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-2322 • उदयपुर, सोमवार 03 मई, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्

सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

30 लाख 'मास्क' से बनेगी दो लेन की एक किमी सड़क!

कोरोना वायरस महामारी ने न केवल दुनिया भर में स्वास्थ्य संकट पैदा किया है, बल्कि यह अब पर्यावरण को भी खतरे में डाल रहा है। महामारी के खिलाफ लड़ने और इस्तेमाल किए गए व्यक्तिगत सुरक्षात्मक उपकरण, फेस मास्क के निपटान से जुड़े पर्यावरणीय खतरों को कम करने के लिए अब शोधकर्ताओं ने उपाय ढूंढ निकाला है।

शोधकर्ताओं ने बताया कि किस तरह महामारी से उत्पन्न कचरे जैसे–उपयोग किए गए फेस मास्क का इस्तेमाल सड़क बनाने में किया जा सकता है। इससे दो फायदे होंगे, एक और जहां यहां–वहां बिखरे फेस मास्क के कूड़े से निजात मिलेगी, वही दूसरी और इसका उपयोग कच्चे माल के रूप में किया जाएगा।

अध्ययन से पता चलता है कि दो लेन की सड़क के सिर्फ एक किलोमीटर बनाने के लिए रीसाइकल की गई सामग्री में लगभग 30 लाख मास्क का उपयोग होगा, जिससे 93 टन कचरे को लैंडफिल में जाने से रोका जा सकेगा।

स्वास्थ्य और सुरक्षा से जुड़े खतरों को दूर करने में सहायक होगा शोध

विश्लेषण से पता चलता है कि फेस मास्क सड़कों और फुटपाथ की परतों के लिए डिजाइन किए जाने वाले उत्पाद मे मजबूती प्रदान करते हैं। दुनिया भर में रोज अनुमानित 680 करोड़ डिस्पोजेबल फेस मास्क का उपयोग किया जाता है। शोधकर्ता डॉ. मोहम्मद सबेरियन ने कहा, इस प्रारंभिक शोध ने सड़कों में एक बार उपयोग किए जाने वाले मास्क को रीसाइकल करने की संभावना पर ध्यान दिया। यह देखकर उत्साहित हुए कि यह न केवल काम करता है, बल्कि इसके इंजीनियरिंग लाभ भी है। हमें उम्मीद है, यह आगे के शोध के लिए दरवाजे खोलेगा, स्वास्थ्य और सुरक्षा से जुड़े खबरों के प्रबंधन के तरीको के आधार पर काम करेगा। इसका पता लगाया जा सकेगा कि इसी तरह क्या पीपीई भी रीसाइक्लिंग के लिए उपयुक्त होंगे।

शोधों में इस्तेमाल किए गए मास्कों को पूरी तरह से कीटाणुरहित, स्टरलाइज करने के बाद उपयोग किया गया। यह अध्ययन साइंस ऑफ द टोटल एन्वायरमेंट में प्रकाशित हुआ।

सड़क बनाने की सामग्री की विकसित

ऑस्ट्रेलिया के मेलबर्न की आरएमआइटी यूनिर्विटी के शोधकर्ताओं ने फेस मास्क का उपयोग कर नई सड़क बनाने वाली सामग्री विकिसत की है। यह सामग्री सिविल इंजीनियरिंग सुरक्षा मानकों को पूरा करने के लिए डिजाइन की गई है। इसमें एक बार उपयोग होने वाले फेस मास्क और भवन बनाने वाले मलबे का मिश्रण शामिल है।

यूरीः अंतरिक्ष में मनुष्य की उपस्थिति का लैंडमार्क!

अंतरिक्ष में जाने वाले पहले मानव यूरी गागरीन का लेनिंस्की ऐवन्यू पर स्थित यह स्मारक बड़े पैमाने पर टाइटेनियम से तैयार किया गया दुनिया का पहला स्मारक है।

इसे 1980 के ओलम्पिक खेलों के लिए तैयार किया गया था और आज यह मास्को का प्रमुख लैंडमार्क बन चुका है। गागरिन का स्टेच्यू एक रॉकेट एग्जॉस्ट से काफी मेल खाता है। यह 42 मीटर (138 फुट) ऊंचा और 12 टन (26,455 पौंड) वजनी है।

मास्को का यह अचंभित कर देने वाला विशिष्ट स्टेच्यू हो, चाहे इसकी तुलना में काफी साधारण नजर आने वाला प्रशांत महासागर के सखालिन द्वीप पर स्थित स्टेच्यू , समूचे रूस में यूरी गागरीन की याद में दर्जनों स्मारक तैयार किए गए है। यूरी ही 60 वर्ष पहले 12 अप्रेल 1961 के दिन अंतरिक्ष में जाने वाले पहले मानव बने थे।

ऑल–रशियन इंस्टीट्यूट ऑफ एविएशन मटीरियल्स के विशेषज्ञों ने ही स्टेच्यू के शिल्पकारों को इसे टाइटेनियम से तैयार करने की सलाह दी थी।

सेवा–जगत्

दिव्यांगों की सेवा में आपकी नारायण सेवा

दीन-दिव्यांगों का मिला खुशियों का अमृत

नर में नारायण का दर्शन करने वाली आपकी–अपनी संस्था नारायण सेवा ने हरिद्वार महाकुम्भ में पिछले महाकुम्भों की ही तरह मेला परिसर में विशाल सेवा एवं कथामृत शिविर लगाया। 3 अप्रेल को इस सेवा शिविर का शुभारम्भ ध्वजारोहण विश्व शान्ति एवं कल्याण यज्ञ के साथ श्री धर्मदासमहाराज गौरी शंकर जी एवं अन्य संत–महात्माओं ने किया। इससे पूर्व संस्थान के संस्थापक–पद्मश्री अलंकृत निर्वाणी आचार्य महामण्डलेश्वर पूज्य श्री कैलाश जी 'मानव' का मंगल संदेश प्रसारित किया गया। अठ्ठाईस दिवसीय सेवा शिविर के दौरान विविध धार्मिक अनुष्ठानों, भण्डारा व कथा ज्ञान यज्ञ के साथ–साथ दिव्यांगों की निःशुल्क शल्य चिकित्सा एवं सहायता का प्रभाग भी बनाया गया। जिसका उद्घाटन उतराखंड सरकार के वन एव पर्यावरण मंत्री श्री हरकसिंह जी रावत एवं मंत्री स्वामी श्री यतीश्वरनंद जी महाराज ने किया। इस अवसर पर मेयर अनिता जी शर्मा, पुलिस अधीक्षक (गृह रक्षा दल) श्री राहुल जी सचान, पंजाबी महासभा के उपाध्यक्ष श्री जगदीश जी पाहवा, उतराखंड व्यापार संघ के अध्यक्ष श्री संजय जी चौपड़ा, जिला वन अधिकारी श्री कृष्ण कुमार जी, तहसीलदार श्री विनोद जी शर्मा, अ.भा. ब्राह्मण समाज के अध्यक्ष श्री अधीर जी कौशिक, समाजसेवी श्री विशाल जी गर्ग, सहित बड़ी संख्या में अधिकारी एवं गणमान्य नागरिक उपस्थित थे। शिविर प्रभारी एवं निदेशक सुश्री पलक जी अग्रवाल ने अतिथियों का स्वागत किया।

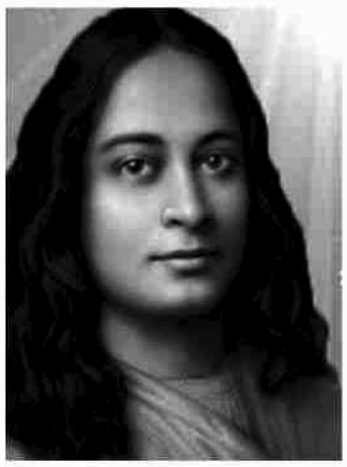
बताया कि चिकित्सा शिवर में हरिद्वार एवं उसे आसपास गांवों से आने वाले बड़ी संख्या में दिव्यांगजन की निःशुल्क सुधारात्मक सर्जरी के साथ जरूरतमंदों को कृत्रिम हाथ–पैर, कैलीपर व सहायक उपकरण भी निःशुल्क दिए गए। शिविर में पूज्य कैलाश जी मानव, कमला देवी जी, अध्यक्ष सेवक श्री प्रशान्त जी भैया व निदेशक वंदना जी ने प्रवास कर मार्गदर्शन किया।

श्रीमद् भागवताचार्य पूज्य श्री श्री संजीव कृष्ण जी ठाकुर, श्री अभिषेक कृष्ण जी महाराज जी महाराज ने शिविर का अवलोकन कर ऋद्धालुओं को आशीर्वाद प्रदान किया। सेवा, भक्ति और सत्संग की इस त्रिवेणी को प्रवाहमान बनाए रखने में संस्थान के ट्रस्टी निदेशक देवेन्द्र जी चौबीसा, रजत जी शर्मा, महिम जी जैन, रोहित जी शर्मा, राकेश जी शर्मा, डॉ. मानस रंजन जी साहू, डॉ. नेहा जी अग्निहोत्री व अनिल जी आचार्य व अरूण जी ब्राह्मण का सक्रिय योगदान रहा।

मिटी वेदना, लौटी मुसकान

देवऋषि रावत की चार साल की बिटिया वैष्णवी ने जुलाई 2017 में स्कूल जाना प्रारम्भ किया। खिलखिलाती मुस्कान और तुतलाती इसकी मीठी बोली ने कुछ ही दिनों में उसे सहपाठियों और शिक्षकों की लाड़ली बना दिया। मध्यप्रदेश के ग्वालियर जिले के डबरा निवासी माता–पिता की आंखों का तारा वैष्णवी छोटी उम्र में ही बड़े सपने देखने लगी थी, वह प्रायः कहती कि पढ़–लिखकर चाहें किसी क्षेत्र में जाए, दीन–दुखियों की सेवा को अपना पहला फर्ज बनाएगी लेकिन विधना को उसके बडे सपने शायद रास नहीं आए। एक दुर्घटना ने उसके सपनों के पंख काट दिए। स्कूली जीवन का एक महिना भी पूरा नहीं हुआ था कि 20 जुलाई 2017 को छुट्टी के बाद स्कूल द्वार से बाहर बजरी से लदे अनियंत्रित ट्रेक्टर ने उसे चपेट में ले लिया। बांया पांव बुरी तरह कुचल गया। घटना का पता चलते ही जब पिता हॉस्पीटल पहुंचे, छटपटाती मासूम को देख बेहोश हो गए। लोगों ने पिता–पुत्री को अस्पताल पहुंचाया। वैष्णवी पैर खोकर एक माह बाद घर लौटी। कटे पांव को देख रोती रहती, सोचती कैसे कटेगी आगे की जिंदगी । स्कूल भी छूट गया, सपने भी टूट गए। मां– बाप भी दुःखी थे। कुछ दिनों बाद उम्मीद की किरण बन एक महिला देवऋषि के घर आई। जिसने नारायण सेवा संस्थान में निःशुल्क कृत्रिम अंग लगाए थे बिना देरी किये वैष्णवी को माता–पिता उदयपुर लेकर आएं। यहां डॉ. मानस रंजन जी साहू ने उसके लिए विशेष कृत्रिम पांव बनाया, उसे लगानें– खोलने और पहनकर चलने की कई दिनों तक ट्रेनिंग दी। वैष्णवी जब उस कृत्रिम पांव को पहनकर चलने लगी तो उसके होठों पर अमिट मुस्कान थी। माता–पिता भी खुश थे। उन्होंने संस्थान का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि वैष्णवी अब अपने सपने जरूर सच करेगी।

धर्म के अर्थ को समझना आवश्यक है



जो ईश्वर को जीवन की परम आवश्यकता के रूप में नहीं खोज रहे वे धर्म के अर्थ को नहीं समझते। सभी लोग धन के पीछे क्यों पड़े रहते हैं ? क्योंकि, वे इस विचार के आश्रित हो गए हैं कि सुखी जीवन की जरूरतों की पूर्ति के लिए धन अतिआवश्यक है। उनको यह बताने की आवश्यकता नहीं है, बस, वे इसे जानते हैं। तब फिर अधिकतर लोग ईश्वर को जानने की आवश्यकता को क्यों नहीं समझ पाते ? क्योंकि उनमें कल्पना शक्ति और विवेक की कमी होती है। जीवन के आरम्भ में मैंने देखा कि कुछ प्रश्नों के ईश्वर परक उत्तर और यहाँ तक कि धर्मशास्त्रों के उत्तर भी आत्मा को पूर्ण रूप से कदापि सन्तुष्ट नहीं कर पाते थे, जब तक कि उनकी सत्यता का बोध, ईश्वर सम्पर्क और उनकी अनुभूति द्वारा न हो जाए उदाहरण के लिए, जब मेरी माँ का स्वर्गवास हुआ और अन्य प्रियजन मुझसे छीने जाने लगे, तो मैंने इसका आन्तरिक रूप से विद्रोह किया, परन्तु कोई भी इसका वह स्पष्टीकरण नहीं दे पाया जो मुझे सन्तुष्ट करता। मैंने निश्चय कर लिया कि मुझे स्वयं अपने प्रयास द्वारा इसका उत्तर प्राप्त करना पड़ेगा। मैंने प्रतिज्ञा की कि मैं इसे बिना समझे स्वीकार नहीं करूँगा। मैं इसका उत्तर उनसे ही प्राप्त करके रहूँगा जो इस सृष्टि के रचयिता हैं। मैंने जीवन के उन रहस्यों को सीधे ईश्वर से प्राप्त किया जिन्हें मैं मन्दिरों और चर्चों की शिक्षाओं से नहीं पा सका था। यदि धर्म मुझे इस बात से सन्तुष्ट नहीं कर सकता कि क्यों कुछ लोग गरीब और कुछ लोग अमीर, कुछ नेत्रहीन और कुछ स्वस्थ पैदा होते हैं, तो यह किस प्रकार मुझे ईश्वर के न्याय में विश्वास दिलाएगा ? भारत के मनीषियों ने ईश्वर से संपर्क प्राप्ति की आन्तरिक अनुभूति के द्वारा जीवन के रहस्यों का उत्तर प्राप्त किया और हमें बताया कि हम भी ऐसा किस प्रकार कर सकते हैं।

- श्री श्री परमहंस योगानंद

जैसी दृष्टि : वैसी सृष्टि

विवेकानन्द जयपुर के पास एक छोटी रियासत में मेहमान थे। जिस दिन विदा हो रहे थे उस दिन वहाँ के जागीरदार ने उनके विदाई समारोह में नाच गाने का कार्यक्रम रखवा दिया। एक वेश्या भी बुलाई गई। विवेकानन्दजी को मालूम पड़ा तो वे बड़े हैरान और गुस्से से भर कर तम्बू में बैठे रहे, किन्तु समारोह में बुलाने पर भी नहीं गये।

वेश्या को ज्ञात हुआ कि स्वामीजी नहीं पधारे तो वह बड़ी दुःखी हुई और उसने यह भजन गाया। "एक लोहा पूजा में राखत–एक घर बधिक पर्‌यो, पारस अवगुन नहीं चितवत कंचन करत खरो।

प्रभुजी मेरे अवगुन चित न धरो।" अब तो विवेकानन्द सचेत हुए तथा सोचने लगे, यदि मुझे पारस समझा जा रहा है तब निश्चय ही मुझे भेद–अभेद किये बिना समारोह में जाना चाहिए और वे समारोह में गये। उन्होंने अपने संस्मरण में लिखा कि उस दिन मुझे लगा कि आज वास्तविक संन्यास का जन्म हुआ है क्योंकि वेश्या को देखकर मेरे मन में कोई आकर्षण, विकर्षण नहीं था। मेरा करुणा भाव ही जागृत हुआ उसे देखकर। जैसी दृष्टि वैसे सृष्टि।

बच्चे की सीख

एक 9 साल का बच्चा आइसक्रीम की दुकान पर जाता है। वेटर–तुम्हें क्या चाहिये? छोटा बच्चा –मुझे आइस–क्रीम लेने के लिए कितने पैसे देने होंगे? वेटर–15 रुपये/–तभी उस छोटे बच्चे ने अपना पॉकेट चेक किया, और फिर से किसी छोटे आइसक्रीम कोन की कीमत पूछी? तभी परेशान वेटर ने गुस्से में कहा– 12 रुपये लड़के ने छोटा कोन देने को कहा, आइसक्रीम का कोन ले लिया और बिल के पैसे दिए और वहाँ से चला गया।

जब वेटर खाली प्लेट उठाने आया तब अचानक ही उसके आँखों से आंसू आने लगे। उस छोटे से बच्चे ने उस वेटर के लिए वहाँ 3रुपये टिप के रूप में रखे थे।

"आपके पास जितना है उसमें से थोड़ा किसी और को देकर दूसरों

को भी खुश करने की कोशिश कीजिये।" यही जीवन है।

ऐसा नहीं है कि उस छोटे बच्चे के पास 15 रुपये नहीं थे, उसके पास पर्याप्त पैसे होने के बाद भी उसने अपने लिए छोटा कोन लिया और 3 रुपये टिप देकर उस वेटर को खुश किया। जब हम जीवन में हमारे साथ–साथ हमारे आस–पास के लोगों की खुशी के बारे में भी सोचते हैं तभी हमारा जीवन सही मायने में जीवन कहलाने योग्य है। अपनी खुशी के लिए तो हर कोई काम करता है लेकिन महान वही कहलाता है जो दूसरों की खुशी के बारे में सोचता है।

शमशाद को प्रदान की निःशुल्क ऑपरेशन की सहायता

उत्तरप्रदेश में रायबरेली निवासी शहजाद के पुत्र शमशाद (12) की प्लास्टिक सर्जरी हाल ही में नारायण सेवा संस्थान ने अपने खर्च पर उदयपुर के नोबल हॉस्पीटल में करवायी। उसके पिता शहजाद ने बताया कि घर पर एक बिल्ली को भगाते वक्त गर्म दूध के शरीर पर गिरने से हुए हादसे में वह जल गया था।

जिसके कारण उसका सीना पूरी तरह से झुलस गया था और उसके गर्दन और सीने की चमड़ी सिकुड़ कर एक हो गई थी। इससे उसे कई तकलीफों का सामना करना पड़ा। कई अस्पतालों में उसका इलाज करवाया गया पर परिणाम सकारात्मक नहीं आए। इस दौरान उसे उदयपुर के नारायण सेवा संस्थान के बारे में पता चला तो उसने संस्थान की शरण ली। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत अग्रवाल जी ने कहा कि गरीब मजदूर शहजाद द्वारा सर्जरी खर्च वहन करना उसके सामर्थ्य में नहीं था। बच्चे को ऑपरेशन के लिए उदयपुर के नोबल हॉस्पीटल में चेक–अप करवाया गया जो कि तीन–तीन महीने के अन्तराल में सर्जरी की जाएगी तथा प्रथम सर्जरी सफलता से पूर्ण हो गई है। सर्जरी का 90,000 तथा दवा आवास – भोजन आदि का संपूर्ण व्यय संस्थान ने वहन किया। बच्चा हाल ही में संपन्न सर्जरी के बाद वह अपने घर में स्वस्थ और कुशल है।

सेवा का यह काम आपके सहयोग के बिना कैसे होगा सम्भव

NARAYAN HOSPITALS

पशुवत जिन्दगी जी रहे दिव्यांग भाई बहिनों को अपने पांवों पर चलाने के लिए कृपया करें योगदान

ऑपरेशन	सहयोग राशि (रूपये)	ऑपरेशन	सहयोग राशि (रूपये)
501	1700000	40	151000
401	1401000	13	52500
301	1051000	05	21000
201	711000	03	13000
101	361000	01	5000

NARAYAN LIMBS & CALIPERS

रेंग रेंग कर चलने वाले दिव्यांगजनों को सहायक उपकरणों का सहयोग देकर बनाये सशक्त

सहायक उपकरण विवरण	सहयोग राशि (रूपये)
कृत्रिम अंग	10000
ट्राई साईकिल	5000
व्हील चेयर	4000
केलिपर	2000
बैसाखी	500

NARAYAN VOCATIONAL ACADEMY

दिव्यांगों को स्वावलम्बी बनाने के लिए संस्थान द्वारा दिये जा रहे प्रशिक्षणों में आपका अनुदान हो

मोबाईल/कम्प्यूटर/सिलाई/मेहन्दी प्रशिक्षण सोजन्य राशि	
30 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 225000 रू.	5 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 37500 रू.
20 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 150000 रू.	3 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 22500 रू.
10 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 75000 रू.	1 प्रशिक्षणार्थी हेतु सहयोग - 7500 रू.

दान सहयोग हेतु सम्पर्क करें - 0294-6622222, 7023509999

NARAYAN PARA SPORTS ACADEMY

प्रतिभावान दिव्यांग बन्धुओं को खेल प्रशिक्षण देने तथा खेल अकादमी स्थापित करने के लिए कृपया करें मदद

निर्माण सहयोगी बनें	51000 रू.

NARAYAN ROTI

प्यासे को पानी, भूखे को भोजन, बीमार को दवा, यही है नारायण सेवा- कृपया करें भोजन सेवा

विवरण (प्रतिदिन)	सहयोग राशि (रूपये)
नाश्ता, दोपहर व रात्रि भोजन सहयोग	37000
दोपहर व रात्रि भोजन सहयोग	30000
दोपहर अथवा रात का भोजन सहयोग	15000
केवल नाश्ता सहयोग	7000

वर्ष में एक दिन 151 दिव्यांग, निर्धन एवं अनाथ बच्चों के लिए भोजन सहयोग

NARAYAN EDUCATION ACADEMY

कृपया विद्या का दान देकर गरीब बच्चों का करें उद्धार

प्रति छात्र शिक्षा सहयोग (प्रति वर्ष)	36000 रू.
प्रति छात्र शिक्षा सहयोग (प्रति माह)	3000 रू.

NARAYAN APNA GHAR

जिनका कोई नहीं है इस दुनिया में..... ऐसे अनाथ बच्चों को ले गोद और उनकी शिक्षा में करें मदद

प्रति बालक (18 वर्ष तक) सहयोग	100000 रू.

NARAYAN COMMUNITY SEVA

दूरस्थ एवं आदिवासी क्षेत्रों में संस्थान की ओर से चलाई जा रही राशन वितरण, वस्त्र एवं पोशाक सेवा में मदद करें

50 मजदूर परिवार	100000 रू.
25 मजदूर परिवार	50000 रू.
5 मजदूर परिवार	10000 रू.
3 मजदूर परिवार	6000 रू.
1 मजदूर परिवार	2000 रू.

कैलाश 'मानव'
संस्थापक चेयरमैन

समाज में हेय दृष्टी से देखे जाने वाले दिव्यांग बन्धुओं को समाज की मुख्यधारा से जोड़ने के लिए हम कृतसंकल्परत है कृपया सामाजिक सेवा में आप भी हमारे साथ आये।

प्रशांत अग्रवाल
अन्तर्राष्ट्रीय अध्यक्ष

सम्पादकीय

विवेक मानव का श्रेष्ठ आभूषण है। यही वह गुण है जो सामर्थ्य में चार चाँद लगा देता है। विवेक के बिना चाहे व्यक्ति कितना भी बलशाली हो, कितना ही धनी हो या कितना ही ज्ञानी क्यों न हो वह कभी भी सफल जीवन, आनंदमय जीवन नहीं जी सकता है। विवेक वह कुंजी है जो सफलता के द्वार का ताला खोलती है। यह विवेकी होने का गुण ही व्यक्ति के व्यक्तित्व में निखार लाता है। विवेक एक क्षमता है जो व्यक्ति को उचित समय पर उचित विचार, सही समय पर सही कार्य तथा सही लोगों से सही व्यवहार करने की प्रेरणा देती है।

विवेक के बीज तो सभी में होते हैं पर उसे पल्लवित, पुष्पित कितने लोग कर पाते हैं, यह सोचने व विश्लेषण का विषय है। यह विवेक सच में सत्संग से जागृत होता है। सद्विचारों वाले लोगों के संग का असर होता है कि हमारा विवेक चैतन्य हो उठता है। इसलिये सद्साहित्य, सद्व्यवहारियों का संग और सद्आचारियों का अनुसरण करके हम अपना विवेक जगाना सीखें।

कुछ काव्यमय

जो विवेक को जगा सका है,
उसने जय का स्वाद चखा है।
यद्यपि सबमें विवेक है भी
पर सोया तो क्या रखा है ?
जब विवेक चेतन हो जाता,
महक उठे मानव का मन।
फिर जीवन में बदलावों की
चल जाती है सफल–पवन।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

सेवा ही बड़ा धर्म

गुरू नानकदेव जी शिष्य मर्दाना के साथ एक गांव में पहुंचे। गांव के बाहर एकझोपड़ी में कुष्ट रोगी रहता था। लोग उससे घृणा करते। कोई भी उसके पास नहीं जाता। कभी कोई उसे भोजन दे जाता अन्यथा भूखे रहना उसकी नियति थी।

गुरू नानकदेवजी झोपड़ी में गए और पूछा– भाई, हम आज रात हम तुम्हारी झोपड़ी में रूकना चाहते हैं? अगर तुम्हे कोई परेशानी ना हो तो। यह सुनकर वह हैरान हो गया, क्योंकि उसके पास कोई आना–जाना ही नहीं चाहता फिर ये कैसे उसके पास रूकने को तैयार हुए?

वह सिर्फ उन्हें देखता रहा। उसके कोढ़ ग्रस्त अंग में कुछ बदलाव आने लगे। नानकदेव जी ने मर्दाना को रबाब बजाने को कहा और उन्होंने कीर्तन

आरंभ कर दिया। कोढ़ी ध्यानपूर्वक सुनता रहा। जब कीर्तन समाप्त हुआ, तो उसने गुरूजी के चरण स्पर्श किए। गुरू नानकदेव जी ने उससे पूछा, भाई, कैसे हो? गांव के बाहर झोपड़ी क्यो बनवाई? उसने उत्तर दिया, मैं बहुत बदकिस्मत हूं। मुझे कुष्ट रोग है, कोई मेरे पास नहीं आता। कोई मुझसे बात नहीं करता। अपनों ने भी मुझे घर से निकाल दिया।

मैं दुर्भाग्यशाली और धरती पर बोझ हूं। गुरू नानकदेव जी ने कहा– बोझ तुम नहीं वो लोग है जिन्होंने पीड़ित पर भी दया नहीं की और अकेला छोड़ दिया। आओ मेरे पास, मैं भी तो देखूँ, कहाँ है कोढ़? जैसे ही नानकदेव जी ने उसके हाथों और पीठ को सहलाया, वह पूरी तरह से स्वस्थ हो गया।

इस चमत्कार से अभिभूत वह गुरूजी के चरणों में गिर पड़ा। उन्होंने उसे उठाकर गले लगाते हुए कहा– प्रभु का स्मरण और लोगों की सेवा करो, यही मनुष्य के जीवन का प्रमुख कार्य है।

उसके पश्चात् वह अन्य कोढ़ियों की सेवा में लग गया और ऐसी ख्याति पाई कि सभी उसका आदर करने लगे।

– कैलाश 'मानव'

पाप का व्यवहार

एक बार महाकवि कालिदास घूमते–घूमते बाजार गए। बाजार में भीड़–भाड़ थी। उन्होंने देखा कि एक महिला एक बड़ा–सा मटका और कुछ प्याले अपने रखे हुए ग्राहको को जोर–जोर से आवाज देकर बुला रही थी।

कालिदास महिला के पास गए और पूछा–तुम क्या बेच रही हो? महिला ने सहजता से उतर दिया– महाराज मैं पाप बेच रही हूं। महिला का उत्तर सुनकर कालिदास चौक गये और बोले–पाप और मटके में? तब महिला ने उत्तर दिया– हां, महाराज जी, मटके में पाप है।

कालिदास ने पुनः पूछा– कौनसा पाप है मटके में? तब महिला ने उत्तर दिया– मटके में आठ पाप हैं मैं आवाज लगाती हूं कि पाप ले जाओ, पाप ले

जाओ और लोग रुपये देकर पाप ले जाते है। महिला की बात सुनकर कालिदास और अधिक अचम्भित हो गए और बोले– यह कैसी बात है कि लोग रुपये देकर पाप खरीदते है। महिला ने कहा– लोग पैसे देकर आठ तरह के पाप ले जाते है। अब कालिदास ने पूछा– कौनसे आठ पाप? महिला ने उत्तर दिया– क्रोध, बुद्धि नाश. पुण्य का नाश, स्वास्थ्य का नाश, धन का नाश, पत्नी और संतान के सथा अत्याचार, चोरी, असत्य आदि दुराचार रूपी पाप भरें हैं इसमें। महिला की बात सुनकर कालिदास को कौतुहल हुआ कि मटके में इस प्रकार के आठ पाप भी हो सकते हैं।

उन्होंने महिला से पूछा– अन्ततोगत्वा, इसमें है क्या? तब महिला ने कहा– इसमें मदिरा है। कालिदास महिला की कुशलता पर चकित रह गए।

मदिरा वास्तव में पाप की स्रोत है, यह बात तुम अच्छी तरह जानती हो और तुम यह बात कहकर बेचती भी हो, लेकिन फिर भी लोग रुपये देकर इसे ले जाते हैं। यह तो लोगों की नासमझी है।

–सेवक प्रशान्त भैया

चरित्र की सीढ़ियां

एक आदमी अपने हाथ में दो ऊंचे डण्डे लेकर एक महल की ऊपरी मंजिल पर चढ़ने का प्रयास कर रहा था। दूसरे आदमी ने देखा तो पूछा, "तुम यह क्या कर रहे हो?" वह बोला, "मेरे पास 'सम्यक् ज्ञान' और 'सम्यक् दर्शन' के दो डंडे हैं। मैं इनके सहारे इस महल की ऊपरी मंजिल पर पहुंचना चाहता हूं।" पहले ने कहा, "मैंने बड़ी मेहनत से इन्हें प्राप्त किया है। क्या सारा श्रम व्यर्थ जायगा?"

दूसरे आदमी ने कहा, "तुम्हारा श्रम व्यर्थ नहीं जाएगा, यदि तुम सम्यक् ज्ञान और सम्यक् दर्शन के इन दो खड़े डंडों में 'सम्यक् चरित्र' की आड़ी सीढ़ियां लगा सको।"

'सम्यक् ज्ञान' और 'सम्यक् दर्शन' के दो खड़े डंडों में 'सम्यक् चरित्र' की आड़ी सीढ़ियां लगाने से एक ऐसी नसैनी तैयार हो जाती है, जिस पर एक–एक कदम उठाकर आदमी अपने लक्ष्य तक पहुंच सकता है।

भुला देना चाहिए

छोटे भाई की बेटी का विवाह था। बड़े भाई छोटे भाई द्वारा वर्षों पूर्व कहे गए कुछ अपमानजनक शब्दों को लेकर उस विवाह में सम्मिलित नहीं हो रहे थे। छोटा अनुनय–विनय करके हार गया, तो किसी ने बताया कि बड़े भाई रोज जिन संत के पास सत्संग करने जाते हैं, उनसे मिले। संत ने छोटे भाई की सारी बात सुनी। दूसरे दिन बड़ा भाई संत से मिलने जब आया। उन्होंने बड़े को छोटे की कन्या के विवाह में शामिल होने को कहा।

बड़े ने उसके व्यवहार की बात बताई। संत बोले–"अच्छा यह बताओ, पिछले रविवार को मैंने क्या प्रवचन दिया था?" बड़े ने कहा–"महाराज ! याद नहीं रहा। कोशिश करने पर भी ठीक से याद नहीं आ रहा।" संत बोले –"तो तीन वर्षों पूर्व कहे गए कटुवचन तुम्हें अब तक क्यों याद है। अगर अच्छी बातें याद नहीं हैं तो बुरी बातें क्यों सहेजकर रखी है?" बड़े भाई ने अपनी गलती जानी और विवाह का सारा प्रबंध उसने अपने जिम्मे ले लिया।

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश स्थितप्रज्ञ हो इन तमाम प्रयासों को देखता रहा। उसने तो पहले ही दिन स्वयं को इस जीवन के लिये तत्पर कर लिया था। इन चार पांच महीनों में ज्ञान, भक्ति, दर्शन, अध्यात्म और इतिहास के प्रति उपजे रूझान से वह स्वयं को एक बदले हुए व्यक्ति के रूप में पा रहा था। उसने अपनी दिनचर्या इन्हीं में लगा दी। इसी दौरान मण्डेला की कथा ने उसे और मजबूत बना दिया। वह इन दिनों 26 साल जेल में रहने के पश्चात दक्षिण अफ्रिका के राष्ट्रपति बने नेल्सन मण्डेला की आत्मकथा सुन रहा था। इसमें बुश और मण्डेला का एक संवाद था। बुश पूछता है–नेल्सन !

तुझे इन पर गुस्सा नहीं आया, 26 साल तक जेल में रखा। नेल्सन बोले–गुस्सा तो मुझे आया था मगर 26 साल बाद जब मैं जेल से बाहर निकला तो मैने सोचा जिन्होंने मुझे सजा दी, जेल में यातना दी, उन्हें मैं साथ नहीं रखना चाहता, पर मैंने उन्हें माफ कर दिया। अपनी आंखें जाने के बाद कैलाश का भी यहीं सूत्र रहा– उसने भी माफ कर दिया।

कईयों ने कहा– मुकदमा कर दो, करोड़ों का मुआवजा मांग लो। उसने मना कर दिया। लोगों को यही समझाया कि मुकदमा चलेगा, पेशियां होगी, बार–बार इस घटना को याद आयेगी। मैं सब भूलना चाहता हूँ।

अंश-245

स्वास्थ्य के लिए टमाटर का उपयोग

रोज एक–दो टमाटर खाने से डॉक्टर की आवश्यकता ही नहीं पड़ेगी। आजकल पूरी दुनिया में टमाटर का उपयोग भारी मात्रा में होता है। आलू और शकरकंद के बाद, समग्र विश्व में, उत्पादन की दृष्टि से टमाटर का क्रम आता है। टमाटर में आहारोपयोगी पोषक तत्त्व काफी मात्रा में होने के कारण ये हरी साग–भाजियों में एक फल के रूप में सर्वश्रेष्ठ माना जाता है।

टमाटर भारत में सर्वत्र होते हैं। ये बलुई से लेकर सभी प्रकार की जमीन में होते हैं। परंतु इसे कठोर, क्षार या रेतवाली जमीन अनुकूल नहीं पड़ती। टमाटर सख्त ठंडी को सहन नहीं कर सकते। भारी वर्षावाली और ठंडी ऋतु को छोड़ किसी भी ऋतु में इसके बीजों की पनीरी बनाकर इसे उगाया जा सकता है।

सामान्यतः वर्ष में दो बार, वर्षा ऋतु में और शीतकाल में (मई–जून तथा अक्तूबर– नवम्बर मास में) टमाटर बोये जाते हैं। यद्यपि बाजार में तो ये वर्षभर मिलते हैं। टमाटर के पौधे दो से चार फुट ऊँचे बढ़ते हैं। शाखाओं पर अंतर से पर्ण लगते हैं। इसके पत्ते बैंगन के पत्तों की अपेक्षा छोटे होते हैं। टमाटर के बीज बैंगन या मिर्च के बीज से मिलते–जुलते होते हैं। इसके पौधे हल्के धुँधले रंग के दीखते हैं। उनमें से कुछ उग्र और खराब बदबू आती है। टमाटर की कई किस्में होती हैं। इनकी आकृति, रंग और स्वाद भिन्न–भिन्न होते हैं।

टमाटर जितने बड़े हों उतने ही गुण में उत्तम होते हैं। कच्चे टमाटर हरे रंग के, खट्टे और पचने में हल्के होते हैं, परंतु जब ये पकने लगते हैं तब चमकते–तेजस्वी लाल रंग के होते हैं। आलू या शकरकंद की सब्जी में टमाटर डालकर बनाई हुई मिश्र तरकारी स्वादिष्ट होती है। गुड़ या शक्कर डालकर बनाया हुआ टमाटर की सब्जी खटमीठी, अत्यंत स्वादिष्ट, रुचिकर और पाचक होती है।

अनुभव अमृतम्

ये शरीर की देहधारा, विचारधारा, ये पूर्वजन्मों की विरासत, ये स्वतंत्रता और बन्धन दोनों केवल बन्धन नहीं,

बन्धन–बन्धन क्या करते हैं,
बन्धन मन के बन्धन है
साहस करें उठें झटका दें
बन्धन क्षण के बन्धन है।

मन के बन्धनों को तोड़ने की यात्रा, परिवर्तन को तथागत, यथागत, ऐसा है, मैं वर्तमान को देख रहा हूँ।

भूतकाल मेरा चला गया, घटना चली गई, व्यक्ति चले गये, क्षण चले गये, विचार चले गये, और वर्तमान में पल दो पल की जिन्दगी है। माताओं बहनों–भाइयों और बन्धुओं जब सर्जिकल ऑपरेशन शिविरों की भूतकाल की स्मृतियों को देखते हैं। कैसा अद्भुत हो गया? कैलाश 'मानव' एक छोटा इंसान, एक साधारण इंसान न्यूयार्क में नरेन्द्र जी हड़पावत साहब के घर बैठा है। हड़पावत साहब कह रहे कि कैलाश जी काम तो आपका अच्छा है।

क्रोध बिगाड़े काम सब, राह न सूझे कोय।।
अक्रोधी नर शान्त मन, सहज सरल तम होय।।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 125 (कैलाश 'मानव')

समाधानवादी बनें

एक व्यक्ति की एक आँख की रोशनी खत्म हो गई। ऐसा होने से वह व्यक्ति बड़ा परेशान हुआ। उसका मन किसी काम में नहीं लगता। रात को नींद भी नहीं आती। रोना भी आता रहता था। इस प्रकार स्वस्थ आँख भी दुःखने लगी, जिससे चिंता और ज्यादा बढ़ गई कि अब मेरी यह आँख भी चली जाएगी।

डॉक्टर को दिखाने पर डॉक्टर ने कहा कि तुम्हारी यह आँख एकदम स्वस्थ है। तुम्हारे व्यर्थ के विचार इस स्वस्थ आँख को भी खराब कर देंगे। अतः तुम इस बात को छोड़ो। दो दिन आँख को विश्राम दो और यह दवा डालो, जिससे यह आँख दुःखनी बंद हो जाएगी। एक आँख चली गई, उसके विषय में विचार मत करो अपितु एक आँख स्वस्थ है, उसे स्वस्थ ही रखना है। इस विषय में विचार करो और उसका ध्यान रखो।

इस प्रकार हम समस्या पर ज्यादा विचार न करते हुए समाधान पर ज्यादा विचार करें और समाधानवादी बनें, जिससे जिन्दगी जन्नत का रूप संप्राप्त करें।

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
कैलीपर	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

अधिक जानकारी के लिए कॉल करें
मो नं. : +91-294-6622222 वाट्सअप : +91-7023509999
आपके अपने संस्थान का पता
नारायण सेवा संस्थान - 'सेवाधाम', सेवानगर, हिरण मगरी, सेक्टर-4, उदयपुर-313002 (राजस्थान) भारत

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