

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 8 • अंक-2212 • उदयपुर, बुधवार 13 जनवरी, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

कक्षा में पहुंचा देश का पहला कम्युनिकेशन सैटेलाइट

सीएमएस-01 पहला ऐसा संचार उपग्रह है जिसे इसरो ने इस नई उपग्रह नामकरण योजना के तहत कक्षा में स्थापित किया है। इसके जरिए अब देश के संचार प्रणाली को और मजबूती मिल गई है। इससे पहले इसरो ने अपने भू-निगरानी उपग्रह का नाम 'ईओएस' रखा था।

पिछले दिनों इसरो (भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन) ने चेन्नई से 120 किलोमीटर दूर श्रीहरिकोटा स्थित सतीश धवन अंतरिक्ष केंद्र के दूसरे लांच पैड से पीएसएलवी-सी50 रॉकेट के जरिये अपना 42वां संचार उपग्रह सीएमएस-01 (पूर्व नाम जीसैट-12आर) प्रक्षेपित किया। पीएसएलवी (ध्रुवीय उपग्रह प्रक्षेपण यान) रॉकेट का यह 52वां मिशन था और सतीश धवन स्पेस सेंटर से इसरो का यह 77वां लांच मिशन था। सीएमएस-01 को पृथ्वी की कक्षा में 42164 किलोमीटर के सबसे दूरस्थ बिंदु पर स्थापित किया गया है। इसके जरिये सी-बैंड फ्रीक्वेंसी को मजबूती मिलेगी।

सीएमएस-01 को मोबाइल फोन से लेकर टीवी तक के सिग्नलों के स्तर को सुधारने के लिए तैयार किया गया है, जो भारत के जमीनी इलाकों के अलावा अंडमान निकोबार और लक्षद्वीप को भी कवर करेगा। इसने 11 जुलाई, 2011 को लांच किए गए संचार उपग्रह जीसैट-12 का स्थान लिया है, जो आगामी सात वर्षों तक एक्सटेंडेड सी-बैंड फ्रीक्वेंसी स्पेक्ट्रम में अपनी बेहतर सेवाएं देता रहेगा। जीसैट-12 की मिशन अवधि आठ वर्ष की थी, जो पूरी हो चुकी है।

बहरहाल कोरोना की वजह से प्रभावित हुए अपने मिशनों को पूरा करने में इसरो अब जी-जान से जुटा है। इसरो को आने वाले समय में चंद्रयान-3, आदित्य एल-1 उपग्रह, भारत के मानव अंतरिक्ष मिशन गगनयान और स्मॉल रॉकेट स्मॉल सैटेलाइट लांच व्हीकल (एसएसएलवी) का प्रक्षेपण करना है।

बुलेट ट्रेन से दो गुनी गति से पहुंचेंगे मुंबई से पुणे

घंटों सफर में कटने वाला समय अब मिनटों में पूरा होगा। मुंबई से पुणे के बीच 150 किमी. का सफर बमुश्किल 35 मिनट में पूरा हो सकेगा। दुनिया में सबसे तेज परिवहन तकनीक हाइपरलूप ट्रेन के लिए अध्ययन किया जा रहा है। इसके लिए एक उच्च स्तरीय समिति गठित की गई है। सब कुछ ठीक रहा तो देश के कुल चार राज्यों महाराष्ट्र, आंध्र प्रदेश, कर्नाटक, और पंजाब में हाइपरलूप ट्रेन दौड़ती नजर आएगी। बुलेट ट्रेन से दोगुनी और हवाई जहाज से भी तेज होगी।

4 राज्यों में प्रोजेक्ट -

महाराष्ट्र- अमरीका की वर्जिन कंपनी से करार हुआ है। सरकार को डिटेल्ड प्रोजेक्ट रिपोर्ट पहले ही सबमिट हो चुकी है। ट्रैक बनाने का शुरु होगा।

आंध्र प्रदेश- अनंतपुरा- अमरावती विजयवाड़ा- विशाखापट्टनम को लिंक किया जाएगा। हाइपरलूप ट्रांसपोर्टेशन टेक्नोलॉजी व वर्जिन हाइपरलूप का समझौता हुआ।

बैंगलूरु- बैंगलूरु सिटी सेंटर से कम्पेगौड़ा इंटरनेशनल एयरपोर्ट के बीच चलाने के लिए



एमओयू।

पंजाब- अमृतसर से चंडीगढ़ के बीच चलाने का प्रोजेक्ट शुरु।

हाइपरलूप तकनीक- 1200 किलोमीटर प्रति घंटे से अधिक तेज चलने में सक्षम। वैक्यूम पाइप में इलेक्ट्रिक चुंबक से हवा में तैरते चलती है। कैप्सूल जैसी चुंबकीय ट्रेन होती है इसमें पहिये नहीं होते हैं। इसमें किसी प्रकार के ईंधन वाले इंजन की आवश्यकता नहीं होती है और न बहुत ज्यादा बिजली खर्च और न ही प्रदूषण को फैलाती है। 2014 में एलन मस्क वर्जिन हाइपरलूप कंपनी की स्थापना की। इसमें बैठने के लिए पॉड्स होते किसी तरह का झटका नहीं लगता।

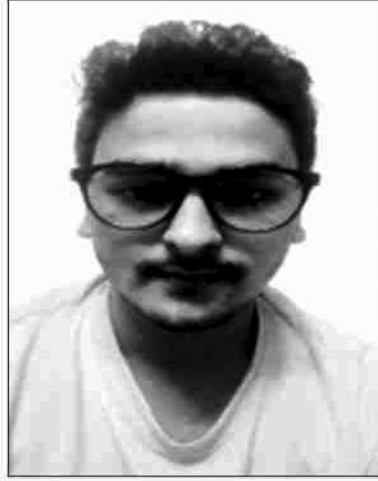


सेवा पथ पर आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर



कृपया आशीष को शिक्षा में मदद करें

पाली (राज.) निवासी निर्धन आशीष जैन अपनी आर्थिक समस्याओं के चलते परेशान हैं। पिताजी का साया बचपन में ही उठ गया था। माँ ने पड़ोसियों के घरों में खाना बनाकर एवं बर्तन धोकर घर खर्च चलाया और बेटे को बड़ा किया। अभी आशीष एम-फार्मा का कोर्स कर रहा है। माँ की अल्प आय के चलते बेटे का एम-फार्मा बीच में ही छोड़ने की नौबत आ चुकी है। दुःखी माँ नारायण सेवा संस्थान से मदद की प्रार्थना करने आई। संस्थान के पाली शाखा संयोजक कांतिलाल मूथा ने आशीष के घर जाकर स्थिति को देखा तो आँखे भर आई। आशीष को अपनी शिक्षा एम-फार्मा की फीस भरने के लिए 155600 रुपयों की जरूरत है। संस्थान परिवार दानवीर सज्जनों से इसी मदद की अपील करता है। कृपया गरीब आशीष की बदहाली मिटाने के लिये उसी पढ़ाई में सहायता करें।



बच्चे के पोषण की चिंता

जिनका रोजगार हाथों से छिन गया, दिहाड़ी मजदूरी छूट गई, ऐसे परिवारों को सम्बल देने के लिए संस्थान ने उनके घर तक हर माह राशन पहुंचाने की प्रभु कृपा से जो मुहिम चलाई, उसमें हृदय को झकझोर देने वाले प्रसंग भी सामने आए। उदयपुर के सेक्टर-6 की कच्ची बस्ती में रहने वाली सूर्या राशन का किट लेते हुए फफक पड़ी। उसकी गोद में बीस दिन का नवजात था।

सूर्या बोली- भला हो नारायण सेवा का। लॉकडाउन के दौरान वह गर्भवती थी। रिसाइकल होने वाला कचरा गली-गली से बिन कर वह रोटी का जुगाड़ करती थी। लॉकडाउन में वह तो

छूटा ही, पति से दिहाड़ी मजदूरी भी छिन गई। पेट में पल रही नन्हीं जान को भी पोषण देना था। चूल्हा जले तब न... घर से बाहर निकलें तो कोरोना का डर और घर में रहें तो भूख से मरने का भय... आगे कुआं और पीछे खाई थी। कुछ दिनों तक घर में जमा आटा-दाल से कम खाकर भी काम चलाया, तभी नारायण सेवा संस्थान के 'नारायण रोटी रथ' ने दस्तक दी और लॉकडाउन के शेष 40-45 दिनों में रोटी नसीब होती रही। मेरी गोद का यह बच्चा उसी रोटी से पोषित हुआ।

संस्थान ने राशन देकर कुछ समय तक के लिए हमें भूख की चिंता से उबार लिया है। भला हो नारायण सेवा का।

हाथी पाँव से रोगग्रस्त विवेक की करें मदद

इटावा (उ.प्र.) के रहने वाले हैं 24 वर्षीय विवेक। पिता गार्ड की नौकरी करते हैं। परिवार में वृद्ध दादी सहित कुल 7 जन हैं। इस गरीब परिवार का गुजर बसर बड़ी मुश्किल से हो रहा है। विवेक हाथी पाँव के रोग से ग्रस्त है। जिसका अभी भी इलाज चल रहा है। संस्थान हाथी पाँव रोग की चिकित्सा में भी मदद कर रहा है। इसी दौरान विवेक बी-फार्मा की पढ़ाई करके पिता को दुःख भरी जिंदगी से उबरने में मदद का संत्कप लिया है पर आर्थिक समस्याओं के चलते अपने सपनों को पूरा नहीं कर पाने से बहुत दुःखी हो रहा है। उसने नारायण सेवा संस्थान से अपनी समस्याओं को बताकर मदद की गुहार लगाई है। संस्थान परिवार समाज से विवेक की मुश्किल भरी जिन्दगी में पढ़ाई के



लिए मदद हेतु अपील करता है। दो वर्ष के बी-फार्मा कोर्स की कुल फीस 126000 है। कृपया मदद में आगे आए।

व्यस्त जीवन में 10 बातों का रखें ध्यान

बिजनेस या जॉब के चलते हर व्यक्ति इतना व्यस्त है कि अपने लिए समय नहीं निकाल पाता है। इस वजह से कई तरह की परिशानियां हो रही हैं यहां जानते हैं 10 उपायों के बारे में जिनसे आप फिट रह सकते हैं।

1. अगर ऑफिस या बिजनेस सेंटर पास है तो गाड़ी का इस्तेमाल करने की बजाय पैदल ही आए-जाएं।
2. ऑफिस में लिफ्ट के बजाय सीढ़ियों का इस्तेमाल करें। रोजाना 3 मिनट सीढ़ियां चढ़ने से हृदय स्वस्थ रहता है।
3. ऑफिस में 1-2 घंटे के बाद 5 मिनट का ब्रेक लें। थोड़ी वॉक करें। हल्के फुल्के योग-एक्सरसाइज कर सकते

4. बाहर का भोजन खाने की जगह घर से टिफिन ले जाएं। ऑफिस टेबल पर नहीं, सहकर्मियों संग कैटीन में लंच करें।
5. डेली प्लान बनाएं। इससे काम आसान होगा और स्ट्रेस से बचाव होगा। एक दिन ऑफ लेकर रेस्ट करें।
6. रोजाना 30 मिनट हॉबी के लिए दें।
7. रात में गैजेट्स का इस्तेमाल कम करें।
8. इम्युनिटी बढ़ाने के लिए सूखे मेवे खाएं।
9. लोगों से मिलना-जुलना जारी रखें।
10. हर प्रकार के नशे से दूर रहें।

सहारा मिला तो समर्थ हुए

सुषमा श्रीमाली अपने पति का व्यापार डूब जाने से भयंकर आर्थिक तंगी झेल रही थी। लेकिन सुषमा ने हालातों को देखकर हौंसला बुलन्द किया। नारायण सेवा संस्थान से सिलाई का कोर्स करने की ठानी। कुर्ता, ब्लाऊज, तुरपाई, फ्राक, सलवार सूट सारे वगैरह उसने यहां से सीखे हैं।

सुषमा वर्तमान में शहर की प्रतिष्ठित दुकान में सिलाई का काम कर रही है। उनके अनुसार मैं अपने शहर में 15 ये 20 हजार रुपये का काम कर लेती हूँ। सुषमा ने अपनी लगन व जज्बे से अपने परिवार को निम्न वर्ग से मध्यम वर्ग में लाकर खड़ा कर दिया।



दान पुण्य के पावन अवसर पर गरीब-मजदूर परिवारों को दें मासिक राशन सहयोग



Bank Name: **State Bank of India**
Account Name: **Narayan Seva Sansthan**
Account Number : **31505501196**
IFSC Code : **SBIN0011406**
Branch: **Hiran Magri, Sector No.4, Udaipur-313001**

Scan to Donate



UPI
narayansevasansthan@kotak

मुख्यालय : 483, सेवाधाम, सेवानगर, हिरण मगरी,
सेक्टर-4, उदयपुर (राज.) 313002, +91 294 6622222 ☎ +91 7023509999
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

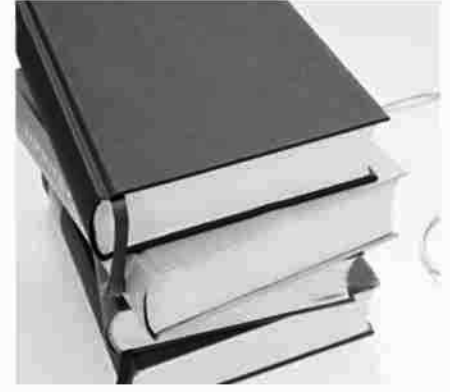
सब बढ़ें का नारा बुलंद कर स्कूल की राह आसान बनाने में जुटी हैं किताबों वाली दीदी

शिक्षा का अधिकार कानून बना तो गरीब-वंचित वर्ग के बीच आस जगी कि अब स्कूल की राह आसान होगी लेकिन ऐसा नहीं हुआ। ऐसे ही लोगों के बीच सब बढ़ें- सब बढ़ें का नारा बुलंद कर स्कूल की राह आसान बनाने में जुटी हैं ऊषा दुबे।

मध्य प्रदेश के सिंगरौली जनपद के बैदण निवासी प्रभात कुमार पांडेय की पुत्री ऊषा जन्म से ही कुशाग्र बुद्धि की हैं। अपने शिक्षक दादा स्वर्गीय राजेश्वरी प्रसाद पांडेय की तरह शिक्षक बनने का सपना संजोये से पढ़ाई शुरू की। कठिन परिश्रम का परिणाम रहा कि वर्ष 1998 में अध्यापन का अवसर प्राप्त हुआ। वह सुबह घर का काम करने के बाद 11 बजे मोहल्ले में निकल जाती हैं। किसी एक स्थान का चयन कर 11.30 बजे से दोपहर तीन बजे तक कक्षा एक से आठ के 25 से 30 बच्चों को पेड़ के नीचे बैठाकर पढ़ाती हैं।

उन्हें अपनी स्कूटी पर सजे पुस्तकालय से किताबें देकर नैतिक शिक्षा व ज्ञान-विज्ञान की बातें बताती हैं। अब बच्चों को किताबों वाली दीदी नाम से मशहूर ऊषा का हर दिन इंतजार रहता है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी इनके कार्य की सराहना अपने मन की बात कार्यक्रम में की है। इससे उत्साहित ऊषा ने अब अपने इस कार्य का दायरा बढ़ाते हुए आसपास के किसी भी बच्चे को शिक्षा से वंचित नहीं रहने देने का प्रण किया है।

अवकाश प्राप्त इंजीनियर से मिली प्रेरणा : लॉकडाउन में बच्चों को जुटाकर पेड़ के नीचे कक्षाओं का संचालन कर



चर्चा में आई शासकीय पूर्व माध्यमिक विद्यालय हरई बैदण की शिक्षिका ऊषा देवी छह साल से इस कार्य में जुटी हैं। उन्होंने बताया कि वर्ष 2014 में हमारे गांव के अवकाश प्राप्त इंजीनियर अवधेश पांडेय हमारे विद्यालय में आए।

उन्होंने ग्रीष्मावकाश के समय बच्चों को निःशुल्क पढ़ाने का प्रस्ताव रखा। मैंने तुरंत हामी भर दी। उनके इस पहल ने मेरी सोच और काम करने की तरीका बदल दिया। उसी समय निश्चित किया कि शिक्षा से वंचित बच्चों घर तक पहुंच कर पढ़ाऊंगी। ऊषा दुबे ने बताया कि शासकीय विद्यालय में अति कमजोर एवं वंचित वर्ग के बच्चे प्रवेश तो ले लेते हैं किंतु नियमित विद्यालय नहीं आते। ऐसे बच्चों को नियमित रूप से विद्यालय तक लाना मेरे सामने कठिन चुनौती थी। मैंने मन बनाया कि अब बच्चों की दरवाजे तक जाकर के मैं उन्हें पढ़ाऊंगी। जब घर तक पहुंच कर बच्चों को पढ़ाने लगी तो उनके अभिभावकों से मेरा जुड़ाव हुआ। इसका परिणाम रहा कि बच्चे नियमित रूप से विद्यालय आने लगे।

संस्थान द्वारा अब तक किए गए सेवा कार्य		
क्र.सं	सेवा कार्य	वर्तमान आकड़े
1	दिव्यांग ऑपरेशन संख्या	421250
2	व्हील चेर वितरण संख्या	271753
3	ट्राई साइकिल वितरण संख्या	262472
4	बैशाखी वितरण संख्या	292539
5	श्रवण यंत्र वितरण संख्या	55004
6	सिलाई मशीन वितरण संख्या	5220
7	कृत्रिम अंग वितरण संख्या	14062
8	कैलिपर लाभान्वित संख्या	354197
9	नशामुक्ति संकल्प	37749
10	नारायण रोटी पैकेट	934400
11	अन्न वितरण (किलो में)	16367872
12	भोजन थाली वितरण रोगियों कि संख्या	39118000
13	वस्त्र वितरण संख्या	27057320
14	स्कूल युनिफार्म वितरण संख्या	130500
15	स्वेटर वितरण संख्या	115500
16	कम्बल वितरण संख्या	152000
17	दिव्यांग एवं निर्धन सामूहिक विवाह लाभान्वित जोड़ों की संख्या	2098 जोड़े
18	हैंडपंप संख्या	49
19	आवासीय विद्यालय	455
20	नारायण चिल्ड्रन एकेडमी	821
21	भगवान निराश्रित बालगृह	3160
22	व्यवसायिक प्रशिक्षण शिविर-	
	1 सिलाई प्रशिक्षण लाभान्वित	935
	2 मोबाइल प्रशिक्षण लाभान्वित	860
	3 कम्प्यूटर प्रशिक्षण लाभान्वित	760

सम्पादकीय

नीति साहित्य में संस्कृत का एक श्लोक है— 'उद्यमेन हि सिद्धान्ति, कार्याणि न मनोरथैः।' अर्थात् किसी भी कार्य को करने के लिये केवल विचार कर लेना ही पर्याप्त नहीं है वरन् उसके लिए प्रयास भी करना होता है। सही ही है। हम प्रतिदिन न जाने कितने मंसूबे गढ़ते हैं, ये कर लें, वो कर लें। पर वे मनोरथ हमारे मन में ही दम तोड़ देते हैं तथा कार्य की सिद्धि नहीं हो पाती। इसका मूल सिद्धान्त यही है कि कार्य की पूर्णता के लिये विचार, मंसूबा या मनोरथ प्राथमिक चरण है। पर केवल एक चरण बढ़ाने से चलना कैसे संभव है? जब तक दूसरा चरण आगे नहीं बढ़ेगा, तब तक गति कैसे होगी? गत्यात्मकता के लिए दोनों चरणों का क्रियाशील होना आवश्यक होता है। वैसे ही मनोरथ करने के साथ प्रयास करना ही दूसरा चरण बढ़ाना है। इन दोनों की जुगलबंदी ही हमें कहीं पर ले जा सकती है।

कुछ काव्यमय

सपने देखना अच्छा है
पर केवल सपनों से
किसका उद्धार हुआ है?
सपनों के साथ
मिलाने पड़ते हैं कदम
तभी फलीभूत होती
सफलता की दुआ है।

- वस्दीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

कैसे फैलता है कोरोना



अपनों से अपनी बात

मन के जीते जीत

मन के जीते सुख सदा,
मन के हारे दुःख।
हिम्मत की कीमत सदा,
देखो मती मुख।।
हाँ, इस मन को हारने मत देना।
हाँ, मन के हारे एक बात लिख लो
डायरी में। एक और अभी याद आ
गया लिख लो।

मन के हारे हार हुई है,
मन के जीते जीत सदा।
सावधान मन हार न जावे,
मन से मानव बना सदा।।
मन से अपने को इन्सान बनाना
है। कोई पूछे आप क्या हैं? हम अमृत
पुत्र हैं। हम इन्सानियत के वाहक हैं।
और देखिये भाइयों और बहनों ये
शरीर धर्म। शरीर अपना धर्म करता



जा रहा है। हमारी दोनों किडनियों की पीछे की और इसके बीच में यदि इसको चीर के बता सकूँ बीच में भी करोड़ों नसें हैं। ये करोड़ों नसें हमारे शरीर के रुधिर को छाँटती हैं। दोनों किडनी कहते किडनी बढ़िया है। आप कहते किडनी बढ़िया, बढ़िया ही रहेगी।

आपकी किडनियाँ अच्छी ही रहने वाली है। आप सेवा करके देख लो। आप सेवा जब करोगे तो आपको लगेगा।

परहित बस जिनके मनमाही।
ता कहूँ जग,
दुर्लभ कछु नाही।।

जब दुर्लभ ही नहीं है। आपकी—हमारी दोनों किडनियाँ जीवन के अन्तिम क्षण तक स्वस्थ रहकर कार्य करती रहेगी। ये वाइटल अंग है। ये मन को हारने नहीं देना। हाँ, हम वो ही भोजन करेंगे, जो हमारे स्वास्थ्य के लिए अच्छा होगा। हम शुद्ध शाकाहारी रहेंगे। हम सात्विक आहार ग्रहण करेंगे। ज्यादा तामसिक नहीं राजसिक और तामसिक बिल्कुल ही नहीं।

— कैलाश 'मानव'

हंसाना सीखों मेरे भाई



कहते हैं ना कि सबसे बड़ा सुख क्या है? पहला सुख निरोगी काया, दूसरा सुख घर में माया। लेकिन आपको ये बता दूँ मैं, कि सबसे बड़ा सुख है प्रसन्न रहना, प्रेम रखना और चेहरे पर हर समय खुशी रखना, सदैव मुसकुराते रहना। ये जिसके पास है वो सबसे सुखी आदमी है।

एक गाँव में एक विदेशी आदमी आया। उस गाँव के बारे में उसने काफी कुछ सुन रखा था। उसने वहाँ काफी सुन्दर जगह देखी। वहाँ के लोग विदेशी यात्रियों की काफी सहायता

करते थे। लेकिन हर व्यक्ति पैसे के पीछे भागता हुआ मिला। कोई भी व्यक्ति मनोरंजन के लिये कुछ नहीं करता। न ही वो हँसते, न ही लोगों से हास्यरस की बातें करते। यह देखकर विदेशी यात्री को दुःख हुआ। उसने सोचा क्यों न इन्हें जीवन में आनन्द लेने की कला सिखायी जाये। इस बात को ध्यान में रखते हुए उसने उस गाँव में एक कला प्रदर्शनी लगवायी। दूर-दूर से लोग वहाँ देखने पहुँचे। उसने उस प्रदर्शनी में आकृति बदलने वाला एक आईना भी लगवाया। सभी ग्रामीण उसमें अपने चेहरे को देखते ही हँस-हँस कर लोट पोट हो जाते। प्रदर्शनी के आखरी दिन उस विदेशी यात्री ने सभी को बुलाया।

उसने सभी से पूछा आपको इस प्रदर्शनी में क्या खास लगा। सभी ने लगभग एक समान ही उत्तर दिया, सभी ने कहा— उन्होंने पहली बार दिल खोलकर हँसा है। उस विदेशी यात्री ने

कहा— मेहनत जीवन का अंग है, पैसा जरूरत है लेकिन हँसना जिन्दगी का सबसे महत्व है। इसे लगातार चलाते रहने से आदमी टूट जाता है।

इसलिये जीवन में मनोरंजन होना बहुत जरूरी है। थोड़े-थोड़े समय में थोड़ा-थोड़ा मनोरंजन होना बहुत जरूरी है। आप काम के बोझ से टूट जायेंगे। आपको तनाव हो जायेगा। आपका ब्लड प्रेशर बढ़ जायेगा। आपको कई सारी समस्यायें अंदर ही अंदर घर कर जायेगी। इसलिये कुछ-कुछ समय में हँसना और मनोरंजन करना बहुत ही जरूरी है। इस जीवन के लिये बहुत ही आनन्ददायक क्षण होता है जब व्यक्ति मित्रों के साथ हँसता है। अगर आपके जीवन में हँसी नहीं है तो आप बहुत बड़ी चीज खो रहे हैं। हँसना सीखो मेरे भाइयों।

सब धर्मों की एक ही बात,
प्यार बढ़ाओ सबके साथ।
सब रोगों की एक दवाई,
हँसना सीखो मेरे भाई।

— सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश को देखते ही मेहता अपनी सीट से खड़े हो गये और उसका स्वागत करते हुए अपने इर्द-गिर्द बैठ तमाम बड़े-बड़े अधिकारियों से कहा कि जितने महत्व की बात हम लोग कर रहे थे उससे कई गुना ज्यादा महत्व की बात मुझे कैलाश से करनी है। कैलाश अपने इस अभूतपूर्व परिचय से दंग रह गया। वह मीठालाल मेहता से आज दिन तक नहीं मिला था। जिस तरह से मेहता ने तमाम अधिकारियों से कैलाश का परिचय करवाया उससे स्पष्ट था कि कैलाश के कार्यों की भनक सचिवालय तक पहुंच चुकी थी।

कैलाश ने अपने सेवा कार्यों की विस्तृत जानकारी दी। सेवा धाम में बन रहे कमरों के बारे में भी बताया और कहा कि अब 25 अनाथ बच्चे और ला सकते हैं। मेहता ने कैलाश की सारी बातें ध्यान से सुनी फिर एक अधिकारी को कहा कि आप उदयपुर जाओ और इनका काम देखो। यदि आपको लगे कि इनके काम में मदद की जा सकती है तो जितनी मदद कर सकते हो करना।

कैलाश खुशी-खुशी उदयपुर लौट आया। शीघ्र ही वह अधिकारी भी उदयपुर आया, उसे सभी गतिविधियां दिखाई। अधिकारी भी प्रभावित हो गया। उसने जितना सोचा था उससे कई गुना ज्यादा काम हो रहा था। अधिकारी ने कैलाश से कहा—आप 50 बच्चे ले आओ, हम 300 रु. प्रतिमाह प्रति बच्चा आपको देंगे। इसमें से आधा पैसा केन्द्र से आता है, वह तभी संभव हो पाएगा

जब आपको केन्द्र से स्वीकृति मिल जायेगी।

अधिकारी के आश्वासन के बाद 25 बच्चे ले आये। साल भर गुजर गया मगर सरकार से एक पैसा नहीं मिला। दीपलाल अग्रवाल उदयपुर के प्रतिष्ठित व्यापारी थे, उनकी पुत्री कैलाश की भाभी थी। वे उदारमना थे, समय-समय पर मदद भी करते रहते थे। दीपलाल ने कैलाश को सलाह दी कि बच्चों का भोजन बनाने हेतु केरोसीन की भट्टी का प्रयोग करो, इससे खर्चा कम होगा।

भोजन बनाने के लिये दो महाराज भी वेतन पर रख लिये। बच्चे आदिवासी एवं जनजाति अंचल के थे। महाराज इन्हें रसोई तक में घुसने नहीं देते थे और इनसे छुआछूत का व्यवहार करते थे। बच्चों ने रोते हुए यह शिकायत कैलाश से की तो उसका माथा ठनका। उसने फैसला कर लिया कि इन लोगों से काम नहीं चलने वाला। कैलाश ने अन्य काम कर रहे एक कारीगर से पूछा कि वह रोटी बना लेगा क्या, उसने हामी भर दी तो उन महाराजों की उपस्थिति में ही उससे खाना बनवा लिया। भोजन संतोषप्रद बन गया तो दोनों महाराजों की छुट्टी कर दी। धीरे-धीरे खाना बनाने कुछ और लोग जुट गये, बच्चे भी जी जान से मदद करते, अब उन्हें रसोई में जाने, इधर-उधर की चीजें छूने में कोई रोक टोक करने वाला नहीं था।

पपीता खाने के फायदे

- फल पपीता सेहत के लिए बहुत ही फायदेमंद होता है। जहां इससे पेट संबंधी परेशानियां दूर होती हैं। वहीं स्किन भी काफी अच्छी हो जाती है। यहीं नहीं इसके और भी कई बेनिफिट्स हैं।
- जिन लोगों को किडनी की तकलीफ होती है उन्हें रोज पपीता खाना चाहिए।
- दांत संबंधी तकलीफें भी पपीता खाने से दूर होती हैं। दांत हिलने दांतों से खून आने ऐसी परेशानियाँ से राहत मिलती है।
- पपीता खाने से आंखों की रोशनी भी अच्छी बनी रहती है।
- अगर पेट में कीड़े हों, तो कच्चे पपीते का जूस फायदा करता है। इसे दिन में दो बाद पीने से कीड़े खत्म होने लगेंगे।
- खाली पेट पपीता खाने से बवासीर की शिकायत दूर होती है।
- सेंधा नमक, जीरा पाउडर और नींबू के साथ खाने पर कब्ज दूर होती है।
- पपीते की पत्तियां भी रामबाण की तरफ काम करता है यह कैंसर को दूर करने में बहुत सहायक होती है। पपीता वजन कम करने में भी काम आता है।
- पपीते को मैश करके फेस पर लगाने से स्किन ग्लोइंग और मुलायम हो जाती है। और स्किन भी खत्म हो जाते हैं।



अनुभव अमृतम्

काँटे चुनते जाइये,
करें पुष्प बरसात।
यह सेवा की रीत है,
यही अमर सौगात।।



बड़ी कृपा उनकी अच्छा, अच्छा कैलाश जी नाम है। सामान बहुत है आपके पास। अकेले हो? और इतना सामान ले जा रहे हो? ये मेरी प्रदर्शनी है। ये प्रदर्शनी लगाओगे और एक व्यक्ति हंसने लगा, मुसकराने लगा, प्रदर्शनी लगाओगे आपके पी.ए. साहब कहाँ है? कोई पी. ए. साहब नहीं है। कोई प्राइवेट सेक्रेटरी नहीं— भैया। ये कैलाश नाम का प्राणी है। उन्होंने भी अपना परिचय दिया गुजराती भैया से आत्मीयता बढ़ गयी, कल्पना जी उस समय मुम्बई थी हवाई अड्डे गये। पहली बार किसी हवाई अड्डे पर पहुँचे, उससे पहले कभी लोकल भी हवाई सफर नहीं किया, अन्तरराष्ट्रीय हवाई अड्डा ऊपर है और पहुँचे तीन घंटे पहले पहुँचना है। अन्दर आपको अकेले ही जाने देंगे। कोई साथी नहीं। कौन साथी आये थे? जब अकेले ही आये थे। नन्हें मुन्ने बच्चे तेरी मुट्टी में क्या है? मुट्टी में है तकदीर हमारी। जो तकदीर लेकर आये मुट्टी में हमारी उसी तकदीर ने इमीग्रेशन कभी सुना नहीं। कभी जाना नहीं। इमीग्रेशन आप भारतीय नागरिक हो। भारतीय नागरिक को भारत छोड़ने की परमिशन दी जाती है। इमीग्रेशन मोडलिंग लिया। पहली बार किसी हवाई जहाज में बैठे, बड़ी उत्सुकता। काश केबिन का दरवाजा खुला होता तो कैलाश देखता पायलट साहब कौनसा चक्र घुमा रहे? कौनसा हेंडल घुमा रहे? जैसे कार का गोल, गोल होता है कभी पैर से एक्सीलेटर, कभी ब्रेक दबाया, कभी गियर दबाया अरे! नहीं भाई दरवाजा बंद है। सेविका बोली अपना बेल्ट बाँध लीजिये। पहली बार बेल्ट अच्छा, अच्छा ये बाँधा जाता है। एयर होस्टेज साहिबा ने सब बताया। कुआलालामपुर और पहले से ही तय कर लिया कि सिंगापुर भी जायेंगे।

उसमें था कि सिंगापुर जाना चाहे वो एक आवेदन भर दें। सिंगापुर का भी वीजा ले लेंगे। तो सिंगापुर भी जाना है। क्या मलेशिया? क्या सिंगापुर? क्या अमेरिका? क्या यूरोप की अद्भुत यात्रा होती है?

खेल तरंगों का बना, यह सारा संसार।

सृजन प्रलय पल-पल यहाँ, देखो ये ही सार।।

सेवा ईश्वरीय उपहार— 35 (कैलाश 'मानव')

कोरोनाकाल में बने गरीब व प्रवासी मजदूर परिवार का सहारा

1 परिवार गोद लें
1 माह के लिए

₹ 2,000

3 परिवार गोद लें
1 माह के लिए

₹ 6,000

5 परिवार गोद लें
1 माह के लिए

₹ 10,000

25 परिवार गोद लें
1 माह के लिए

₹ 50,000

10 परिवार गोद लें
1 माह के लिए

₹ 20,000

50 परिवार गोद लें
1 माह के लिए

₹ 1,00,000

यूपीआई व पेटीएम के माध्यम से करें सहयोग
UPI narayansevasansthan@kotak

paytm
Accepted Here



UPI



आपके सहयोग एवं आशीर्वाद से आज हमारे घर में मोजन बना... आपश्री को धन्यवाद। हमारे जैसे और भी हैं जिन्हें जरूरत है आपके सहयोग की... कृपया मदद करें।



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, ट्रेन 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.mankijeet.com
✉ : kailashmanav