आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353
डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2018-2020

प्रेषण :- कार्यालय चीफ सर्कल पोस्ट ऑफिस ,उदयपुर
प्रेषण दिनांक:- प्रतिदिन

दैनिक समाचार–पत्र

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 8 • अंक-2185 • उदयपुर, गुरुवार 17 दिसम्बर, 2020 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

ला-नीना का असर, 3 माह पड़ेगी कड़ाके की ठण्ड

प्रदेश में इस बार दिसंबर, जनवरी और फरवरी में कड़ाके की सरदी पड़ेगी। मौसम विभाग ने 3 महीने का पूर्वानुमान जारी कर कहा है कि प्रशांत महासागर में ला–नीना के असर के कारण प्रदेश में रात का औसत पारा सामान्य से 1.17 डिग्री तक नीचे जाएगा।

मौसम विभाग के निदेशक ने बताया कि प्रशांत महासागर में पूर्वी और मध्य सतह पर तापमान सामान्य से कम बना हुआ है। विशेषज्ञों के अनुसार यह स्थिति अगले 3 महीने तक रहेगी। ऐसे में न्यूनतम तापमान पश्चिमी राजस्थान में सामान्य से 1.17 और पूर्वी राजस्थान में सामान्य से 0.52 डिग्री नीचे तक जाएगा। प्रशांत महासागर में जब भी ऐसी स्थितियां बनी, उत्तरी भारत में ठंड ज्यादा रही है।

प्रवासी परिन्दों को दखल नहीं अनुकूल माहौल दें, ताकि चहचहाता रहे 'सुकून'

प्रवासी परिन्दो को राजस्थान आना और प्रवास करना पसन्द है लेकिन अनुकूल माहौल नहीं मिले तो ये जगह बदलने में देर नहीं लगाते। पर्याप्त भोजन–पानी नहीं मिलने, मानवीय दखल बढ़ने पर ये पक्षी रूख मोड़कर नया ठिकाना खोजते हैं। जोधपुर मे पक्षी आंशिक रूप से कम से कम हुए हैं लेकिन कई जगह कुरजां की आवक बढ़ी है। उदयपुर में प्रवासी पक्षियों की तादात बढ़ी है। मेनार में तालाबों में पक्षियों के लिए भोजन उपलब्ध है। पक्षियों के संरक्षण के प्रति ग्रामीण भी सचेत है।

यहां पानी की कमी व अन्य कारणों से पक्षियों ने मुंह मोड़ा

हनुमानगढ़– पीलीबंगा तहसील के बड़ापोल व जाखड़वाली गांव के आसपास सेम का पानी बड़ी मात्रा में फैला हुआ था। अब यह पानी सूख गया तो पक्षी आना बंद हो गए है।

बूंदी– जिले में पेलिकन की संख्या कम हुई है। इस प्रजाति पर संकट खड़ा हो गया। सारस भी यहां लुप्त से हो गए, जो बरधा बांध तक सीमित हैं।

दौसा– गेटोलाव सरोवर से अवैध पानी के दोहन से इस वर्ष प्रवासी पक्षी यहां नहीं आए।

प्रतापगढ़– जलाशयों में पानी कम होने से अवैध दोहन से प्रवासी पक्षियों की संख्या कम हुई है।

पक्षियों की राह में बाधक कारक

- जलस्रोतों पर पक्के निर्माण।
- जलस्रोतों पर मानवीय हस्तक्षेप बढ़ने से पक्षियों आजादी में खलल।
- जलस्रोतों के आसपास शिकार की बढ़ती घटनाएं।
- जलाशयों आदि में पानी की कमी।
- खेतों में पर्याप्त भोजन नहीं मिलना।
- हवा में झूलते बिजली के तार।
- थार के क्षेत्रों में विंड मिलों के पंखों से टक्कर।
- आश्रय स्थलों पर श्वान।

सेवा पथ पर आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

वृद्ध और पोतों को मिला सम्बल

उदयपुर जिले के आदिवासी क्षेत्र चारों का फलां निवासी मेघा (60) वृद्धावस्था में पत्नी के संग जीवन की गाड़ी खींच रहे थे। इकलौता बेटा अलग रहता था करीब 9 माह पूर्व बेटे की पत्नी अपने तीन मासूम बच्चों को छोड़कर अन्यत्र चली गई। अब वृद्धा दादा – दादी पर गृहस्थी की जिम्मेदारी आ पड़ी। लॉकडाउन में बेटे की मजदूरी छूट गई और मदिरापान की उसकी लत के चलते परिवार भूखमरी के मुहाने पर जा खड़ा हुआ, जहां ईश्वर के अलावा कोई दूसरा मददगार नजर नहीं आ रहा था।

ऐसे में एक दिन नारायण सेवा संस्थान की टीम गांव में गरीबों को राशन की मदद पहुंचाने के ध्येय से पहुंची तो स्थानीय लोगों में वृद्ध मेघा और तीन पोतों के उनसे मिलवाया। उनकी विकट स्थिति देखकर संस्थान में हर माह राशन सामग्री देने का फैसला लिया। नन्हें नन्हें बच्चों को वस्त्र एवं पोषाहार भी दिया गया।

मेघा ने कहा कि बुढापें में पड़ोसियों और नारायण सेवा संस्थान ने मदद करके परिवार को काल के मुंह से निकाल लिया, मैं दिल से उनके लिए दुआ करता हूँ।

रुकेगा नहीं हरु किसान

गरीब हरूराम भील (30) अपने गांव पोकरण राजमथाई (जैसलमेर) में ट्रेक्टर ड्राइविंग करके परिवार चला रहा था कि 11 अक्टूबर 2019 को जुताई के लिए हरियापुर गांव गया। ट्रेक्टर–टोली लेकर किसान के खेत में जुताई के लिए पहुंचा। ट्रोली से कल्टीवेटर को उतारते हुए वह पांव पर अचानक गिर गया। दोनों पांव घटना स्थल पर ही क्षतिग्रस्त हो गए। आस–पडोस के लोगों ने गांव के प्रतिष्ठित व्यक्ति कैलाश राठी की मदद से उसे जोधपुर के गोयल हॉस्पीटल में भर्ती करवाया जहां 3 माह तक इलाज चला। इस दौरान बांया पांव काटना पड़ा और दांये पांव में स्टील प्लेट और रोड डाली गई लेकिन वह पांव अब भी टेढ़ा है। जैसे–तैसे हरूराम अपने पिता शंकरराम की मदद से घर पहुंचा लेकिन वो पूरी तरह से टूट चुका था। जीने की हिम्मत खो चुका था।

करीब एक माह पूर्व समाज सेवी अखिलेश दवे नारायण सेवा संस्थान के दिव्यांग सहायता कार्यों की जानकारी देकर उसे उदयपुर लाए। संस्थान के प्रोस्थेटिस्ट एवं आर्थोटिस्ट डॉ. मानस जी रंजन साहू ने कृत्रिम पांव लगाकर उसे कदम दर कदम चलने की सौगात दी तो भावी जीवन को लेकर हरूराम में उम्मीद की एक नई किरण जगी तथा संस्थान व सहयोगियों का धन्यवाद अर्पित किया अब वह गांव में चल फिर रहा है।

पानी से पहले पाल बांधे

बहुत समय पहले की बात है, आइस्लेंड के उत्तरी छोर पर एक किसान रहता था। उसे अपने खेत में काम करने वालों की बड़ी जरुरत रहती थी। लेकिन ऐसी खतरनाक जगह, जहाँ आये दिन आंधी–तूफ़ान आते रहते हों, कोई काम करने को तैयार नहीं होता था।

किसान ने एक दिन शहर के अखबार में इश्तहार दिया कि उसे खेत में काम करने वाले एक मजदूर की जरुरत है। किसान से मिलने कई लोग आये लेकिन जो भी उस जगह के बारे में सुनता, वो काम करने से मना कर देता।'अंततः एक सामान्य कद का पतला–दुबला अधेड़ व्यक्ति किसान के पास पहुंचा। किसान ने उससे पूछा, क्या तुम इन परिस्थितयों में काम कर सकते हो ? ह्म्म, बस जब हवा चलती है तब मैं सोता हूँ ."व्यक्ति ने उत्तर दिया।'

किसान को उसका उत्तर थोडा अजीब लगा लेकिन चूँकि उसे कोई और काम करने वाला नहीं मिल रहा था इसलिए उसने उस व्यक्ति को काम पर रख लिया।'

मजदूर मेहनती निकला, वह सुबह से शाम तक खेतों में मेहनत करता, किसान भी उससे काफी संतुष्ट था। कुछ ही दिन बीते थे कि एक रात अचानक ही जोर–जोर से हवा बहने लगी, किसान अपने अनुभव से समझ गया कि अब तूफ़ान आने वाला है। वह तेजी से उठा, हाथ में लालटेन ली और मजदूर के झोपड़े की तरफ दौड़ा।'

जल्दी उठो, देखते नहीं तूफ़ान आने वाला है, इससे पहले की सबकुछ तबाह हो जाए कटी फसलों को बाँध कर ढक दो, और बाड़े के गेट को भी रस्सियों से कस दो. किसान चीखा ? मजदूर बड़े आराम से पलटा और बोला, "नहीं जनाब, मैंने आपसे पहले ही कहा था कि जब हवा चलती है तो मैं सोता हूँ।

यह सुन किसान का गुस्सा सातवें आसमान पर पहुँच गया, जी में आया कि उस मजदूर को गोली मार दें, पर अभी वो आने वाले तूफ़ान से चीजों को बचाने के लिए भागा। किसान खेत में पहुंचा और उसकी आँखें आश्चर्य से खुली रह गयी, फसल की गांठें अच्छे से बंधी हुई थीं और तिरपाल से ढकी भी थी, उसके गाय–बैल सुरक्षित बंधे हुए थे और मुर्गियां भी अपने दड़बों में थीं बाड़े का दरवाजा भी मजबूती से बंधा हुआ था.सारी चीजें बिलकुल व्यवस्थित थी, नुक्सान होने की कोई संभावना नहीं बची थी। किसान अब मजदूर की ये बात कि जब हवा चलती है तब मैं सोता हूँ समझ चुका था, और अब वो भी चैन से सो सकता था।

बातों को छानो, फिर मानो

एक बार चाणक्य का एक परिचित उनसे मिलने आया और बोला – क्या तुम जानते हो कि मैंने तुम्हारे मित्र के बारे में क्या सुना है? चाणक्य ने उसे टोकते हुए कहा – एक मिनट रुको। इसके पहले कि तुम मुझे मेरे मित्र के बारे में कुछ बताओ, उसके पहले मैं तीन छलनी परीक्षण' करना चाहता हूं। मित्र ने कहा 'तीन छलनी परीक्षण?

चाणक्य ने कहा – जी हां मैं इसे तीन छलनी परीक्षण इसलिए कहता हूं क्योंकि जो भी बात आप मुझसे कहेंगे, उसे तीन छलनी से गुजारने के बाद ही कहें।' पहली छलनी है सत्य। क्या आप यह विश्वासपूर्वक कह सकते हैं कि जो बात आप मुझसे कहने जा रहे हैं, वह पूर्ण सत्य है? व्यक्ति ने उत्तर दिया – 'जी नहीं,' दरअसल वह बात मैंने अभी–अभी किसी से सुनी है। चाणक्य बोले – 'तो तुम्हें इस बारे में ठीक से कुछ नहीं पता है। आओ अब 'दूसरी छलनी लगाकर देखते हैं।

दूसरी छलनी है भलाई। क्या तुम मुझसे मेरे मित्र के बारे में कोई अच्छी बात कहने जा रहे हो? जी नहीं, बल्कि मैं तो..। तो तुम मुझे कोई बुरी बात बताने जा रहे थे लेकिन तुम्हें यह भी नहीं मालूम है कि यह बात सत्य है या नहीं। चाणक्य बोले। तुम एक और परीक्षण से गुजर सकते हो। तीसरी छलनी है उपयोगिता। क्या वह बात जो तुम मुझे बताने जा रहे हो, मेरे लिए उपयोगी है? शायद नहीं.. यह सुनकर चाणक्य ने कहा– जो बात तुम मुझे बताने जा रहे हो, न तो वह 'सत्य' है, न 'अच्छी' और न ही 'उपयोगी'। तो फिर ऐसी बात कहने का क्या फायदा?

जब भी आप अपने परिचित, मित्र, सगे संबंधी, स्वजाति बन्धु के बारे में कुछ गलत बात सुने ये तीन छलनी परीक्षण अवश्य करें।

संस्थान द्वारा ग्रामीणों को कम्बल और खाद्य सामग्री वितरित

दीन हीन और जरूरतमंदों की सेवा में निरंतर जुटी नारायण सेवा संस्थान ने शनिवार को पंचायत समिति कुराबड़ के अंतर्गत आने वाले झामरकोटड़ा और धमदारी गांवों के अति निर्धन लोगों को मासिक राशन और सर्दी से बचने के लिए कम्बल बांटे। निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने बताया कि कोरोना प्रॉटोकॉल की पालना करते हुए संस्थान टीम ने अभावग्रस्त 60 घरों तक राशन और कम्बलें पहुंचाई। दिलीप सिंह जी और मोहित जी मेनारिया ने सेवाएं दी।

सेवा का यह काम आपके सहयोग के बिना कैसे होगा सम्भव

NARAYAN

501	1700000	40	151000
401	1401000	13	52500
301	1051000	05	21000
201	711000	03	13000
101	361000	01	5000

NARAYAN

कृत्रिम अंग	10000
ट्राई साईकिल	5000
व्हील चेयर	4000
कैलिपर	2000
बैसाखी	500

NARAYAN

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

निर्माण सहयोगी बनें	51000 रू.

NARAYAN

नाश्ता, दोपहर व रात्रि भोजन सहयोग	37000
दोपहर व रात्रि भोजन सहयोग	30000
दोपहर अथवा रात का भोजन सहयोग	15000
केवल नाश्ता सहयोग	7000

NARAYAN

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

NARAYAN

प्रति बालक (18 वर्ष तक) सहयोग	100000 रू.

NARAYAN

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 बन्धुंओं को समाज की मुख्यधारा से जोड़ने के लिए हम कृतसंकल्परत हैं कृपया सामाजिक सेवा में आप भी हमारे साथ आये।

प्रशांत अग्रवाल
अन्तर्राष्ट्रीय अध्यक्ष

सम्पादकीय

किसी का भी जीवन हर दृष्टि से परिपूर्ण नहीं होता है। हरेक व्यक्ति में अनेक खूबियाँ होती हैं तो अनेक कमियां भी होती हैं। यह स्वाभाविक है। हमारी दृष्टि ज्यादातर लोगों की कमियों पर जाती है। किसी भी व्यक्ति में कमी निकालनी हो तो कोई भी यह कार्य कर सकता है। लेकिन यह दृष्टि ठीक नहीं मानी जा सकती है। जीवन हमें मिला है विधेयक दृष्टिकोण को विकसित करने के लिये। यह विधेयकता तभी फलीभूत होगी जब कि हमारी निषेधात्मकता व नकारात्मकता हमसे छूट जाये। जैसे हर व्यक्ति में बुराई हो सकती है पर हम बुराई क्यों देखें, अच्छाई क्यों नहीं देखें हम जैसा देखने की आदत बनायेंगे, वैसा ही हमारा स्वभाव बनता जायेगा, वैसा ही हमारा व्यक्तित्व बनता चला जायेगा। निश्चित रूप से हम बुरे व्यक्ति नहीं बनना चाहते हैं तो सर्वप्रथम हम यही करें कि बुरा देखना व बुराई ढूंढ़ना बन्द कर दें। जिस दिन हम किसी की बुराई देखना छोड़ देंगे उसी दिन से हममें अद्भुत सकारात्मकता का संचरण होने लगेगा।

कुछ काव्यमय

दुनियां में
लोगों की कमियां
ढूँढ़ना बहुत सरल है।
पर सच तो यह है
कि ऐसी आदत बनना
परमात्मा और प्रकृति के प्रति
हमारी असफलता है
उनके साथ छल है।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

सेवा प्रमुख है

ब्रह्माण्ड कहता है– मेरे से मांगो, मेरे पर यकीन करो कि तुम जो मांगोगे, मैं दे दूंगा। तुम अविश्वास मत करना, किन्तु–परन्तु, मत लगाना–लाला। लेकिन–वेकिन मत लगाना। यदि–वदि मत लगाना। ब्रह्माण्ड को कहना– हे ! ब्रह्माण्ड, मैं आपका काम करूंगा, मैं प्रसन्नता रखूंगा, मैं बुजुर्गों की सेवा करूंगा मेरी माता की सेवा करूंगा। यक्ष ने कहा था– युधिष्ठिर, धरती से कौन भारी है ? युधिष्ठिर तत्काल कहता– माता। हे माते! मैं आपकी आज्ञा का पालन करूंगा,माँ आपकी औषधि का खयाल रखूंगा, माँ मैं आपको सुखी रखूंगा, जिससे दिव्यांगों के ऑपरेशन होंगे, माँ, मैं इनको खड़ा करवा दूंगा। माँ मैं आपकी आज्ञा पर अपना शीश झुकाता हूँ। आकाश से बड़े पिता जी, हे

पिताश्री, आपकी अंगुली पकड़कर चलता था, मुझे भय लगता था, कहीं मैं अपना हाथ न छोड़ बैठूं, मैंने कहा – पिताजी, आप मेरी अंगुली पकड़ लीजिए, और जब दादी माँ ने पोते को कहा– लाला, ये युग अच्छा है। लेकिन कभी– कभी खराबियाँ पैदा हो जाती है, कभी कोई कपूत निकल जाते हैं। हमारा देश श्रवण कुमार का देश है। जहाँ करोड़ों बच्चे अपने माता– पिता की बहुत सेवा करते हैं, वहाँ एक दादी का चश्मा टूट गया, चार बार पोते को कहा, तीन बार बेटे को कहा, लेकिन चश्मा नहीं आया, चश्मा नहीं आया। बच्चों के शूट आ गये, पत्नी की साड़ियाँ आ गयी, घर पर खिलौने आ गये। लेकिन दादी का चश्मा नहीं आया, दादी जी बाथरूम में गयी–बिना चश्मा के गिर पड़ी। गिरते ही चोट लग गई, और प्राण पखेरू उड़ गये। जब दादी जी के प्राण पखेरू उड़े, फोन घन–घनाने लगे, ब्याईजी को फोन करना, अरे, हमारे दादी का मोक्ष हो गया, कल हम बड़े गाजे–बाजे के साथ ले जायेंगे, बेशर्मों, जब–तक दादी घर में थी, तब आपने टूटा हुआ चश्मा ठीक नहीं करवाया। ये कैसा दुर्भाग्य आ गया?

–कैलाश 'मानव'

संगत का असर

किसी शहर में एक सेठ रहता था। आप और हम जानते हैं। संगत का कितना असर होता हैं। संगत का असर समझने के लिए ये छोटा सा प्रसंग समझना जरूरी है। सेठ का एक बेटा था। बेटे की दोस्ती कुछ ऐसे लड़कों के साथ थी। जिनकी आदत बहुत खराब थी। सेठ को ये सब अच्छा नहीं लगता था। सेठ ने अपने बेटे को समझाने की बहुत कोशिश की पर सेठ कामयाब नहीं हुए। जब भी सेठ उसको समझाने की कोशिश करते, बेटा कह देता मैं उनकी गलत आदतों को नहीं अपनाता। इस बात से दुःखी होकर सेठ ने अपने बेटे को सबक सिखाना चाहा। एक कोई उदाहरण देना चाहा। उसके हृदय में उतर जाये और वो बुरी संगत छोड़ दे।

सेठजी बाहर से कुछ सेब खरीद कर लेकर आये। उन्होंने एक साथ सेब को रखे। सेब में एक सड़ा हुआ सेब भी लेकर आये। ला कर सेठ ने अपने लड़के को सेब दिए। कहा इनको अलमारी में रख दो। इन सबको हम कल खायेंगे। जब बेटा सेब देखने लगा तो एक सेब सड़ा हुआ देखकर सेठ से बोला ये सेब तो सड़ा हुआ हैं। सेठ ने बोला कोई बात नहीं कल खायेंगे, कल देखेंगे। अभी तुम रख दो।

दूसरे दिन सेठ ने अपने बेटे से सेब निकालने को कहा। उसके बेटे ने जब सेब निकाली, तो आधे से ज्यादा सेब सड़े हुए थे। सेठ के लड़के ने कहा इस एक सेब ने तो बाकी सेबों को सड़ा दिया हैं। तब सेठ ने कहा ये सब संगत का असर है। बेटा इसी तरह गलत संगत से अच्छा आदमी भी खराब हो जाता है, गलत काम करने लगता है। गलत संगत को छोड़ दो बेटा, बेटे के समझ में बात आ गयी। और उसने वादा किया कि अब वो गलत संगत में नहीं जायेगा। हमेशा अच्छी संगत में ही रहेगा। आप सबको और हम सबको ध्यान देना चाहिए।

— सेवक प्रशान्त भैया

संस्थान में आदरणीय संदीप जी माखरिया का पदार्पण

नारायण सेवा संस्थान में समाजसेवी, दीन दुखियों के मसीहा, आदरणीय संदीप जी माखरिया जी, काण्ठमांडू नेपाल से पधारे। संस्थान संस्थापक कैलाश जी मानव ने मेवाड़ी पगड़ी,एवं माल्यार्पण से भावभीना स्वागत करते हुए, संस्थान के सेवा प्रकल्पों के बारे में जानकारी दी। इस मौके पर संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल,संस्थान संस्थापिका कमला जी अग्रवाल, महीम जी जैन, कुलदीप जी एवं कई वरिष्ठ साधकगण उपस्थित थे। संदीप जी ने अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि मैं संस्थान से कई वर्षों से जुड़ा हुआ हूँ, नारायण सेवा उदयपुर में पधारकर मुझे बहुत अच्छा लगा, यहां दीन– दुःखी की सेवा बहुत अच्छी हो रही, वो भी निःशुल्क बहुत बड़ी बात हैं। श्री माखरियां जी काठमांडू (नेपाल) में नारायण सेवा संस्थान की शाखा के संयोजक है।

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

सेटेलाइट हॉस्पीटल में ही डॉ. आर. के. पामेचा थे। कैलाश इन्हें जानता था। उसने सोचा कि अगर वे सेवा के रूप में साथ आने को तैयार हो जायें तो उनसे पूछने में क्या दिक्कत है। ज्यादा से ज्यादा मना ही करेंगे। कैलाश ने उनसे निवेदन किया तो वे खुशी–खुशी शिविर में भाग लेने को तैयार हो गये।

पिताजी की अंगूठी बेचने की जरूरत ही नहीं पड़ी। बड़े भाई राधेश्याम ने अंगूठी यादगार के रूप में अपने पास रख ली और इसके बदले 650 रु. दे दिये। इससे बाकी बचे बच्चों के लिये ड्रेसें खरीद ली और किसी के हाथ पई भिजवा भी दी।

कैलाश के मन में एक बात और घूम रही थी। सिर्फ डॉक्टर को ले जाने से क्या होगा, दवाओं की भी तो आवश्यकता होगी। उसने डॉ. पामेचा से आवश्यक दवाओं की सूची मांग ली। डॉक्टर ने सूचि दे दी तो बाजार से सभी दवाएं मंगवा ली। सिर्फ एक दवा नहीं मिली। कई दुकानों की खाक छानी मगर कहीं नहीं मिली। जब आस छोड़ दी तो एक छोटी सी दुकान पर यह दवा भी मिल गई। सेवा कार्य की जानकारी ज्यूं–ज्यूं लोगों को मिलती जा रही थी, त्यूं–त्यूं अधिकाधिक लोग इससे जुड़ते जा रहे थे।

सोजत रोड़ से पी.जी. जैन का पोस्टकार्ड आया, उन्होंने लिखा कि वे जीवन भर 100 रु. प्रति माह भेजते रहेंगे। उन्हें किसी जैन पत्रिका के माध्यम से नारायण सेवा के कार्यों के बारे में पता चला था। पोस्टकार्ड आया उसके अगले ही दिन इनका 1200 रु. का मनीऑर्डर भी आ गया जिसमें लिखा था कि अपने कहे अनुसार वे 12 माह की राशि एक साथ भेज रहे हैं। कैलाश बहुत खुश हो गया। किसी से आप सहायता मांगो और वो फिर सहायता दे, यह और बात है मगर कोई स्वेच्छा से, बिना मांगे, सहायता करे उसका तो कोई मुकाबला ही

अंश–136

मांसपेशियों की कमजोरी व थकान दूर करती है- ज्वार

इसमें भरपूर नियासिन, राइबोफ्लेविन, थायामीन जैसे विटामिन्स के साथ कैल्शियम, मैग्नीशियम, आयरन, तांबा, फास्फोरस और पोटैशियम होता है। प्रोटीन और फाइबर अधिक होने के साथ ग्लूटेन फ्री भी होता है, जिन्हें गेंहू से एलर्जी है वे भी इसे खा सकते हैं।

कार्ब्स बहुत कम होने से वजन भी नहीं बढ़ता हैं। मैग्नीशियम और पौटेशियम अधिक होने से मांसपेशियों की दिक्कत, थकान और कड़ापन की समस्या में आराम मिलता है। शरीर में जलन होती है तो उसमें भी राहत देती है। ज्वार के दानों की राख बनाकर मंजन करने से दांत दर्द और मसूड़ों के सूजन और फाइबर से कब्ज और कैल्शियम अधिक होने से जोड़ो और हड्डियों के रोगों में आराम मिलता है।

कैसे खाएं : ज्वार की रोटी, चीला, गुड़ के साथ हलवा या लड्डू बना सकते हैं। राबड़ी पीने से डायबिटीज के रोगियों में थकान दूर होगी।

कौन न खाएं : जिन्हें पथरी की समस्या रहती है उन्हें ज्वार कम खाना चाहिए। सप्ताह में एक बार खाएं।

विश्वास, विश्वास में अंतर

एक बार दो बहुमंजिली इमारतों के बीच बंधी हुई एक तार पर लंबा सा बाँस पकड़े एक नट चल रहा था, उसने अपने कन्धे पर अपना बेटा बैठा रखा था। सैंकड़ों, हजारों लोग दम साधे देख रहे थे। सधे कदमों से, तेज हवा से जूझते हुए अपनी और अपने बेटे की जिंदगी दाँव पर लगा उस कलाकार ने दूरी पूरी कर ली भीड़ आह्लाद से उछल पड़ी, तालियाँ, सीटियाँ बजने लगी। लोग उस कलाकार की फोटो खींच रहे थे, उसके साथ सेल्फी ले रहे थे। उससे हाथ मिला रहे थे और वो कलाकार माइक पर आया, भीड़ को बोला– क्या आपको विश्वास है कि मैं यह दोबारा भी कर सकता हूँ भीड़ चिल्लाई हाँ हाँ, तुम कर सकते हो। उसने पूछा, क्या आपको विश्वास है, भीड़ चिल्लाई हाँ पूरा विश्वास है, हम तो शर्त भी लगा सकते हैं कि तुम सफलतापूर्वक इसे दोहरा भी सकते हो। कलाकार बोला, पूरा पूरा विश्वास है ना भीड़ बोली, हाँ कलाकार बोला, ठीक है, कोई मुझे अपना बच्चा दे दे, मैं उसे अपने कंधे पर बैठा कर रस्सी पर चलूँगा। खामोशी, शांति, चुप्पी फैल गयी कलाकार बोला, डर गए, अभी तो आपको विश्वास था कि मैं कर सकता हूँ। असल में आप का यह विश्वास है

मुझमें विश्वास नहीं है। दोनों विश्वासों में फर्क है साहेब। यही कहना है , ईश्वर है ये तो विश्वास है परन्तु ईश्वर में सम्पूर्ण विश्वास नहीं है। यदि सात हतों तक लगातार चेहरे पर क्रीम घिसने के बाद भी आपके चेहरे की चमक ना बढ़े, तो आठवें हते उसी पैसे से किसी भूखे को खाना खिलाकर आईने के सामने खड़े हो जाना यकीन मानियेगा! दुनिया के सबसे खूबसूरत इंसान आप होंगे!

अनुभव अमृतम्

99 जोड़ों का विवाह सनातन पद्धति से, हिन्दू पद्धति से करवाया। प्रत्येक वेदी पर आचार्य जी वृन्दावन से पधारे हुए। एक मुस्लिम जोड़ा उसके लिए दिल्ली फतेहपुरी में छोटी जामा मस्जिद वहाँ से काजी साहब आये। मुस्लिम पद्धति से तीन बार पूछा कबूल है? कबूल है? काजी साहब ने घोषणा कर दी इनका निकाह हो गया मुस्लिम पद्धति से। एक जोड़ा क्रिश्चयन समाज का था। फादर साहब आये चर्च से और उनका विवाह करवाया गया। रामलीला मैदान 101 जोड़ों का विवाह सम्पन्न हुआ। उपहार दिये जा रहे हैं। ये परमात्मा करवा रहा है।

जो परमात्मा श्वासें चलवा रहा है जिस परमात्मा ने,जिन परमात्मा ने विशुद्धि चक्र के कण्ठ में निगलने की शक्ति दी है। जिन परमात्मा की कृपा से 400 किलोमीटर प्रति घंटे की गति से रक्त चल रहा है।

रक्तप्रवाह, विचार प्रवाह, देहधारा, चिन्तन धारा एक सैकण्ड में 20 लाख परमाणु देह–देवालय के उत्पन्न होते हैं,नष्ट होते हैं। कैलाश, प्रशांत बाबू व नारायण सेवा संस्थान् के सभी पुजारी। परिवार के पुजारी 101 जोड़ों का विवाह करवा ले, इतनी सामर्थ कहाँ? भीण्डर ग्राम का यह बालक चिंतन करने लगा। ये प्रभु की कृपा बरस गयी।

नर तन सम नहिं कवनऊं देही।
जीव चराचर जाँचत तेही।।
नरक स्वर्ग अपबर्ग निसेनी।
ग्यान बिराग भगति सुभ देनी।।

परमात्मा की कृपा से क्या स्वप्न देखना है? कितने स्वप्न देख लिए? एक स्वप्न जहाँ पूरा होता है, दूसरी कामना प्रारम्भ हो जाती है। भले वो पुण्य के लिए है। भले वो परमार्थ के लिए है। भले वो समाज सेवा के लिए है। लेकिन कामना तो प्रारम्भ होती है। मुम्बई में ऐसा ही विवाह समारोह रचाया गया।

सेवा ईश्वरीय उपहार — 15 (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, लियां का गुडा, उदयपुर
• सम्पादक : लक्ष्मीलाल गाडरी, मो. 8278607811, 9119398965 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. RAJHIN/2014/59353 • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2018-2020