कि मेरी अधिकतम जानकारी एवं विश्वास के अनुसार ऊपर दिये गये विवरण सत्य हैं।

हस्ताक्षर
कैलाशचन्द्र अग्रवाल
(प्रकाशक के हस्ताक्षर)

संत की महिमा

तुर्किस्तान और ईरान के बीच कई सालों से लड़ाई चलती चली आ रही थी। तुर्किस्तान को बार–बार हार का मुंह देखना पड़ रहा था।

किन्तु एक दिन संयोगवश ईरान के प्रसिद्ध सन्त पुरुष अत्तारी साहब तुर्कों के हाथ में पड़ गये। तुर्क तो ईरानियों से खार खाये हुए ही थे। इसलिए वे अत्तारी साहब को मार डालने के लिए तैयार हो गये। ईरान के कुछ लोगों को इसका पता चला। इस पर एक भले धनवान पुरुष ने अत्तारी साहब के वजन के बराबर हीरे देने की तैयारी दिखाई और मांग की कि सन्त पुरुष को छोड़ दिया जाय, लेकिन तुर्क नहीं माने।

जब ईरान के बादशाह को इस बात की खबर लगी तो वे खुद तुर्किस्तान के सुलतान के सामने हाजिर हुए और बोले, "मेरे राज्य के लिए आपकी न जाने कितनी पीढ़ियां हमसे लड़ती आ रही हैं, फिर भी आप हमसे हमारा राज्य छीन नहीं सके हैं, लेकिन आज मैं आपसे यह कहने आया हूं कि आप हमसे राज्य ले लीजिए और हमारे अत्तारी साहब को हमें वापस सौंप दीजिये। धन नाशवान है, राज्य भी नाशवान है; किन्तु सन्त तो सदा अमर हैं। अत्तारी साहब को खोकर ईरान कलंकित नहीं होना चाहता।"

सम्पादकीय

किसी भी बात को कहने के अपने–अपने तरीके होते हैं। बात कहने का ढंग ही व्यक्ति की परवरिश व पृष्ठभूमि का संकेत कर देता है। बात भले ही किसी भी भाषा में हो पर उसकी शब्दावली यदि प्रसंगानुकूल नहीं है तो वह निष्प्रभावी हो जाती है। बात का वजन इसी में है कि वह आगे–पीछे सोच कर, समझ कर कही गई हो। कई लोग बोलते पहले हैं और सोचते बाद में। जब बात मुँह से निकल जाती है तो फिर उस पर सोचने का क्या अर्थ है? वाणी का यही गुण है कि वह मन भी हर लेती है और मन भी भर देती है। कहने का तरीका व शब्दावली यदि सही है तो वह आगे वाले को प्रसन्न भी करती है और प्रभाव भी डालती है। इसके विपरीत यदि बात सही भी है पर शब्दावली व तरीका उचित नहीं है तो वह मन को खिन्न कर देती है। यह हमें निर्णय करना है कि हम प्रसन्नता बाँटें या अप्रसन्नता।

कुछ काव्यमय

वाणी वाणी का अंतर ही,
मन पर असर करेगा।
एक घाव करने वाला है,
दूजा घाव भरेगा।
वाणी की शब्दावली
हो पूरी शालीन।
खुश हो जाए श्रोता
यदि हो वो गमगीन।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अंहकार का नाश

एक जंगल में बाँस का पेड़ था और उसके पास ही आम का एक पेड़ भी था। बाँस ऊँचा था, आम छोटा। एक दिन बाँस ने कहा–"देखते नहीं मैं कितना बड़ा हो चला, कितनी तेजी से बढ़ा और एक तुम हो जो इतनी आयु होने पर भी अभी छोटे ही बने हुए हो।" आम ने बाँस के सौभाग्य को सराहा, पर अपनी स्थिति पर भी असंतोष व्यक्त नहीं किया। समय बीतता गया। बाँस पककर सूख चला, किंतु आम की डालियाँ फलों से लदीं और वह अधिक झुक गया।

बाँस फिर इठलाया – "देखते नहीं, मैं सुनहरा हो चला और बिना पत्तियों के भी दूर–दूर से कितना सुंदर दीखता हूँ। एक तुम हो कि जिसे फलों से लदने पर भी नीचे देखना पड़ रहा है।" आम ने फिर भी अपने संबंध में कुछ नहीं कहा। बाँस की सराहना भर उसने कर दी।

एक दिन यात्रियों का एक झुंड वहाँ पर आया और ठहरने के लिए आश्रय की तलाश की सो फलों से लदा छायादार आम्रवृक्ष सबको सुहाया और वे डेरा डालकर वहाँ रात्रि विश्राम करने लगे। भोजन पकाने के लिए जरूरत आग की पड़ी सो नजर दौड़ाई तो पास में ही सूखा बाँस खड़ा पाया तो उसे काटकर जलाना आरंभ कर दिया। अब बाँस को अनुभव हुआ कि अहंकार को एक–न–एक दिन नष्ट होना ही पड़ता है।

अपनों से अपनी बात

सेवा की सराहना

हरिद्वार से आगे ऋषिकेश और गंगाजी के उस पार स्वर्गाश्रम –वट वृक्ष के नीचे श्रद्धेय स्वामी जी श्री रामसुख दास जी महाराज के श्री मुख से प्रवचनामृत का रसपान कर रहे थे –हजारों भक्त। "देखो, सबसे सार की बात बता रहा हूँ –सच्चा सार –ध्यान से सुनना –सेवा और सेवा –प्राणिमात्र की सेवा....." एक हाथ खड़ा हुआ– श्री महाराज जी तो शंका पूछने के लिये बार–बार कहते ही रहते है– तुरन्त बोले "हाँ हाँ पूछो ....."

"महाराज, मैं तो बीमार रहने लग गई, शरीर काम का रहा नहीं, आप सेवा की कह रहे हैं, परन्तु करें कैसे? मन में तो बहुत आता है लेकिन....." कहते–कहते बुढ़िया माई के चेहरे पर झलक आये गहरे विवशता व मजबूरी के भाव।

श्री महाराज जी मधुर वाणी में बोले "देखो, आपका शरीर ही बीमार हुआ है–मन नहीं। प्रति क्षण मन से सेवा की भावना फैलाओ चारों तरफ। प्रभु से प्रार्थना करो– हे दीन–बन्धु, वह मगना बहुत बीमार है– बड़ा कष्ट है उसे, प्रभु उसे ठीक कर दो..... हे. प्रभु– हे दीना नाथ.....। इसी प्रकार जहां भी सेवा हो रही है उसकी अनुमोदना करो– उत्साह बढ़ाओ और फैलाती रहो सेवा के अणुओं को चारों तरफ सभी दिशाओं में।" स्थूल से 'सूक्ष्म' ज्यादा प्रभावशाली है और सूक्ष्म से अधिक चमत्कारिक 'कारण'। जिसने "जगत" को जाना है– वही जान पाएगा "जगदीश" को। सूर्य की किरणें अलग से अपना अस्तित्व नहीं रखती, वे प्रकाशित है सूर्य की ही उष्मा से परन्तु किरणों से हम समझ पाते हैं भास्कर को– सविता देवता को।

आइये, जगदीश को जानने के लिये जगत के हर जीव में झाँकने की कोशिश करें ओर बार–बार कहें मन से–अरे मन? जब खम्भे से नृसिंह भगवान प्रकट हो सकते हैं तो यह जो दुःखी है, यह जो बीमार है उसमें भी तो वही जगदीश है.....

– कैलाश 'मानव'

दयालु संत...

एक संत थे। वे जीवन भर निःस्वार्थ भाव से लोगों की सेवा करते रहे। एक बार देवताओं का एक समूह उनकी कुटिया के समीप से निकला। संत साधनारत् थे। वे साधना से उठे और बड़े ही श्रद्धाभाव से उनकी सेवा की। देवतागण संत की सेवा से अत्यंत प्रसन्न हुए।

देवताओं ने संत से कहा –आपके लोकहितार्थ किए गए कार्यों से हम सभी बहुत प्रसन्न हैं, आप जो चाहें, वह वरदान माँग लें।

देवताओं की बात सुनकर संत विस्मित से हो गए और कहने लगे–मेरी जरूरत की सभी व्यवस्थाएँ तो हैं। अब और क्या माँगू? मुझे तो कुछ भी नहीं चाहिए।

देवताओं ने आग्रह किया, तो भी संत ने कुछ भी माँगने से मना कर दिया, तब देवताओं ने आशीर्वाद दिया और कहा –सदैव दूसरों का कल्याण करते रहो।

संत –यह दुष्कर कार्य मुझसे नहीं हो पाएगा?

देवता–क्यों? यह कोई दुष्कर कार्य नहीं है। संत– मैंने कभी किसी को दूसरा माना ही नहीं। मैंने तो सभी को अपना माना है। इसीलिए यह मेरे लिए दुष्कर कार्य है।

संत की बात सुनकर देवता अत्यंत प्रसन्न हो गए। उन्होंने संत से कहा – आपकी तो परछाई से भी सबका कल्याण होगा।

यह बात भी संत ने एक शर्त पर स्वीकार की। उन्होंने देवताओं से कहा– मेरी परछाई से किसी का भी कल्याण हो, परंतु उस बात का मुझे कभी भी पता ना चले। ऐसी व्यवस्था सदैव रखना ताकि मुझमें कभी यह अहंकार ना हो कि मेरे द्वारा इतने लोगों का भला हो चुका है।

संत की बात सुनकर देवता अत्यंत प्रसन्न हो गए। उन्होंने संत को आशीर्वाद दिया और वहाँ से चले गए। दुनिया में आज ऐसे ही संतों की जरूरत है, जिनमें पर–कल्याण की भावना के साथ निस्वार्थता और विनम्रता के गुण भरे हों।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

अटरू में ही राज्य सरकार की भ्रमणशील चिकित्सा ईकाई का भी एक शिविर चल रहा था। शिविर में एक स्त्री अचानक बेहोश हो गई, सबको यही लगा कि स्त्री का बच पाना मुश्किल है। नारायण सेवा का भी शिविर पास ही लग रहा था, यहां के डाक्टरों ने जाकर स्त्री को देखा और कुछ आवश्यक इन्जेक्शन लगाये तो स्त्री बच गई। भ्रमणशील ईकाई के पास इतने साधन नहीं थे मगर इस घटना से नारायण सेवा का नाम हो गया। हर कोई इसकी भूरि भूरि प्रशंसा करने लगा। संस्था का कार्य ज्यूं ज्यूं बढ़ता जा रहा था, खर्च भी उसी के अनुपात में बढ़ रहा था लेकिन रुपयों की आवक उसके अनुसार नहीं बढ़ रही थी, इस कारण बार भयंकर तंगी का सामना करना पड़ता था। एक बार तो स्थिति यह हो गई कि संस्थान के पत्रक डाक से भेजे जाने थे मगर डाक टिकिट तक के पैसे नहीं थे। कैलाश की यह स्थिति थी कि किसी को कहे भी तो क्या कहें, अगर कहे तो भी क्या कोई उसकी बात का यकीन करेगा। अब तक नारायण सेवा संस्थान सेवा के क्षेत्र में एक स्थापित नाम हो चुका था। दूर दूर तक इसकी लोकप्रियता फैल चुकी थी। कैलाश का हर संभव प्रयास रहता था कि इस नाम को मिटने नहीं देना है, कठिनाइयां चाहे कितनी भी आयें।

कैलाश को जब उसके ही किसी हितैषी ने कहा कि इतने सारे पत्रक भेजते हैं, इनमें से कई ऐसे है, जिनसे कभी कोई सहायता प्राप्त नहीं हुई, इन लोगों को पत्रक भेजना बन्द क्यूं नहीं कर देते। कम से कम डाक के पैसे तो बचेंगे। कैलाश इसके लिए तैयार नहीं था, वह इस मत का था कि पत्रक पढ़ कर किसी का मन पसीज गया और उसने दया का कोई कार्य कर दिया तो भी पत्रक भेजना सफल है।

अंश-193

बर्तन भी दूर करते हैं बीमारियों को

तांबा

इस बर्तन में रखा पानी पीने से व्यक्ति रोग मुक्त होता है। रक्त शुद्ध होता है, लीवर से जुड़ी समस्या दूर होती है। तांबे का पानी शरीर के विषैले तत्वों को खत्म करता है। इनमें दूध नहीं पीना चाहिए।

पीतल

पीतल इसमें भोजन पकाने और खाने से कृमि रोग, कफ व वायुदोष नहीं होता। इसमें खाना बनाने से केवल सात प्रतिशत पोषक तत्व नष्ट होते हैं।

मिट्टी

इनमें ऐसे पोषक तत्व मिलते हैं जो हर बीमारी को शरीर से दूर रखते हैं। इसलिए इसमें पौष्टिक और स्वादिष्ट खाना बनाने के लिए धीरे–धीरे पकाना चाहिए। समय लगता है मगर सेहत के लिए अच्छा होता है। यह दूध व दूध से बने उत्पादों के लिए सबसे उपयुक्त हैं। इसमें पकाने से सौ प्रतिशत पोषक तत्व मिलते हैं व अलग स्वाद आता है।

चांदी

शरीर को आंतरिक ठंडक देती है। दिमाग व आँखों की रोशनी तेज होती है। पित्त दोष, कफ, वायुदोष नियंत्रित रखता है।

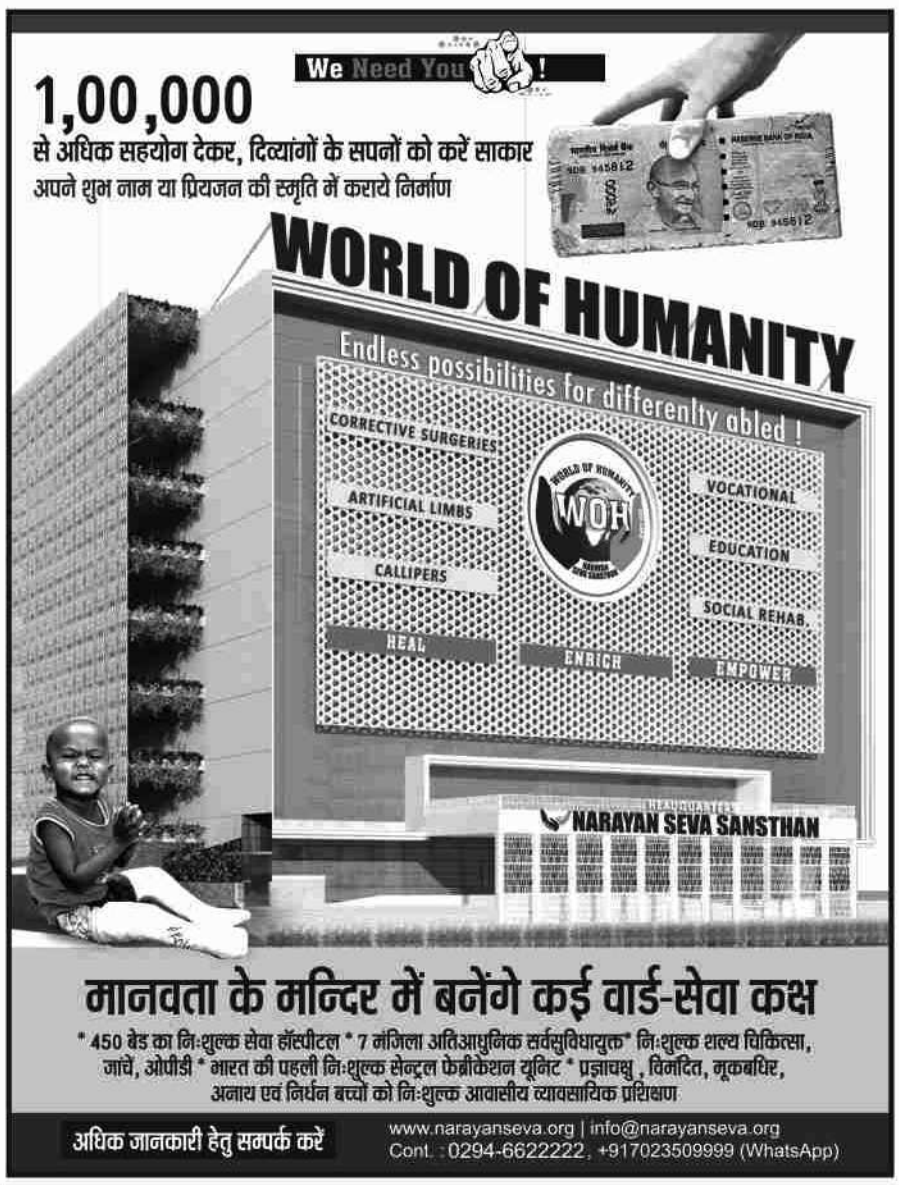
स्टील

बर्तनों में गर्म करने पर कोई क्रिया नहीं होती, इसलिए इनसे शरीर को न फायदा होता है न नुकसान।

एल्युमिनियम

यह बॉक्साइट का बना होता है। इसमें खाने से शरीर को सिर्फ नुकसान ही होता है। यह आयरन व कैल्शियम को सोखता है। इससे हड्डियां कमजोर होती है। मानसिक बीमारियां होती हैं लीवर व नर्वस सिस्टम को क्षति पहुंचती हैं। साथ ही किडनी फेल होना, टीबी, अस्थमा, दमा, शुगर जैसी गंभीर बीमारियां होती है। इसके कूकर से खाना बनाने में 87 प्रतिशत तत्व खत्म हो जाते हैं।

लोहा – इसमें बना भोजन शक्ति बढ़ाता है। लोहा तत्व शरीर में कुछ जरूरी पोषक तत्वों को खत्म करता है। सूजन और पीलापन नहीं होता। लेकिन इससे बुद्धि कम होती हैं। इसमें दूध पीना अच्छा है।



अनुभव अमृतम्

सातवीं कक्षा गंगापुर और गंगापुर से एक बार जब भीण्डर आ रहा था। कुवारिया रेल्वे स्टेशन से एक ट्रेन मिलेगी। उस ट्रेन में बैठेंगे तो वो आपको मावली उतार देगी। मावली में आधे घंटे की गेप के बाद दूसरे प्लेटफॉर्म पर मावली से बड़ी सादड़ी जाने वाली ट्रेन मिलेगी। उसमें बैठना है। फिर भीण्डर रेलवे स्टेशन आ जायेगा। बस में जिसमें आ रहा था। कुवांरिया गांव आया और कंडक्टर बोला कुवांरिया, कुवांरिया हमारे रामजी दस साल का कैलाश एक बालक तुरन्त कुवांरिया गांव में उतर गया, गांव में उतरकर इधर–उधर देखे कि रेलवे स्टेशन किधर है? प्लेटफॉर्म किधर? उतने में तो बस चली गई। चकित भाव से देख रहा उतने में एक व्यक्ति ने पूछा भाया कई बात हुई? कई देख रयो? मैंने बोला मुझको कुवांरिया रेलवे स्टेशन से मावली जाना है। तो रेलवे स्टेशन किधर है पूर्व में या पश्चिम में? तो बोला अरे! भाया रेलवे स्टेशन तो दो किलोमीटर दूर है। इतना नजदीक थोड़ी है। ये तो कुवांरिया गांव है। और अब जिस बस में बैठा था टिकट लिया था। वो बस भी चली गई। उसके पास साइकिल थी तो उसके सामने हाथ जोड़े और उसको बोला कि मुझे आप रेलवे स्टेशन पहुंचा सकते हो क्या? आपकी साइकिल पर तो, उसने बोला पहुँचा तो सकता हूँ। लेकिन आठ आना लूंगा। तो आठ आना की बड़ी बात हो गई। तो एक रुपया रा सोलह आना। आठ आना मेरे पास तो दो रुपये पूरे थे।

दो रुपये से ज्यादा नहीं था। आगे कुवांरिया से टिकिट भी लेना है मावली तक का, पर मरता क्या नहीं करता? कहते हैं मजबूरी से आदमी ठगा जाता है। अज्ञान से भी ठगा जाता है।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 73 (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