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-2368 • उदयपुर, शुक्रवार 18 जून, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

एपल पर भारतीय प्रभाव

एपल की नजर भारतीय भाषाओं पर है। उसने घोषणा की है कि उसका आर्टिफिशियल वचुर्अल असिस्टेंट सिस्टम यानी सीरी (स्पीच इंटरप्रेटेशन एंड रिकॉग्नेशन इंटरफेस) अंग्रेजी के साथ नौ भारतीय भाषाओं हिंदी, तेलगु, कन्नड़, मराठी, तमिल, बांग्ला, गुजराती, मलयालम और पंजाबी भाषाओं को सपोर्ट करेगा। अंग्रेजी के साथ चार बहुभाषाओं के शब्दकोष भी अपडेट होंगे। इसमें तमिल, तेलगु, गुजराती और उर्दू शामिल है। एपल ने वर्ल्डवाइड डेवलपर कॉन्फ्रेंस में आइओएस 15 का ऐलान किया है। नए सॉफ्टवेयर अपडेट के साथ कंपनी ने काफी बदलाव किया है। फेसटाइम को वेग के लिए भी लाने का ऐलान किया है। आइपैड ओएस, एपल वॉलेट और आइक्लाउड अपडेट्स की भी घोषणा की।

आइओएस 15– आइओएस 15 में फेसटाइम के लिए स्पेशल ऑडियो का फीचर दिया है। इससे कॉल पहले से ज्यादा कंफर्टेबल और नैचुरल हो जाएगी। यहां शेयरप्ले का भी फीचर मिलेगा। इससे यूजर्स फेसटाइम पर ही अपने दोस्तों के साथ वीडियो देख पाएंगे या म्यूजिक सुन पाएंगे। इसी तरह यहां मैसेज के लिए भी अपडेट दिया गया है। अपडेट के जरिए यहां नया शेयर्ड विद् यू सेक्शन दिया गया है। अपडेट के जरिए यहां नया शेयर्ड दिया गया है। –इसी तरह आइओएस 15 में को नोटिफिकेशन्स के लिए डेडिकेटेड मोड, कैमरे में गूगल लेंस जैसा फीचर, फोटोज के मेमोरीज सेक्शन के लिए अपडेट, फोटोज के लिए स्पॉटलाइट सर्च का सपोर्ट मिलेगा।

वर्ल्डवाइड डेवलपर कॉन्फ्रेंस की खास बातें– एयरपॉड आइपैड– आइपैड ओएस होम स्क्रीन पर ज्यादा विजेट्स। स्पिलिट व्यू और क्विक नोट फीचर भी। एयरपॉड्स में अनाउंस नोटिफिकेशन भी।

मैप्स– एपल मैप्स का विस्तार। शहरों के लिए ज्यादा डिटेल देगी। 3डी डायरेक्शन भी मिलेंगे।

आइक्लाउड– अकाउंट रिकवरी का ऑप्शन। एक कोड मिलेगा। कंपनी ने कुछ हेल्थ फीचर्स भी पेश किए हैं।

वॉचओएस 8– नया रिलेक्ट फीचर, फोटोज और वर्कआउट के लिए भी कई अपडेट्स। एक बड़ा अपडेट ये भी है कि सीरी का सपोर्ट अब थर्ड पार्टी डिवाइसेज के लिए मिलेगा।

एपल वॉलेट– होटल रूम कीज सपोर्ट जल्द। आइडी इंफॉर्मेशन भी अपडेट कर रही है। एपल वैदर के अपडेट के नए डिजाइन।

प्राइवेसी– कई प्राइवेसी फीचर्स की घोषणा। मेल प्राइवेसी प्रोटेक्शन जोड़ा। एपल ने सीरी के लिए डिवाइस स्पीच रिक्गनिशन भी शामिल।

सेवा–जगत्
निःस्वार्थ सेवा- नारायण सेवा संस्थान

नारायण गरीब परिवार राशन योजना तहत् अहमदाबाद में जरुरतमंदों को राशन वितरण

नारायण सेवा संस्थान की ओर से गत रविवार को आयोजित कार्यक्रम में शहर के इसनपुर क्षेत्र में 76 जरूरतमंदों को राशन किट वितरित किये गये। संस्था के पदाधिकारियों के अनुसार लॉकडाउन के बाद नारायण सेवा संस्थान गरीब, बुजुर्ग और वंचितों को 29,798 राशन किट, 94,502 मास्क वितरण और मेडिसिन किट वितरित कर रहा है।

संस्थान के अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल के अनुसार जिन्होंने महामारी में कमाई का स्रोत खो दिया है, उनकी मदद के लिए सभी आवश्यक राशन सामग्री उपलब्ध कराई जा रही है।

राशन किट वितरण के दौरान 'मास्क है जरूरी' व सोशल डिस्टेंसिंग का सख्ती से पालन करने की अपील की जा रही है। शहर के अलग–अलग इलाकों में जरूरतमंदों को सामग्री वितरित की गई।

मदद को तरसती पत्नी और मासूमों को नारायण सेवा ने संभाला

उदयपुर जिले के आदिवासी बहुल जोर जी का खेड़ा निवासी मीना (बदला हुआ नाम) का पति अहमदाबाद में नमकीन की दुकान पर काम करता था। खराब तबीयत के चलते वो गांव आया और दो दिन बाद मृत्यु हो गई। एक तरफ पत्नी पति की मौत से दुःखी थी तो दूसरी तरफ तीन बेटियों और वृद्ध सासु माँ की चिंता सता रही थीं। असमय मौत से असहाय हुए परिवार के घर में न आटा है न दाल न ही राशन। भोजन को मोहताज परिवार पर ताऊते तूफान का कहर भी ऐसा बरपा कि टूटी–फूटी छत ही उड़ गई। परिवार के पांचों जन ने बारिश में भीगकर रातें गुजारी तो अब तेज धूप में तपने को मजबूर है।

नारायण सेवा संस्थान ने ली सुध–

संस्थान अध्यक्ष प्रशांत अग्रवाल ने बताया कि आदिवासी क्षेत्रों में राशन बांटने वाली टीम को पता चला तो वे वहाँ पहुंचे। दुःखी परिवार को ढांढस बंधाया और मदद के लिये आगे आये।

हर माह मिलेगा राशन–

मृतक मजदूर परिवार को संस्थान ने मौके पर ही महीने भर का आटा, चावल, तेल, शक्कर, चाय, दाल और मसाले दिए। हर माह परिवार का पेट भरने को राशन दिया जाता रहेगा।

संस्थान बनाएगा पक्की छत –

बारिश, धूप और गर्मी झेल रहे परिवार की समस्या निदान के लिए पक्की छत का निर्माण संस्थान द्वारा करवाया जाएगा।

तीनों बेटियों को पढ़ाने में भी मदद–

संस्थान ने मृतक मजदूर के परिवार को भरोसा दिलाया कि इन बेटियों को पढ़ाने में पूरी मदद की जाएगी।

दिव्यांगों को सक्षम, सशक्त और प्रोत्साहित करेगा राष्ट्रीय डिजिटल स्वास्थ्य मिशन

– श्री प्रशान्त अग्रवाल, अध्यक्ष नारायण सेवा संस्थान

कोविड–19 एक तूफान की तरह आया है और इसके कारण अचानक जो बदलाव हुए हैं, उन्होंने पूरी दुनिया को थोड़ा और आधुनिक बना दिया है। सिर्फ फार्मेसी ही नहीं, तकनीक, विज्ञान और अन्य क्षेत्रों के वैश्विक ढ़ांचे में भी बदलाव हुए हैं। इसमें सबसे ज्यादा आश्चर्य की बात यह है कि हम किस तरह इन बदलावों के साथ चल रहे हैं। पिछले कई वर्षों से स्वास्थ्य के इंफ्रास्ट्रक्चर को ऑनलाइन प्लेटफार्म पर लाने के जबरदस्त प्रयास चल रहे हैं और कोविड–19 के दुनिया भर में बढ़ते मामलों ने सभी अर्थव्यवस्थाओं को अपने स्वास्थ्य इंफ्रास्ट्रक्चर को मजबूत करने के लिए मजबूर किया है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन की ग्लोबल स्ट्रेटेजी ऑन डिजिटल हेल्थ 2020–2024 रिपोर्ट बताती है सब जगह, सब आयु वर्ग और सब के लिए स्वस्थ जीवन और जीवनशैली को प्रोत्साहित करना इसका मुख्य उद्देश्य है। 2019 में जारी यह रिपोर्ट कहती है कि सभी देशों में स्वास्थ्य सुविधाओं को आगे बढ़ाने और सहायता करने तथा सस्टेनेबल डेवलपमेंट गोल को प्राप्त करने में डिजिटल हेल्थ सहायक रहेगी।

यह स्वास्थ्य को बेहतर करने तथा बीमारियों को रोकने में भी सहायक रहेगी। इसी को देखते हुए रिपोर्ट में यह सुझाव दिया गया था कि इसकी संभावनाओं का पूरा इस्तेमाल करने के लिए राष्ट्रीय या क्षेत्रीय डिजिटल स्वास्थ्य प्रयास एक मजबूत रणनीति के तहत किये जाने चाहिए।

इस रणनीति में वित्तीय, संगठनात्मक, मानवीय और तकनीकी संसाधनों का समावेश होना चाहिए।

इस रणनीति पर विचार और काम करते हुए कई देशों ने डिजिटल स्वास्थ्य रणनीतियों को तेजी से लागू करना शुरू किया है। इसी तरह की एक रणनीति भारत सरकार ने विकसित की है जिसे राष्ट्रीय डिजिटल स्वास्थ्य मिशन कहा गया है।

राष्ट्रीय डिजिटल स्वास्थ्य मिशन का मुख्य उद्देश्य एक ऐसा मजबूत डाटाबेस तैयार करना है जिसमें समावेशी स्वास्थ्य इंफ्रास्ट्रक्चर को शामिल किया जाएगा। इसके जरिये ऐसे पहचान पत्र तैयार किए जाएंगे जिनसे देश के प्रत्येक व्यक्ति को बाधारहित स्वास्थ्य सेवाएं मिलती रहें। हालांकि स्वास्थ्य के इंफ्रास्ट्रक्चर को बेहतर बनाने के गम्भीर प्रयास किए गए हैं लेकिन दिव्यांगों को बाधारहित स्वास्थ्य सेवाएं प्राप्त करने में आज भी कई चुनौतियों का सामना करना पड़ता है।

दिव्यांगों के सामाजिक समावेशन के विचार को ध्यान में रखते हुए राष्ट्रीय डिजिटल स्वास्थ्य मिशन दिव्यांगों को इस तरह सक्षम, सशक्त और प्रोत्साहित करेगा कि वे अपनी मनचाही स्वास्थ्य सेवाएं मांग सकें और प्राप्त कर सकें। मिशन को इस तरह बनाया गया है कि यह सभी के लिए बिना भेदभाव का एक ही तरह का प्लेटफार्म उपलब्ध कराएगा और स्वास्थ्य पहचान पत्रों के जरिये सामाजिक समावेशन करेगा। इससे हर व्यक्ति और दिव्यांग का अलग ई–रेकॉर्ड तैयार हो सकेगा। अब बड़े संस्थानों ने अपनी बाहें खोल दी हैं और दिव्यांगों को अपने यहां काम दे रहे हैं क्योंकि अब ऐसे कई कौशल आधारित कार्यक्रम उपलब्ध हैं जो दिव्यांगों को काम के लिए तैयार कर देते हैं।

महत्वपूर्ण बात यह है कि उनके पास अपनी स्वास्थ्य रिपोर्ट रहेगी जिससे ये संस्थान अपने केंडिडेट चुनते समय अपनी जरूरत के हिसाब से निर्णय कर सकेंगे। नारायण सेवा संस्थान वर्षों से इस तरह के सफल प्रयास कर रहा है जिससे इन दिव्यांगों को उसी तरह का वातावरण मिल सके जो मुख्य धारा के कैंडिडेट्स को मिलता है। नारायण सेवा संस्थान इन दिव्यांगों को कौशल विकास का प्रशिक्षण देने से लेकर एक बेहतर जीवनशैली का अवसर देने तक का प्रयास कर रहा है। यहां इनकी क्षमताओं को बढ़ाकर उन्हें जीवन के हर क्षेत्र की चुनौतियाँ का सामना करने के लिए तैयार किया जा रहा है। राष्ट्रीय डिजिटल स्वास्थ्य मिशन में इन दिव्यांगों के ई–रेकॉर्ड होंगे जिससे सरकार को इन्हें दिए जाने वाले उपचार के बारे में भविष्य की योजनाएं बनाने में मदद मिलेगी और ये लोग मुख्य धारा के वातावरण के लिए तैयार हो सकेंगे।

राष्ट्रीय डिजिटल स्वास्थ्य मिशन के लागू होने के बाद दिव्यांगों के लिए कई सकारात्मक पहल होती दिखेगी। इनमें किफायती जैविक उत्पाद और उपचार शामिल होंगे। इसके जरिए उन नई तकनीकों को भी बढावा मिलेगा जो दिव्यांगों के उपचार के लिए जरूरी सामान देश में ही तैयार हो सकेगा। राष्ट्रीय डिजिटल स्वास्थ्य मिशन पूरे स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र को साथ लाकर दिव्यांगों को सक्षम, सशक्त और प्रोत्साहित करेगा ताकि वे अपनी मनचाही स्वास्थ्य सेवा मांग और प्राप्त कर सकें।

यह मिशन नए उभरते हुए उद्यमियों और स्टार्टअप्स या घरेलू व्यवसायों को दिव्यांगों के लिए उपयोगी किफायती और आसानी से उपलब्ध उत्पाद व स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने के अवसर निश्चित रूप से प्रदान करेगा। नारायण सेवा संस्थान सरकार द्वारा किए जा रहे प्रयासों की सराहना करता है और इसके उददेश्य का पूरी तरह समर्थन करता है, क्योंकि इससे ना सिर्फ पूरे स्वास्थ्य ढांचे को बदलने में मदद मिलेगी, बल्कि देश में स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने में पारदर्शिता भी आएगी।

कोरोना प्रभावितों को नि:शुल्क एम्बुलेन्स सेवा

संस्थान ने कोरोना की दूसरी वेव में कोरोना संक्रमित रोगियों, परिजनों अथवा बीमार लोगों के सेवार्थ निःशुल्क एम्बुलेंस की सेवा दिनांक 18 अप्रैल से शुरू की। संस्थान की 8 एम्बुलेंस इस सेवा में 24 घण्टे जुटी हुई है। अभी तक हजारों बीमारों एवं कोरोना प्रभावितों की मदद पहुंचाई जा चुकी है। इस कोरोना संकल्प में यह सेवा बहुत ही उपयोगी सिद्ध हो रही है। लोगों की जाने बच रही है। अतः आपश्री सेवा में मदद करें।

सम्पादकीय

भक्ति जगत् में दो वाक्यांश प्रचलित हैं। एक है–हरिकृपा और दूसरा है हरि इच्छा। यदि अपने अनुकूल कोई कार्य संपादित हो गया तो हरिकृपा। यदि कोई कार्य अपने मनानुसार नहीं हो पाया तो हरि इच्छा। यानी जो कुछ भी हुआ वह केवल मेरे प्रयास से संभव न था। प्रयास तो हरेक व्यक्ति करता ही है पर सफलता हरेक को कहाँ मिलती है, इसलिये जब तक हरिकृपा नहीं होगी तब तक कार्य हो पाना असंभव है। श्रेय मेरा नहीं हरि का है। मैं तो केवल चाहने वाला या करने वाला हूँ, कराने वाला तो हरि ही है।

ठीक वैसे ही कोई कार्य मेरे अनुसार नहीं हो पाया तो उसमें हरि की इच्छा रही होगी, क्योंकि हो सकता है यह समय उस कार्य की सिद्धि के लिये ठीक नहीं होगा। मैंने तो चाहा व किया पर वह उचित था कि नहीं, अभी आवश्यक था या नहीं ? यह तो हरि ही जानता है। इसलिये नहीं हो पाया तो मैं क्यों मन में मलाल रखूं। हरि इच्छा थी कि यह कार्य अभी इस रूप में न हो। ये दोनों सूत्र अहंकार और विषाद दोनों आवेगों को नियंत्रित करने के रामबाण सूत्र हैं। इन्हें अपनाने वाला सदा प्रसन्न व निर्भार रहता है।

कुछ काव्यमय

सत्संग का साबुन अंतस् के मैल से
मुक्त कर देता है।
निर्मल मन वाला ही
परमात्मा के दिल में
प्रवेश लेता है।
पावन करने हो,
हमारे बाह्य व अंतर अंग।
तो भगीरथ प्रयास है,
नियमित सत्संग।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

देने का आनंद

प्रसन्नता तो चंदन है,
दूसरे के माथे पर लागाइए
आपकी अंगुलियाँ अपने आप महक उठेंगीं।

एक बार एक शिक्षक, अपने एक युवा शिष्य के साथ टहलने निकले। उन्होंने देखा कि रास्ते में पुराने हो चुके एक जोड़ी जूते उतरे हैं, जो सम्भवतः पास के खेत में काम कर रहे गरीब मजदूर के थे, जो अब अपना काम खत्म कर घर वापस जाने की तैयारी कर रहा था। शिष्य को मजाक सूझा, उसने शिक्षक से कहा, "गुरुजी, क्यों न हम ये जूते कहीं छिपा कर झाड़ियों के पीछे छिप जाएँ, जब वह मजदूर इन्हें यहाँ नहीं पाकर घबराएगा तो बड़ा मजा आएगा।"

शिक्षक गम्भीरता से बोला, "किसी गरीब के साथ इस तरह का मजाक करना ठीक नहीं है, क्यों ना हम इन जूतों में कुछ सिक्के डाल दें और छिपकर देखें कि इसका मजदूर पर क्या प्रभाव पड़ता है।"

शिष्य ने ऐसा ही किया और दोनों

पास की झाड़ियों में छिप गए। मजदूर जल्द ही अपना काम खत्म कर जूतों की जगह पर आ गया। उसके जैसे ही एक पैर जूते में डाला, उसे किसी कठोर चीज का आभास हुआ। उसने जल्दी से जूते हाथ में लिए और देखा कि अंदर कुछ सिक्के थे। उसे बड़ा आश्चर्य हुआ और वह सिक्के हाथ में लेकर बड़े गौर से उन्हें पलट–पलट कर देखने लगा। फिर उसने इधर–उधर देखा। दूर–दूर तक कोई नजर नहीं आया तो उसने सिक्के अपनी जेब मे डाल लिए। अब उसने दूसरा जूता उठाया, उसमें भी सिक्के पड़े थे। मजदूर भाव–विभोर हो गया। उसकी आँखों में आंसू आ गए। उसने हाथ जोड़कर ऊपर देखते हुए कहा, "हे भगवान ! समय पर प्राप्त इस सहायता के लिए उस अनजान सहायक का लाख–लाख धन्यवाद। उसकी सहायता और दयालुता के कारण आज मेरी बीमार पत्नी को दवा और भूखे बच्चों को रोटी मिल सकेगी।"

मजदूर की बातें सुन शिष्य की आँखें भर आईं। शिक्षक ने शिष्य से कहा, "क्या तुम्हारी मजाक वाली बात की अपेक्षा जूते में सिक्का डालने से तुम्हें कम खुशी मिली?"

शिष्य बोला, "आपने आज मुझे जो पाठ पढ़ाया है, उसे मैं जीवन भर नहीं भूलूँगा। आज मैं उन शब्दों का मतलब समझ गया हूँ, जिन्हें मैं पहले कभी नहीं समझ पाया था कि लेने की अपेक्षा देना कहीं अधिक आनन्ददायी है। देने का आनन्द असीम हे, देना देवत्व है।"

यदि आप पैंसिल बनकर किसी का सुख नहीं लिख सकते, तो कोशिश करो कि रबड़ बनकर, दूसरों का दुःख मिटा दो।

–कैलाश 'मानव'

सफलता के सोपान

हमारे लिये बहुत अच्छी बातें हैं। जो माली है, जो बगीचा तैयार करता है, वो अच्छे–अच्छे सुन्दर फूल लेकर अपने बगीचे में लगाता है। वो कांटे के पेड़ नहीं लगाता है। हम भी अपने जीवन में कांटे नहीं बोयें, सुन्दर – सुन्दर सुगन्धित पुष्प लगायें, उसके लिए अच्छा है आप अच्छा देखें, आप क्या चैनल देखते हैं? आप क्या खबर पढ़ते है? आप वातावरण में क्या देख रहे है? उस पर आपके जीवन पर बहुत असर पड़ेगा। आप कभी गंदी चीजें नहीं देखें, आप नकारात्मक चीजें नहीं देखें, ना ही नकारात्मक सुनें। गांधी जी के तीन बन्दर थे, पहला ना ही बुरा सुनो, न बुरा देखो, न बुरा बोलो, ये तीन बन्दर और इन तीन बन्दर से बहुत कुछ सीख ले सकते हैं। गांधी जी ने एक बात बहुत सुन्दर कही थी मैं नहीं मेरी जीवन पोथी बोले। मतलब मेरा जीवन जो चल रहा है मैं किसी में लिख दूं वो नहीं बोले, मेरा जीवन जैसा है उससे प्रेरणा मिलनी चाहिये।

हम भी तीन बन्दर की तरह अपने जीवन में ये आत्मविश्वास कर लें, न बुरा देखेंगे न बुरा सुनेंगे, न बुरा बोलेंगे, आप देखेंगे कि आप चमकने लग जायेंगे, आप विश्व में अलग से दिखने लग जायेंगे। आपका मान सम्मान बढ़ जायेगा। आपको सब चाहने लग जायेंगे। आप सफलता में बहुत आगे बढ़ जायेंगे। आप सफलता के अन्तिम सोपान तक पहुंच जायेंगे। ये कुछ सत्य है जो हमारे जीवन में उतरने चाहिये।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

इन चीजों से कैलाश की व्यस्तता बढ गई। व्यस्त रहो, मस्त रहो और स्वस्थ रहो उसके जीवन का अंग बन गया। एक बार फिर वह कुछ बोर्ड लगाने अस्पताल गया तो वहां अपने पड़ोस की एक महिला को भर्ती पाया। उससे हाल चाल पूछा तो उसने बताया कि उसे खून की जरूरत है, डाक्टर कह रहे हैं कि एक बोतल खून नहीं चढाया तो मैं मर जाऊंगी। मुझे कोई खून देने वाला भी नहीं, अब मैं क्या करूं, कहां से खून लाऊंगी, कहते कहते महिला रोने लगी।

उसे देख कैलाश का मन पसीज गया। उसने महिला को चुप कराते हुए कहा– रोओ मत बाई, तुम्हें खून मैं दूंगा। उसकी बात सुन महिला चुप होने की बजाय और जोरों से रोने लगी। कैलाश महिला को सांत्वना दे डाक्टर के पास गया और कहा कि वह खून देने को तैयार है। उस समय शायद अस्पताल में ब्लड बैंक जैसी कोई व्यवस्था भी नहीं थी।

डाक्टर ने कैलाश को थोड़ी देर बाहर बैठने को कहा तो वह एक बेन्च पर प्रतीक्षा करने लगा। एक घन्टा, दो घन्टे में परिवर्तित हो गया, डाक्टर का बाहर आने का नाम ही नहीं। कैलाश का धैर्य जवाब दे चुका था, वह तुनक कर डाक्टर के पास गया और जोर जोर से बोलने लगा कि अभी तक तो आप महिला से खून लाने की जल्दी कर रहे थे, अब मैं खून देने को तैयार हूँ तो आप देरी क्यूं कर रहे हो? कैलाश के तेज स्वरों से डाक्टर सहम गया, वह गिड़गिड़ा कर बोला कि उसे खून लेना नहीं आता, बड़े डाक्टर साहब आयेंगे तभी खून लिया जायगा।

अंश - 38

बुद्धिमान से करें मन की बात

एक छोटा–सा वाक्य या प्रसंग हमारा जीवन बदल सकता है। हम कोई भी कार्य एकनिष्ठ, तन्मय और एकाग्र होकर करें तो आनन्द आयेगा।

एक गुरु ने शिष्यों की शिक्षा पूर्ण होने के बाद अंतिम सीख देने के लिए शिष्यों को अपने पास बुलाया और 3मूर्तियाँ सामने रखकर पूछा कि इन तीनों में क्या अन्तर है? सभी शिष्यों ने उन्हें देखा, पहली मूर्ति के दो कानों में छेद थे। दूसरी के एक कान में और मुँह में छेद था। तीसरी मूर्ति के एक कान में छेद था।

गुरूजी ने शिष्यों से पूछा कि इससे आपको कुछ समझ आया, तो शिष्य कहने लगे –नहीं गुरुदेव। आप क्या सीख देना चाहते हैं, कृपया बताएँ।

गुरूजी ने कहा कि पहली मूर्ति के दोनों कानों में छेद हैं, इसमें हमें यह सीख मिलती कि दुनिया में कुछ लोग अपने मित्र की बातों को एक कान से सुनकर, दूसरे से निकाल देते हैं। उस पर ध्यान ही नहीं देते। ऐसे लोगों से कभी बात ही न करें। दूसरी मूर्ति के एक कान में और मुँह में छेद है– इससे यह समझना चाहिए कि कुछ लोग मित्रों के राज़ की बात एक कान से सुनते हैं और मुँह से कह देते हैं। ऐसे लोगों से कभी अपनी बात नहीं कहनी चाहिए और तीसरी मूर्ति के केवल एक कान में छेद है, इससे हमें यह सीख लेनी चाहिए कि कुछ समझदार लोग ऐसे भी होते हैं, जो सबकी सुनते हैं, पर कहते किसी को नहीं। बस, ऐसे ही लोगों को मित्र बनाना चाहिए। ऐसे व्यक्ति को अपना मित्र, सलाहकार, गुरु बनाइए, जिनसे आप मन की बात कर सकें। सलाह ले सकें या किसी विशेष विषय पर विचार–विमर्श कर सकें। जिनसे आप ज्ञान प्राप्त कर सकें। कहते हैं कि एक मरीज अपने डॉक्टर से कुछ नहीं छुपाता है। ठीक उसी तरह आपको भी अपने गुरु– मित्र सलाहकार से कोई बात नहीं छुपानी चाहिए, लेकिन उस मित्र का भी कर्तव्य है कि वो संबंधों की विश्वसनीयता च गोपनीयता बनाए रखे। ऐसे ही लोग यदि मित्र होंगे तो जीवन सुखी होगा।

सज्जन लोगों की संगत परफ्यूम की दुकान की तरह होती है। आप चाहे कुछ खरीदें या नहीं, आपको खुशबू जरूर मिलती है।

ठीक से हाथ धोना जरुरी

इस बात पर गौर कीजिए कि दिन भर में आप कितनी चीजों को हाथ लगाते हैं। घर से लेकर बाहर तक न जाने कितनी चीजों को दिन भर हाथ लगाना पड़ता है, जिन्हें गिनना भी मुश्किल है। ऐसी चीजों पर मौजूद कीटाणु आपके हाथ से होते हुए आपके मुंह द्वारा शरीर में प्रवेश कर जाते हैं।

दिन भर हाथ में दस्ताने पहन कर काम करना भी मुश्किल होता है क्योंकि इन कीटाणुओं से तभी बचा जा सकता है। मगर हैंडवाश एक उपाय है जिससे इन कीटाणुओं से होने वाली बीमारी से आसानी से बचा जा सकता है। मगर एक हकीकत यह भी है कि बच्चे तो छोड़िए बड़े भी ठीक से हाथ धोना नहीं जानते। बच्चों को ठीक से हाथ धोना सिखाना जरुरी है क्योंकि बच्चे जल्दी बीमार होते हैं। हर साल लगभग 40 लाख से भी ज्यादा बच्चे दस्त के कारण संक्रमण के शिकार हो जाते हैं। दस्त से हुए संक्रमण से बच्चों की जान भी चली जाती है। हेल्दी हैंड वॉश का तरीका शायद ही लोगों को पता होगा।

अच्छी तरह हाथ धोना बचपन से ही सिखाया जाना जरूरी हैं। हाथ धोने के लिए लिक्विड साबुन का ही प्रयोग ठीक रहता है।

अगर आप यह सोचते हैं कि किसी भी बीमारी के लिए एंटीबायोटिक देना सबसे बेहतर तरीका है, तो आपको एक बार फिर से सोचना चाहिए। बीमारी फैलाने वाले कीटाणु से बचने का सबसे बेहतर तरीका है हेल्दी हैंड वॉश।

अनुभव अमृतम्

चौधरी साहब बोले मैं इन्दरमल चौधरी और आप उमेदाराम गुर्जर 3 महिने निकल गये। एक दिन ऑर्डर आया। आपका ट्रान्सफर पाली मारवाड़ में किया जाता हैं। उस समय लोवर सलेक्शन ग्रेड़ आफिस था एल.एसजी वहाँ गये। बस स्टेण्ड के थोड़ा पास ही कुमावतों के मोहल्ले में एक भैरुलाल जी कुमावत साहब का मकान किराया लिया। छोटा भाई उनकी धर्मपत्नी आदरभाव–सम्मान जीजीबाई कहने लगे उनको। पास में मकान लिया हुआ। साहब पी.ए. असिस्टेंट पोस्ट मास्टर साहब का। पास का मकान पी. ए. साहब ने किराया ले रखा था। बस स्टेण्ड के पास में बड़ी सी बिल्डिंग पोस्ट ऑफिस की, उसके पास में टेलिफोन एक्सचेंज कश्यप साहब पोस्ट मास्टर साहब। एक हॉल के बीचों–बीच में एक तख्ता दो–तीन तख्ते लगे हुए। तख्ते के ऊपर दो–तीन कुर्सी। ये पोस्ट ऑफिस काउन्टर, ये टेलिफोनों के बिल जमा करवाने का काउन्टर। वी.पी. पार्सल, पार्सल काउन्टर। इन्श्योरेंस लेटर, रजिस्टर्ड लेटर, रजिस्ट्रियां डिलेवरी बेग, डिलेवरी बाबू, मेलिंग बाबू, खूब प्रसन्न। रविवार को सुबह 4:00 बजे आता। सोमवार को सुबह 4:00 बजे आता। डबल डाक सोर्टिंग पोस्टमैंन साहब सभी अच्छे। पोस्ट मास्टर साहब का सबसे पारिवारिक प्रेम हो गया। स्नेह हो गया। बहुत आदर बहुत सम्मान। इन्हीं भावनाओं के साथ चलते रहे।

हृदय के पटल पर जब खिड़कियों को खोलते हैं तो एक खिड़की खुलती है मफत काका साहब का सोयाबीन तेल आ गया। पी.एन.टी कॉलोनी के गोदाम में रख दिया। 20–20 किलो का तेल का डिब्बा और पच्चास किलो के शुगर के बेग, 25 किलो दूध का पाउडर कुछ पी.एन.टी. कॉलोनी में ऊपर रखा। पास क्या? एक शटरवाला गोदाम था। दिनभर वहाँ गाय, कुत्ते सब पशु–पक्षी आकर बैठते थे। विचार किया पौष्टिक आहार बनाना हैं। गोदाम का प्रयोग किया। भट्टी बनायी। 20 किलो तेल उबाला तेल जब उबलने लगा तो उसमें 40 किलो आटा डाला, हिलाते गये। जब हल्का सा लाल होने लगा खुरपे से उतारकर के नालीदार लोहे की चद्दरे धुली हुई नालीदार चद्दरों में वो सब कुछ डाला। थोड़ा गर्म रहा तब 30 किलो शक्कर मिलायी। 20–40–60 – 90 किलो का पौष्टिक आहार एक बार में हिला रहे हैं। उसको प्लास्टिक की थेली में भर रहे हैं।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 165 (कैलाश 'मानव')

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
केलीपर	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