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 - 9 • अंक-2328 • उदयपुर, रविवार 09 मई, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

ड्रग कंट्रोलर ने एक्सपर्ट कमेटी की सिफारिशों को दी मंजूरी मॉडर्ना फाइजर और जे-जे की वैक्सीन उपलब्ध होगी

भारत के ड्रग रेगुलेटर–ड्रग कंट्रोलर जनरल ऑफ इंडिया (डीसीजीआई) ने वैक्सीन पर बनी एक्सपर्ट कमेटी की सिफारिशों को मान लिया है। यानी अब मॉडर्ना, फाइजर और जॉनसन एडं जॉनसन (जे–जे) की वैक्सीन को जल्द ही मंजूरी मिल जाएगी।

नेशनल एक्सपर्ट ग्रुप ऑन वैक्सीन एडमिनिस्ट्रेशन फॉर कोविड–19 (एनईजीवीएसी) ने अमेरिका, यूरोप, ब्रिटेन, जापान, और विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) से मंजूर वैक्सीन को इम्पोर्ट करने का सुझाव दिया था। ड्रग कंट्रोलर जनरल ऑफ इंडिया ने इन वैक्सीन को इमरजेंसी इस्तेमाल के लिए मंजूरी देने की शर्तें और प्रक्रिया जारी की है। भारत में 16 जनवरी को वैक्सीनेशन शुरू हुआ था। तब भारत बायोटेक की कोवैक्सिन और सीरम इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया की कोवीशील्ड का इस्तेमाल शुरू हुआ। पिछले हफ्ते भारत के ड्रग रेगुलेटर ने रूसी वैक्सीन स्पुतनिक वी को भी मंजूरी दे दी है। विदेशी वैक्सीन को मंजूरी की राह खुलते ही देश में वैक्सीन डोज की कमी और सबको वैक्सीन लगाने की राह में आ रही अड़चनें दूर करने में मदद मिलेगी।

कैसे मिलेगी विदेशी वैक्सीन को अनुमति?

विदेशी वैक्सीन को सबसे पहले 100 लोगों को लगाया जाएगा। फ़िर यह जानने की कोशिश की जाएगी कि वैक्सीन सुरक्षित है या नहीं। इन 100 लोगों की सात दिन तक निगरानी होगी। इसके बाद फैसला किया जाएगा कि वैक्सीन को इमरजेंसी मंजूरी दी जाए या नहीं।

वैक्सीन सुरक्षित साबित हुई तो उसे इमरजेंसी मंजूरी मिलेगी, पर एक शर्त के साथ। विदेश में जिन वैक्सीन का ट्रायल्स हुए हैं, उन्हें भारत में ब्रिज ट्रायल कराना होता है। इसमें फेज–3 के क्लीनिकल ट्रायल्स की तरह हजारों वॉलंटियर्स को डोज नहीं दिए जाते, बल्कि कुछ सौ लोगों पर ट्रायल्स के जरिए विदेशों में मिले नतीजों को साबित करना होता है। कोवीशील्ड और स्पुतनिक वी के ट्रायल्स भी इसी तरह हुए हैं।

नए नियम के तहत विदेशी वैक्सीन को सुरक्षित पाए जाने पर ट्रायल्स मोड पर ही मंजूरी दी जाएगी। यानी जिसे वैक्सीन का डोज दिया जाएगा, उससे सहमति पत्र भरवाया जाएगा।

जैसा, शुरुआत में कोवैक्सिन लगवाने वालों के साथ हुआ। जब उसके नतीजे आ गए तब यह क्लीनकल ट्रायल मोड हटाया गया। इसी तरह जब ब्रिज ट्रायल्स के नतीजे आ जाएंगे तो विदेशी वैक्सीन पर से भी ब्रिज ट्रायल्स मोड हटा लिया जाएगा।

किस–किस वैक्सीन को मिल सकती है मंजूरी?

नए फैसले के मुताबिक सिर्फ अमेरिकी रेगुलेटर यूएसएफडीए, यूरोपीय संघ के रेगुलेटर ईएमए, यूके के रेगुलेटर यूके एमएचआरए, जापान के रेगुलेटर पीएमडीए और डब्ल्यूएचओ की ओर से लिस्टेड इमरजेंसी यूज लिस्टिंग में शामिल वैक्सीन को भारत में इमरजेंसी यूज अप्रूवल दिया जाएगा।

इस समय अमेरिका में मॉडर्ना, फाइजर के साथ सिर्फ जॉनसन एंड जॉनसन की वैक्सीन को अप्रूवल मिला हुआ है। इसी तरह यूरोपीय संघ में इन तीन के अलावा एस्ट्राजेनेका की वैक्सीन को अप्रूवल दिया गया है। यूके में फाइजर, मॉडर्ना और एस्ट्राजेनेका की वैक्सीन लगाई जा रही है। जापान में सिर्फ फाइजर की वैक्सीन। डब्ल्यूएचओ ने अब तक सिर्फ दो ही वैक्सीन को मंजूरी दी है– फाइजर और एस्ट्राजेनेका।

ऐसे में फाइजर, मॉडर्ना और जॉनसन एंड जॉनसन की वैक्सीन ही ऐसी है, जिनका इस्तेमाल इन देशों में हो रहा है और हमारे यहां नहीं। इन वैक्सीन को भारत में इमरजेंसी अप्रूवल मिलना तय माना जा सकता है।

सेवा–जगत्
सेवा पथ पर आपका अपना नारायण सेवा संस्थान

पूजा ने हादसे में खोया पांव, कमलेश के बचपन से पोलियो
बने जन्म –जन्म के साथी

27 दिसम्बर 2020 को संस्थान के 35 वें सामूहिक विवाह समारोह में शादी के बंधन में बंधे पूजा और कमलेश ने अपने अनुभव साझा करते हुए संस्थान के प्रयासो की मुक्त कंठ से प्रंशसा की। पूजा ने कहा , 'मैंने एक दुर्घटना में अपना पैर खो दिया था। फिर मैंने नारायण सेवा संस्थान में संपर्क किया और यहां एक सर्जरी के माध्यम से मेरा निःशुल्क इलाज किया गया। यह ऐसी सर्जरी थी, जिसके लिए मुझे और मेरे परिवार को काफी खर्च करना पड़ता। मुझे खुशी है कि मैं निःशुल्क सर्जरी के कारण एक अच्छी जिन्दगी जी सकती हूं। मैं अपने जीवन साथी के रूप में कमलेशजी को पाकर बहुत खुश हूं। दूसरी और कमलेश की दास्तान भी कुछ ऐसी ही है। कमलेश 3 साल की उम्र में पोलियो से ग्रसित हो गए और इसके बाद इन्हे बेहद चुनौतीपूर्ण हालातो से गुजरना पड़ा। संस्थान में उनकी सर्जरी की गई ओर बैशाखी की मदद से चल–फिर सकते हैं। कई बाधाओं के बाद, कमलेश ने 2017 में उत्कृष्ट परिणाम के साथ अपनी पढ़ाई जारी रखी। फिर उन्होंने पंचायत सहायक के रूप में नौकरी भी हासिल की। कमलेश का कहना, 'दिव्यांग होना सिर्फ एक शारीरिक विकार है, यह बीमारी नहीं है। मैं हमेशा भावनात्मक रूप से बहुत मजबूत रहा हूं और चुनौतियों का सामना किया है। मैने किराने की दुकान से अपना व्यवसाय शुरू किया और बाद में पंचायत सहायक के रूप मे नौकरी हासिल की। मुझे बहुत खुशी है कि नारायण सेवा जैसे संगठन मौजूद हैं, जो मूलभूत सुविधाओं से वंचित वर्ग के लोगों की मदद करते हैं और उन्हें जीवन जीने का रास्ता दिखाते हैं। आज मैं विवाह बंधन में बंधकर जीवनसाथी से मिला, जो हर कदम पर मेरी सहायता को तत्पर है।

गरीब की बेटी के हुए पीले हाथ

संस्थान की नरवाना (हरियाणा) शाखा ने 10 फरवरी को खल गांव में एक गरीब परिवार की बेटी के पीले हाथ करवाने में सहयोग किया। गांव के महेन्द्र जी को आर्थिक स्थिति ठीक नहीं थी। और परिवार में बेटी की शादी में खर्च को लेकर वे चिंतित थे। इसी चिंता में शादी से पहले ही महेन्द्र जी बीमार हो गए और चल बसे परिवार को बेटी प्रीति की शादी का सपना टूटता नजर आया।

इसी दौरान स्थानीय संस्थाओं सहित नारायण सेवा संस्थान ने शादी की आवश्यक वस्तुएं भोजन आदि का बीड़ा उठाया और धूमधाम से प्रीति का विवाह–सम्पन्न करवाया।

बोध कथा

एक कोयल आम के पेड़ पर बैठी थी। उधर से एक कौआ तेज रफ्तार से उड़कर जा रहा था।

कोयल ने पूछा –'भैया ! कहां भाग रहे हो?'

कौआ बोला– 'बहन! इस देश को छोड़कर विदेश जा रहा हूं, क्योंकि यहां मेरा सम्मान नहीं है। जहां जाकर बैठता हूं, वहां से उड़ा दिया जाता हूं। सर्वत्र यह अपमान मुझे सहन करना पड़ता है' ।

कोयल बोली– भैया! स्थान को बदलने से क्या होगा? तुमने 'कांव', 'कांव' करना छोड़ा या नहीं? इसे बदले बिना कुछ नहीं होगा।

तुम चाहे विदेश में चले जाओ, वहां भी तुम उड़ा दिए जाओगे।'

स्थान परिवर्तन से कुछ नहीं होता, स्वभाव और वाणी को बदलने से ही सम्मान मिल सकता है।

मानवीय सेवा हेतु करें सहयोग
दानदाताओं के सम्मान में

वक्ष प्रतिमा
अस्पताल में प्रवेश पर

डायमण्ड ईंट ₹1,00,000
सौजन्य दाता

- टीवी चैनलों पर 3 मिनट की प्रोफाइल प्रसारित की जायेगी।
- नारायण सेवा की मासिक पत्रिका में एक पृष्ठ रंगीन प्रकाशित होगा। पत्रिका (10 लाख प्रति)।
- सेवा समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में स्वागत।
- 3 कृत्रिम अंग एवं चिकित्सा शिविर का सौजन्य लाभ मिलेगा।
- 4000 पेशेन्ट तक भोजन पहुंचाने का पुण्य मिलेगा।
- जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव दिव्यांगों के साथ मनाएं।
- प्रतिदिन दाता और उसके परिवार के लिए 4000 रोगीजन करेंगे कुशल क्षेम की प्रार्थना।

थ्रीडी फ्रेम
अस्पताल में प्रवेश पर

प्लेटिनम ईंट ₹21,00,000
सौजन्य दाता

- टीवी चैनलों पर 2 मिनट की प्रोफाइल प्रसारित की जायेगी।
- नारायण सेवा की मासिक पत्रिका में आधा पृष्ठ रंगीन प्रकाशित होगा। पत्रिका (10 लाख प्रति)।
- सेवा समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में स्वागत।
- आपश्री को 2 कृत्रिम अंग एवं चिकित्सा शिविरों में सम्मानित किया जायेगा।
- 15 दिनों में 4000 रोगी तक भोजन पहुंचाने का पुण्य मिलेगा।
- जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव दिव्यांगों के साथ मनाएं।
- प्रतिदिन दाता और उसके परिवार के लिए 4000 रोगीजन करेंगे कुशल क्षेम की प्रार्थना।

मानवीय सेवा हेतु करें सहयोग

फोटो फ्रेम
अस्पताल में प्रवेश पर

स्वर्ण ईंट ₹11,00,000
सौजन्य दाता

- टीवी चैनलों पर 1 मिनट की प्रोफाइल प्रसारित की जायेगी।
- नारायण सेवा की मासिक पत्रिका में क्वाटर पेज रंगीन प्रकाशित होगा। पत्रिका (10 लाख प्रति)।
- सेवा समारोह में विशिष्ट अतिथि के रूप में स्वागत।
- आपश्री को शिविरों में सम्मानित किया जायेगा।
- 7 दिन तक रोगी एवं परिचारकों को भोजन खिलाने का पुण्य मिलेगा।
- जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव दिव्यांगों के साथ मनाएं।
- प्रतिदिन दाता और उसके परिवार के लिए 4000 रोगीजन करेंगे कुशल क्षेम की प्रार्थना।

पट्टिका पर नाम
अस्पताल में चिल्ड्रन वार्ड

रजत ईंट ₹5,00,000
सौजन्य दाता

- सेवा कार्यक्रमों में विशिष्ट अतिथि के रूप में स्वागत।
- दानदाता को रोगियों का 3 दिन भोजन खिलाने का पुण्य मिलेगा।
- जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव दिव्यांगों के साथ मनाएं।
- आपश्री और आपके परिवार के लिए हर दिन होगी प्रार्थना।

मानवीय सेवा हेतु करें सहयोग
दानदाताओं के सम्मान में

पट्टिका पर नाम होगा
रोगी बेड पर

ताम्र ईंट ₹2,00,000
सौजन्य दाता

- सेवा समारोह में 'अतिथि' के रूप में सम्मान।
- दानदाता को 1 दिन का भोजन खिलाने का पुण्य दिया जाएगा।
- 5 साल तक जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव मनाएं संस्थान में।
- 4000 रोगियों और परिचारकों द्वारा डोनर और उनके परिवार के लिए हर दिन होगी प्रार्थना।

मानवता की दीवार पर
प्रवेश लॉबी

पुण्य ईंट ₹1,00,000
सौजन्य दाता

- सेवा समारोह में 'अतिथि' के रूप में सम्मान।
- दानदाता को 1 दिन का भोजन खिलाने का पुण्य मिलेगा 500 रोगियों और परिचारकों के लिए।
- 2 साल के लिए जन्मदिन और शादी की सालगिरह का उत्सव मनाएं संस्थान में।
- 4000 रोगियों और परिचारकों द्वारा दानदाता और उनके परिवार के लिए हर दिन होगी प्रार्थना।

मानवीय सेवा हेतु करें सहयोग

मानवता की दीवार पर
नाम इमारत में

सेवा ईंट ₹51,000
सौजन्य दाता

- सेवा समारोह में 'अतिथि' के रूप में सम्मान।
- दानदाता को 200 मरीजों और परिचारकों को भोजन 1 समय खिलाने का पुण्य मिलेगा।
- 1 वर्ष जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव मनाएं संस्थान में।
- 4000 रोगियों और परिचारकों द्वारा दानदाता और उनके परिवार के लिए हर दिन होगी प्रार्थना।

करूणा भाव से स्वागत करें।

मानवता ईंट ₹21,000
सौजन्य दाता

- सेवा समारोह में 'अतिथि' के रूप में सम्मान।
- दानदाता को 50 रोगियों और परिचारकों को 1 दिन का भोजन खिलाने का पुण्य मिलेगा।
- 4000 रोगियों और परिचारकों द्वारा डोनर और उनके परिवार के लिए कुशलक्षेम की प्रार्थना करवाई जायेगी।

सम्पादकीय

नीतिकारों ने कहा है कि कभी किसी को धोखा मत दो। हम किसी को धोखा देकर यह सिद्ध करके प्रसन्न हो जाते हैं कि हमने चालाकी से अपना उल्लू सीधा कर लिया। यह नहीं सोचते कि हमने जिसके साथ धोखा किया है, उस पर क्या गुजरेगी? हमारी आदत हो गई है कि हम केवल अपना ही सोचते हैं, दूसरों के बारे में हम क्यों सोचें? यह आदत ठीक है क्या? वास्तव में हमने धोखा देकर अपना कार्य तो सिद्ध कर लिया किन्तु हमने आगे वाले के विश्वास को तोड़ दिया है। उसका विश्वास टूटना उसके लिये बड़ी दुर्घटना है। इस दुर्घटना से वह न केवल आहत होता है वरन् उसका विश्वास भी डगमगा जाता है। यदि हमने किसी का विश्वास डगमगा दिया तो उसका जीवन तो नष्ट कर ही दिया। इसलिये दो अपराध हो रहे हैं –एक तो धोखा देकर और दूसरा विश्वास तोड़कर। इस दोहरे पाप से बचना चाहिये।

कुछ काव्यमय

धोखा देना है अपराध।
यही पाप है निर्विवाद।
अगले का टूटे विश्वास।
भावों का होता है नाश।
हम जिसको समझें चालाकी।
वो केवल होती बैसाखी।
जिससे भावों का हो खंडन।
उन बातों का कर लो मुंडन।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

आस्था, श्रद्धा, भक्ति एवं भारतीय संस्कृति का मनोरम महामेला

विश्व का सबसे बड़ा धार्मिक मेला है–महाकुंभ। हजारो, लाखों वर्षो से हमारे ऋषि–मुनि परम्परा को आगे बढ़ाने के लिए हरिद्वार, प्रयागराज, नासिक और उज्जैन मे कुंभ का आयोजन समय–समय पर करते हैं। इस महाकुंभ में 13 अखाड़ों के सभी धर्माचार्यो, जगतगुरु, महामण्डलेश्वर, संत एक विश्वास से गंगा मे डुबकी लगाते हैं। हिन्दु धर्म के 72 शाखाएं उपशाखाएं भी कुंभ में शामिल होती है।

पौराणिक मान्यताओं के अनुसार समुद्र मंथन के दौरान अमृत का कुंभ मिला जिसको लेकर राक्षसों और देवताओं में युद्ध हुआ। अमृत की बूंदे उपरोक्त चार स्थानों पर गिरी। जहां पर कुंभ के आयोजन सुनिश्चित हुए। अर्द्धकुंभ प्रत्येक 3 वर्ष से महाकुंभ 12 वर्ष से लगता है। जिसमें श्रद्धालुगण अमृत्व की प्राप्ति की कामना से शरीक होते है।

इस महाकुंभ में नारायण सेवा संस्थान ने भी निःशुल्क सेवा प्रकल्पों का कीर्तिमान स्थापित किया है जिसमें दिव्यांगजन के लिए सुधारात्मक सर्जरी सड़क हादसों व अन्य दुर्घटनाओं में अपने हाथ–पांव गंवाने वालों के लिए . त्रिम अंग व केलीपर लगाने की सेवा महत्वपूर्ण रही है।

सर्जरी के बाद फिजियोथेरेपी भी आवश्यक होती है। जिसके लिए भी फिजियोथेरेपिस्ट के साथ विभिन्न यंत्र भी लगाए गए। तीर्थ यात्रियों के लिए भजन–सत्संग व संतजनों एवं रोगियों के लिए नियमित भण्डारा संचालित किया गया। इसी दौरान एक निर्धन एवं दिव्यांग जोड़े का विवाह भी सम्पन्न करवाया गया।

पुण्यार्जन के लिए इस महाकुंभ में संस्था के अध्यक्ष सेवक प्रशांत भैया की दृष्टि एवं मति से प्राप्त मार्गदर्शन मार्गदर्शन ने सोने में सुहागा का कार्य तो किया ही उनकी उपस्थिति में भी सेवा शिविर के कार्यों को नई ऊँचाई प्रदान करने हुए इसकी अधिक से अधिक लोगों तक लाभ पहुंचाया ।

संस्थान संस्थापक निर्वाणी पीठाधीश्वर आचार्य महामण्डलेश्वर परम पूज्य गुरुदेव श्री कैलाश जी मानव से आशीर्वाद प्राप्त करने के बाद सेवक प्रशांतभैया दिनांक 10 अप्रैल को महाकुंभ में संस्थान के सेवा शिविर में सपरिवार पहुंचे। जहां संस्थान के सेवा साधकों व अन्य श्रद्धालुओं ने भाव भीनी अगवानी की।

उनके साथ निदेशक वंदना जी अग्रवाल, सुश्री पलक अग्रवाल, महर्षि भी थे। सुश्री पलक अग्रवाल सेवा शिविर की शुरूआत से ही प्रभारी के रूप में बहुआयामी सेवा कार्यों को नेतृव्य प्रदान किया।

वल्लभाचार्य मार्ग पर अवस्थित सेवा शिविर अपनी साज सज्जा और सेवा गतिविधियों को लेकर एक अलग ही पहचान बनाये हुए था। सेवक प्रशांन्त परिवार के साथ मुम्बई प्रवासी सम्मानित अतिथि श्री महेश जी अग्रवाल व उनकी धर्मपत्नी भी थी।

भैया ने यहां पहुंचते ही सबसे पहले उन दिव्यांगजन से मुलाकत की जिनकी चिकित्सा अथवा सर्जरी वहां हुई। उन्होंने संस्थान के दानदाताओं, यात्रियों व साधकों के निवास व सुविधाओं का अवलोकन कर उचित मार्गदर्शन प्रदान किया। इसी दौरान उन्हें ऋषिकेश स्थित परमार्थ निकेतन का आमंत्रण प्राप्त हुआ। मां गंगा की आरती में सम्मलित होने के बाद उन्होंने ऋषिकेश के लिए प्रस्थान किया। जहां स्वामी श्री चिदानंद जी महाराज से भेंट की एवं आशीर्वाद प्राप्त किया। ऋषिकेश जाते हुए वे नीलकंठ मार्ग से जब गुजरे तो उन्हें बरबस उनके परम पूत्य दादाजी श्री मदन लाल जी का स्मरण हो आया। इस प्रस्थान पर उनके दादाजी कुछ समय बिताकर साधना की थी। यहां उन्होंने उस स्थल की प्रणाम किया।

परमार्थ निकेतन आश्रम पहुचने पर भैया और पूरा परिवार वहां के आध्यात्मिक वातावरण से भाव विभोर हो उठा। उन्होंने वहां एक अटूट और अविरल शांति महसूस की। इसी दौरान पूज्य स्वामी श्री महाराज पधारे जिनके श्री चरणों में परिवार ने नमन कर आशीर्वाद प्राप्त किया। निकेतन में कुछ समय तक परिवार स्वामी के साथ ध्यानस्थ रहा।

स्वामी चिंदानन्द महाराज ने इस बाद पर प्रसन्नता व्यक्त की कि मदनलाल जी अग्रवाल की चौथी पीढ़ी भी सेवाकार्यों में प्रवृत है। स्वामी जी ने परम पूज्य कैलाश मानव जी व परिवार के प्रति शुभकामनाएं प्रकट करते हुए प्रशांत जी को निरन्तर सेवापथ पर बढ़ते रहने का आशीर्वाद दिया उन्होंने हरिद्वार में संस्थान के खालसा वैरागी सेवा शिविर में पधारने की स्वामी जी से अर्भ्यथना करते हुए उनका मेवाड़ी पाग व श्री नाथ जी दुपट्े से सम्मान किया। तदुपरान्त गंगा आरती के बाद स्वामी जी का अनुसरण करते हुए परिवार दिव्या गंगा मां के तटपर उस स्थान पर गया जहां भगवानन शिव की विशाल मनोहारी मूर्ति अपनी छठा बिखेर रही थी। परमार्थ निकेतन में अनाथ बच्चों की शिक्षा–दीक्षा और आवास व्यवस्था को देखकर भैया जी व वंदना जी अभिभूत हो उठे। उनकी आंखों से प्रेमाश्रु छलक पड़े गंगा तट पर विश्व शांति यज्ञ में आहुति भी प्रदान की गई। पुनः हरिद्वार पहुंचकर भैया जी ने निर्मोही, निर्वाणी दिगम्बरी सहित विभिन्न अखाड़ों में जाकर संतो के दर्शन किए।

सेवा शिविर में आने पर ज्वालापुर विधायक सर्वश्री सुरेश राठौड, डॉ. संजय जी, शिवालिक नगर चेयरमैन श्री नरेश जी शर्मा, श्री रतन मणी डेमाल, श्री अमित मेहरा, वशिष्ट पत्रकार सुधीर शर्मा, विकास तिवारी, अनिल पुरी, संजय आर्य, रिपलिक भारत, न्युज चैनल क नेत्रपाल जी, सेक्टर मजिस्ट्रेट मनीष सिंह, अपर मेला अधिकारी, कौस्तुभ जी, पुलिस उपअधीक्षक जे. आर. जोशी, समाज सेवी श्रीमति रागिनी तिवारी, डॉ. विशाल गर्ग, गंगा सभा के महामंत्री तन्मय वरिष्ठ पंजाबी महासभा के प्रदेश अध्यक्ष जगदीश पहावा, लघु व्यापार ऐसोशियन के प्रदेश अध्यक्ष श्री संजय चौपड़ा त्रिवेणी धाम के महामंडलेश्वर से भेंट हुई।

दूसरे दिन 11 अप्रेल को वंदना जी ने विभिन्न सेवा कार्यों में हाथ बंटाया। और संतजन को भोजन करवाया। शाम को 'हर की पौड़ी' पर मां गंगा में डुबकी ली। उन्होंने एवं भैरव अखाड़ा भर्तृहरि की तपस्थली और ब्रहमकुण्ड के सभी दर्शन किए। बाद में वे जूना अखाड़ा, अग्नि एवं भैरव अखाड़ा के संतों व नागा साधुओं के दर्शन कर उनसे भभूत का प्रसाद प्राप्त किया। यहां से भैया जी परिवार पंतजलि योगपीठ के लिए रवाना हए जहां उन्होंने रामदेव जी व आचार्य बालकृष्ण जी से भेट की।

स्वामी रामदेव जी और बालकृष्ण जी ने परम पूज्य गुरुदेव श्री मानव जी की कुशलक्षेम पूछी और उनके साथ बिना क्षणों को याद किया। स्वामी जी ने अपने यहां प्रशिक्षित योग प्रशिक्षकों को नारायण सेवा संस्थान में स्कूली बच्चों व साधकों को योग प्रशिक्षण देने के लिए भेजने का आश्वासन दिया।

12 अप्रैल को अमावस्या का शाही स्नान था। जिसमें गुरूदेव मानव जी के प्रतिनिधि के रूप में प्रशांत जी ओर महेश जी अग्रवाल ने एक स्थ में निर्वाणी अखाड़े की पेशवाई निकालते हुए यहीं शाही स्नान किया। शाही स्नान के बाद उन्होंने तुलसीपीठ के रामभद्राचार्य जी से आशीर्वाद प्राप्त किया।

इम्युनिटी की बनाए रखनी होगी सेहत

एक साल बाद भी वैश्विक महामारी कोरोना का दौर खत्म नहीं हो पाया है और फिर से वही स्थितियां उत्पन्न हो गई है, जो एक साल पहले थी।

फिर से कोरोना संक्रमण रतार पकड़ रहा है और हर जगह पाबदियां बढ़ाई जा रही है। हालांकि तब वैक्सीन नही आई थी और इस महामारी के बारे में लोग कुछ भी जानते तक नहीं थे। अब वैक्सीनेशन का दौर चल रहा है और इस बीमारी के बारे में सब कुछ पता है तो और संभलकर रहने की बारी है। इस बीमारी की सबसे बड़ी जरूरत व्यक्ति की इम्युनिटी या रोग प्रतिरोधक क्षमता का मजबूत होना है। लेकिन, कोरोना का संक्रमण कुछ पड़ने से सभी लापरवाह हो गए जिससे एक बार फिर महामारी ने अपना घातक रूप दिखाना शुरू कर दिया है। उदयपुर की बात करें तो यहां मरीजो का आकड़ा तेजी से बढ़ रहा है, ऐसे में जरूरी है कि हम घर मौजूद सामान्य खाद्य पदार्थो से रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाएं। केंद्र सरकार के आयुष मंत्रालय ने देश के विभिन्न शहरों के 16 वैद्यों के परामर्श पर आधारित एडवाइजरी जारी की है। ऐसे में इन बातों का पालन करेंगे तो इम्युनिटी बनी रहेगी।

हर्बल काढ़ा है मददगार

अपने शरीर की प्रतिरोधक क्षमता मजबूत करने के लिए आपको दिन में कम से कम एक या दो बार हर्बल चाया या काढ़ा पीना चाहिए। पानी में तुलसी के पत्ते, दाल चीनी, काली मिर्च, सूखी अदरक, लोंग, मुनक्का मिलाकर अच्छी तरह धीमी आंच पर उबालें। स्वाद के अनुसार इसमें गुड़ या नींबू का रस मिला सकते है। दिन में कम से कम एक या दो बार हल्दी मिलाकर दूध पीएं। 200 मिलीमीटर गर्म दूध में करीब आधी चम्मच हल्दी मिलाकर पीएं। हीलिंग एक्सपर्ट डॉ. मदन मोदी के अनुसार इम्युनिटी बढ़ाने के लिए तुलसीपत्र, नीमगिलोय, अदरक, कालीमिर्च, धनिया, गुड़, कालानमक, अजवाइन आदि का काढ़ा पी सकते है। लेमन टी पीएं, इसके लिए सवा कप पानी में थोड़ा या अदरक या सोंठ, 4–5 कालीमिर्च, दो लोंग, आवश्यकतानुसार गुड़ या शक्कर और 4–5 तुलसी पत्र उबाल लें और जब यह पानी एक कप से कम रह जाए, इसे आधे नींबू के रस में छानकर पीएं। आधी कटोरी सरसों के तेल में 4–5 तुलसी लहसून की कलियां गरम कर लें, इसके बाद इन्हें तेल से निकाल दें। घर में भी और घरसे बाहर जोते समय भी व रात को सोते समय भी अपने नाक, कान, नाभि, पाँव के तलवों, छाती आदि में यह तेल थोड़ा सा लगा लें।

गुड़ के साथ लौंग चबाएं

अगर आपके गले में खराश में समस्या है तो गुड़ या शहद के साथ लौंग का पाउडर मिलाकर इसे दिन में दो से तीन बार खाएं। अगर सूखा कफ या गले में खरास की समस्या लंबे समय तक रहती है, तो आपको किसी डॉक्टर को दिखाना चाहिए।

बात में बात

राजा हरिसिंह बेहद न्यायप्रिय और बुद्धिमान था। वह प्रजा का हर तरह से ध्यान रखता था। लेकिन कुछ दिनों से यश व धन की वर्षा ने उसके चंचल मन को हिला दिया था। उसने बहुत प्रयत्न किया कि वह अभिमान से दूर रहे। एक दिन वह अपने राजगुरु के पास गया। राजगुरु राजा का चेहरा देखते ही उसके मन की बात समझ गए। उन्होंने कहा, 'राजन, मैं तुम्हें तीन बातें बताता हूं। इन तीनों बातों को तुम हर पल याद रखो तो जीवन के पथ पर कभी भी नहीं डगमगाओगे। 'राजगुरु आगे बोले, 'पहली बात, रात को मजबूत किले में रहना। दूसरी बात, स्वादिष्ट भोजन ग्रहण करना और तीसरी बात, सदा मुलायम बिस्तर पर सोना।' गुरु की अजीबोगरीब बातें सुनकर राजा बोला, 'गुरुजी, इन बातों को अपना कर तो मेरे में अभिमान और भी उत्पन्न होगा।' इस पर राजगुरु मुसकुराकर बोले, 'तुम मेरी बातों का अर्थ नहीं समझे। पहली बात, सदा अपने गुरु के साथ रहकर चरित्रवान बने रहना। कभी बुरी आदत मत पालना। दूसरी बात, कभी पेट भरकर मत खाना। रूखा–सूखा जो भी मिले उसे प्रेमपूर्वक चबा–चबाकर खाना। खूब स्वादिष्ट लगेगा। तीसरी बात, कम से कम सोना। अधिक समय तक जागकर प्रजा की रक्षा करना। जब नींद आने लगे तो राजसी बिस्तर का ध्यान छोड़कर घास, पत्थर, मिट्टी जहां भी जगह मिले वहां गहरी नींद में सो जाना। ऐसे में तुम्हें हर जगह लगेगा कि मुलायम बिस्तर पर हो। बेटा, यदि तुम राजा की जगह त्यागी बनकर अपनी प्रजा के मददगार बनोगे तो कभी भी अभिमान, धन व राजपाट का मोह तुम्हें नहीं छू पाएगा।'

स्नेह से ही दीप जलेगा

एक आदमी का स्वभाव बड़ा ही चंचल था। उसकी वाणी भी बहुत कर्कश थी। वह सबके साथ कठोर व्यवहार करता था। छोटे–बड़े किसी का लिहाज उसके भीतर नहीं था। इसका जो परिणाम होना चाहिए था, वहीं हुआ। उसके प्रति सबके मन में कटुता उत्पन्न हो गई।

वह जिधर जाता, लोग उसे देखकर मुंह फेर लेते। उसके तने हुए चेहरे से लोगों के दिलों मे तिरस्कार की भाव पैदा होता था। वह आदमी यह सब देखकर दुखी तो होता था पर बेचारा अपने स्वभाव से लाचार था। अप्रिय शब्द बोलने व कड़वी भाषा का प्रयोग करने से वह अपने को रोक नहीं पाता था। संयोग से एक दिन एक साधु वहां आए। वह आदमी उनसे मिलने गया।

बोला– 'यह दुनिया बहुत बुरी है। मुझे उसने इतना सताया है कि आपसे कुछ कह नहीं सकता।'' इसके बाद उसने लोगों की उपेक्षा की बात विस्तार से बताते हुए कहा ' मेरी समझ में नही आता कि मैं क्या करूं'? साधु उस व्यक्ति के चेहरे की कठोरता और उसकी तीखी भाषा सुनकर समझ गए कि इसका रोग क्या है। उन्होंने उससे कहा, ' जाओ, एक दीपक ले आओ और बाती के लिए रूई।' वह आदमी गया और दीपक तथा बाती के लिए रूई ले आया।

साधु ने कहा– 'दीपक में बाती डालो'। आदमी ने बाती डाल दी। साधु ने कहा 'अब इसमें पानी भरो।' उस आदमी ने पानी भर दिया। साधु ने कहा ' अब इसे जलाओ।' उस आदमी को बड़ा आश्चर्य हुआ कि आखिर साधु महाराज उसे दीपक जलाने को क्यों कह रहें हैं।

कहीं वह कोई चमत्कार तो नहीं करने वाले है? उसने दियासलाई लेकर दीपक को जलाने का प्रयत्न किया। लेकिन वह नहीं जला। उसने कहा ' यह तो जलता ही नहीं।' साधु ने कहा ' अरे पगले, जब तक दीये में स्नेह या तेल नहीं पड़ेगा, यह जलेगा कैसे?

तुम्हारे दीये में पानी पड़ा है। उसे फेंक दो और स्नेह डालो। तभी वह जलेगा और प्रकाश देगा।' वह आदमी सब कुछ समझ गया। उसने अपनी बोली सुधारने का संकल्प किया। अतएव व्यक्ति को सदैव मृदुभाषी और व्यवहार कुशल बनाना चाहिए, ऐसे ही लोग प्यार और सम्मान पाते हैं।

— 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