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-2319 • उदयपुर, शुक्रवार 30 अप्रेल, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

अपने साथ पूरी दुनिया का भी भला कर रहा है भारत

वैश्विक महामारी की शुरुआत से ही भारत इसकी रोकथाम के लिए जहां अपने यहां प्रयास कर रहा है वहीं पूरी दुनिया में इसकी रोकथाम के लिए अग्रणी भूमिका निभा रहा है। महामारी की शुरुआत में भारत ने दुनिया के कई देशों को पीपीई किट और दवाइयां भेजी थीं।

इसके बाद भारत ने स्वदेशी वैक्सीन समेत भारत में निर्मित कोरोना वैक्सीन को दुनिया के कई देशों को उपलब्ध करवाया। अब भारत ने संयुक्त राष्ट्र के शांति मिशन से जुड़े जवानों के लिए कोरोना वैक्सीन की दो लाख खुराक बतौर गिफ्ट भेजी हैं।

भारत के लोगों और सरकार की तरफ से इस उपहार में ऑक्सफॉर्ड–एस्ट्राजेनेका वैक्सीन की खुराक हैं। मुंबई के अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे से ये वैक्सीन कतर एयरवेज के विमान के जरिये डेनमार्क की राजधानी कोपेनहेगन भेजी गई हैं। यहां पर इनका सुरक्षित भण्डारण किया जाएगा। विभिन्न मिशन में तैनात शांति रक्षकों को भेजी जाएंगी।

भारत की इस निःस्वार्थ सेवा पर भारत में संयुक्त राष्ट्र की रेजिडेंट कोऑर्डिनेटर, रेनाटा डेजालिएन ने इसकी जानकारी देते हुए सरकार और देशवासियों का आभार प्रकट किया है। उन्होंने कहा कि संयुक्त राष्ट्र इसके लिए भारत का हार्दिक धन्यवाद करता है। भारत का ये कदम पूरी दुनिया की शांति और सुरक्षा के लिए भारत की प्रबिद्धता को दर्शाता है। आपको बता दें कि इसी वर्ष फरवरी में विदेश मंत्री एस जयशंकर ने इसकी घोषणा की थी।

भारत का कहना है कि उनकी कोशिश है कि शांतिरक्षकों की तैनाती से पहले उन्हें ये वैक्सीन लगाई जाए। आपको बता दें कि वर्तमान में पूरी दुनिया में संयुक्त राष्ट्र के तहत 12 शांति मिशन चल रहे हैं जिसमें 95 हजार से अधिक शांति सैनिक तैनात हैं। यूएन के नेतृत्व में चलने वाले इन अभियानों में सबसे अधिक संख्या भारतीय जवानों की ही है।

भारत अब तक विश्व 76 देशों को करोना वैक्सीन की छह करोड़ से अधिक खुराक मुहैया करवा चुका है। संयुक्त राष्ट्र के महासचिव एंटोनियो गुटारेस ने भी भारत की तारीफ की है। भारत वैक्सीनेशन के मामले में भी कई देशों से काफी आगे है।

सेवा–जगत्
मानवता का प्रतीक, आपका सेवा संस्थान

सीधा हुआ सोनू का टेढ़ा पैर

धामपुर (बिजनौर) उत्तरप्रदेश निवासी अब्दुल वाहिद का पुत्र जन्म से ही पोलियोग्रस्त पैदा हुआ। जीवन के 17 वर्षों में उसे पिता ने कई हॉस्पीटल में दिखाया पर कहीं भी पोलियो रोग की दिव्यांगता में राहत नहीं मिली। परेशान परिवार सोनू की तकलीफ देखकर बहुत दुःखी होता था पर जन्मजात बीमारी के आगे वे लाचार थे। एक दिन टेलीविजन पर नारायण सेवा संस्थान की दिव्यांगता ऑपरेशन सेवा के बारे में देखा तो बिना समय गंवाये वो संस्थान में उदयपुर पहुंच गए। डॉ.ओ.पी. माथुर ने जांच करके दांये पांव का ऑपरेशन कर दिया जिससे उन्हें बड़ा फर्क नजर आया। दूसरे पांव के ऑपरेशन के लिए संस्थान में पुनः आए। सफल ऑपरेशन के पश्चात् सोनू पूर्ण–स्वस्थ है। उन्हें भरोसा है कि वह शीघ्र ही पोलियो की दिव्यांगता को मात देकर अपने पैरों पर चलर गांव पहुंचेगा।

उमेश की दो साल से रुकी जिन्दगी शुरु

चोरी–चोरा, गोरखपुर (यू.पी.) निवासी 27 वर्षीय उमेश कुमार राजभर करीब 2 साल पहले एक रेल दुर्घटना के शिकार हो गए। दुर्घटना का जिक्र करते हुए वे रूंधे गले से बताते हैं कि मां–पिता की मौत तो मेरे लड़कपन में हो गई थी। खैर ईश्वर की मर्जी के आगे किसी की नहीं चलती। भाभी और भाई ने मुझे बड़ा कर किया। परिवार की मदद के लिए लोहे के कारखाने में मजदूरी करने लगा। घरवालों से मिलने के लिए गांव जा रहा था कि चलती ट्रेन में चढ़ते वक्त गिर पड़ा। मुझे तो कुछ सुध नहीं रही बांया पांव पूरी तरह क्षतिग्रस्त हो गया था। किसी ने मुझे हॉस्पीटल पहुंचाया। वहां करीब 1 माह तक इलाज चला जिसके दौरान घुटने के नीचे से पांव काटना पड़ा। कल तक दौड़ रही जिन्दगी एकाएक थम गई। बेड पर बैठे रहने के सिवा कुछ भी नहीं कर सकता। कुछ दिन पहले किसी परिचित ने नारायण सेवा संस्थान की जानकारी दी तो में उदयपुर पहुंचा। संस्थान की प्रोस्थेटिक टीम ने कटे पांव का मेजरमेंट लिया और कृत्रिम पांव लगा दिया। अब मैं अपने पांवों पर चलने लगा हूं। मै इतना खुश हूं कि कह नहीं पा रहा .... बस इतना ही कहूंगा कि मेरी जिन्दगी रूक गई थी जिसे फिर से शुरू करने वाली नारायण सेवा संस्थान और इनके डॉक्टर्स व टीम को बहुत धन्यवाद... आपने कृत्रिम अंग का मुझे उपहार दिया है ... मैं इसके लिए बहुत आभारी रहूंगा....

हरिद्वार में दिव्यांग सेवा

नारायण सेवा संस्थान महाकुंभ के शिविर में हरिद्वार के हर की पौड़ी के पास करखरी के रहने वाला एक परिवार आया, जो कि फूल माला बेचने की छोटी सी दुकान चलाते हैं। जिसे देख कर किसी की भी आंखो से आंसू का प्रवाह होना, स्वाभाविक है। परिवार के मुखिया 'श्री महावीर जी पैरों से दिव्यांग, उनकी पत्नी, सुष्मी देवी जी' घिसट घिसट कर चलने वाली है जो बचपन से दिव्यांग हैं.।

दो छोटे छोटे मासूम बच्चे, 5–6 वर्ष का बेटा, 2 वर्ष की बिटिया। महावीर जी के बहनोई श्री गुलाब प्रसाद जी, वो भी पैरो से दिव्यांग। पूज्य गुरुदेव आचार्य महामंडलेश्वर श्री कैलाश जी मानव सा, के सान्निध्य में आयोजित निःशुल्क शल्य चिकित्सा एवं उपकरण वितरण शिविर में, संस्थान अध्यक्ष प्रशांत भैया जी, निदेशक वंदना जी, के मार्गदर्शन में, समूह प्रभारी एवं महाकुंभ शिविर की मुख्य संयोजक सुश्री पलक

जी की प्रेरणा से, उक्त परिवार के महावीर जी को जहां बैसाखी प्रदान की गई वहीं सुष्मी देवी जी को व्हीलचेयर एवं गुलाब प्रसाद जी को भी बैसाखी प्रदान की गई, ऐसे दिव्यांगता का दंश, तकलीफों से घिरे परिवार को राहत देकर नारायण सेवा संस्थान का हरिद्वार की पुण्य भूमि पर शिविर लगाना सफल हो रहा है।

नेत्रदान की अलख

नेत्रहीन व्यक्ति आजीवन ईश्वर की सर्वोत्तम रचना संसार की चकाचौंध को निहार नहीं पाता। प्राणी क्या मेरा क्या तेरा' के अनुरूप मानव को सच्चा आनन्द परमार्थ से प्राप्त होता है, न कि स्वार्थ से, यद्यपि वह जीवन पर्यन्त अपने स्वयं के स्वार्थ की पूर्ति में ही लिप्त बना रहता है। यह नश्वर शरीर 'पाच तत्व का तन रचयो' हाड़ मांस पांच तत्वों–हवा, पानी मिट्टी, आग एवं आकाश से निर्मित है जो किसी भी क्षण पल झपकते ही राख की ढेरी में परिवर्तित हो जाता है।

'जैसे जल ते बुद–बुदा' अर्थात् बिना अस्तित्व वाला जल का बुल–बुला क्षण भर मे जल के बहते प्रवाह में ही विलीन हो जाता है, उसी प्रकार मनुष्य के जीवन का पल भर का भी भरोसा नहीं है कि अगली सांस आए अथवा नहीं, तो फिर मृत्युपरान्त अपने नेत्रों का दान हिचक किस बात की? नेत्रदान से प्राप्त नेत्र के प्रत्यारोपण से नेत्रहीन व्यक्ति अपनी नेत्र ज्योति प्राप्त कर संसार की सम्पूर्ण खुशियों का आनन्द ले सकता है।

आवश्यकता है तो केवल पहल एवं समर्पण की। हमारे देश में नेत्रदान की गति बहुत धीमी है जबकि भारत की अपेक्षा श्रीलंका में ही नेत्रदान अधिक होता है। देश में इस समय प्रतिवर्ष लगभग 15 हजार नेत्र ही नेत्रदान करने से प्राप्त होते हैं जो न्यूनतम हैं।

किसी भी व्यक्ति की मृत्यु के 6 घण्टे के भीतर–भीतर यदि उसकी आंख से कार्निया निकाल दिया जाए तो वह काम आ सकता है। निकाले हुए कार्निया को 24 से 36 घण्टे के भीतर प्रत्यारोपित किया जाना आवश्यक होता है। हर कोई व्यक्ति नेत्रदान कर सकता है–मधुमेह का रोगी, बच्चा, बूढ़ा, कमजोर दृष्टि वाला, मोतियाबिंद का रोगी, इत्यादि।

बच्चों में अधिकतर पुतली का अन्धापन होता है। प्रत्येक वर्ष 40 से 50 हजार व्यक्ति पुतली के अंधेपन से ग्रसित हो जाते हैं। 10 लाख से भी अधिक व्यक्ति नेत्रदान से दृष्टि पाने की प्रतीक्षा में हैं। नेत्रदान से चेहरा विकृत नहीं होता। कार्निया पर न तो आयु का प्रभाव पड़ता है और न ही कार्निया कभी खराब होता है। मरने वाले में से यदि कुछ ही प्रतिशत व्यक्ति नेत्रदान करें तो देश में पूर्ण अंधता निवारण हो सकता है क्योंकि प्रतिवर्ष लगभग सवा करोड़ व्यक्तियों की मृत्यु हो जाती है।

इस समय भारत में 15 मिलियन तथा सम्पूर्ण विश्व में 45 मिलियन लोग नेत्रहीन हैं। आपके द्वारा किया हुआ नेत्रदान किसी के जीवन में उमंग और खुशियां भर सकता है। इससे बड़ा परमार्थ क्या हो सकता है। स्वयं नेत्रदान कीजिए और पारिवारिक सदस्यों से नेत्रदान हेतु संकल्प लीजिये।

अपने मित्रों, संबंधियों एवं समाज को नेत्रदान हेतु प्रेरित कर परमार्थ के कार्य मे सहायक बनें। नेत्रदान के प्रति आम नागरिकों में व्याप्त भ्रांतियां एवं अंधविश्वासों का निराकरण कर पुनीत कार्य हेतु प्रेरित करें। जरा सोचो, साथ क्या जाएगा। यह नाशवान शरीर तो यहीं भस्म की ढेरी में परिवर्तित हो जाएगा। भगीरथ बन सेवा भावना से पुण्य कमाइये। नेत्रदान ही श्रेष्ठ दान है, महादान है, जीवनदान है क्योंकि आंखें ही आत्मा का प्रतिबिंब होती हैं।

दान का मान

गांधी जी का उद्देश्य था कि सभी लोग स्वदेशी वस्तुओं का उपयोग करें। एक दिन गांधी जी की यात्रा चल रही थी, उस समय बड़े–बड़े लोग उनके आसपास थे। इस दौरान एक बुढ़िया जो लगभग भिखारी जैसी ही थी, वह चिल्ला रही थी कि मुझे गांधी जी के दर्शन करना है। बुढ़िया का दबाव देखकर कार्यकर्ताओं ने उसे गांधी जी तक पहुंचने के लिए रास्ता दे दिया। उसने गांधी जी के पैर पड़ी और वह अपना आंचल खोलने लगी। इस सब में उसे थोड़ी देर लग रही थी। गांधी जी को भी जल्दी थी, कार्यकर्ताओं ने कहा, माई जल्दी करो।

कुछ लोग कह रहे थे कि ये बुढ़िया इस फटे आंचल में से क्या देगी? गांधी जी का समय नष्ट कर रही है, लेकिन गांधीजी ने सभी को चुप कराया और कहा, इस माई को करने दो, जो ये करना चाहती है।

बूढ़ी महिला ने एक सिक्का निकाला और गांधी जी के हाथ में रख दिया। उसने कहा, मेरे पास यही है, देने के लिए।

गांधी जी ने उस सिक्के को अपनी कमर में खोस लिया। जमनालाल बजाज गांधी जी के कोषाध्यक्ष थे। धन वही रखते थे। उन्होंने कहा, बापू, बड़े–बड़े चेक, बड़ी–बड़ी राशि आप मुझे देते हैं और मैं संभालकर रखता हूं। आप मुझ पर भरोसा करते हैं तो आपने ये सिक्का अपने पास क्यों रख लिया है? पहली बार ऐसा हुआ है कि आपने पैसे अपने पास रखे हैं।

गांधी जी ने कहा, आप सभी सुनिए, मुझे बड़े लोगों द्वारा खूब धन दिया जाता है। सामान्य लोग भी देते हैं, लेकिन इस बूढ़ी माई ने जो धन दिया है, वह इसकी पूरी पूंजी है। महत्व इस बात का है कि दान देने वाला किस राशि में से दान दे रहा है। जो अपना सबकुछ देने को तैयार रहता है, उसका मान करना चाहिए।

सेवा सहयोग से जिंदगी मुसकुरा उठी

अरुण (3 वर्ष), पिता श्री हनुमान, शहर–मालपुरा, टोंक राजस्थान। जन्म से ही अरुण के दोनों पांव टेढ़े–मेढ़े थे। इलाज के लिए जयपुर आदि कई बड़े शहरों में दिखाया, लेकिन कहीं कोई उपचार सम्भव न हो सका। उनके बड़े भाई ने –जो पुलिस में थे, और कई बार संस्थान में आ चुके हैं – यहां के बारे में बताया।

इस तरह वे संस्थान पहुंचे। पांव की जांच के बाद एक पैर का ऑपरेशन हुआ जिससे राहत मिली। दूसरे पैर का भी शीघ्र ऑपरेशन हुआ। श्री हनुमान कहते हैं कि –"मेरे बेटे के पैर बिल्कुल सीधे हो गये, यह बहुत खुशी की बात है। यहां आकर बहुत ही अच्छा लगा। ऐसी सुख–सुविधाएं कहीं भी देखने को नहीं मिलती हैं।"

संत हृदय अति विशाल होता है

एक बार एकनाथजी महाराज, श्री विठ्ठलनाथजी के दर्शन को गये, एकनाथजी को श्रीहरि की कृपा से सुयोग्य पत्नी मिली थी सो वह विठ्ठलनाथजी से कहते है कि प्रभु! बड़ी कृपा की, आपने मुझे स्त्री–संग नहीं वरन सत्संग प्रदान किया, आपकी मुझ पर कैसी दया है।

कुछ समय बाद भक्त तुकारामजी भी विठ्ठलनाथजी के दर्शन को आये, तुकारामजी की पत्नी कर्कशा थी सो वह श्री विठ्ठलनाथजी से कहते हैं कि प्रभु ! बड़ी कृपा की आप मुझे ऐसी पत्नी न देते तो मैं सब अपनी पत्नी की सुंदरता और लौकिक बातों में ही रमा रहता और आप तक न पहुँच पाता, मेरे कल्याण के लिये आपने परिस्थितियाँ अनुकूल कर दीं, आपकी मुझ पर कैसी दया है। भक्त–प्रवर नरसी मेहता की पत्नी का जब स्वर्गवास हुआ तो वे आनन्द से भर गये कि हे प्रभु ! तेरी कैसी कृपा है, मुझे गृहस्थी के झंझटों से छुटकारा दिला दिया, अब निश्चिंत होकर श्रीगोपाल का भजन कर सकूँगा, आपकी मुझ पर कैसी दया है। एक भक्त की पत्नी अनुकूला थी और दूसरे की प्रतिकूला और तीसरे की पत्नी का स्वर्गवास हो गया तब भी तीनों प्रसन्न है और इसमें भी श्रीहरि की कृपा देखते हैं, सच्चा वैष्णव वहीं है जो प्रत्येक परिस्थिति में श्रीहरि की ही कृपा का अनुभव करे और मन को शांत और सन्तुष्ट रखते हुए श्रीहरि की अनूठी कृपा के चिंतन में ही लगा रहे।

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 बनायें 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 सांजन्य 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.

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, भूखें 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.

दान सहयोग हेतु सम्पर्क करें - 0294-6622222, 7023509999

कैलाश 'मानव'
संस्थापक चेयरमैन

समाज में हेय दृष्टी से देखे जाने वाले दिव्यांग बन्धुंओं 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

कर्म फल का सिद्धान्त बड़ा अद्भुत् है। हम जैसा कर्म करेंगे वैसा ही फल मिलेगा। जैसा बीज बोयेंगे वैसा ही परिणाम आयेगा। मानाकि हमने गेहूँ बोया है तो गेहूँ ही मिलेगा। गेहूँ बोने पर आम नहीं आता। और भी एक विशेष बात है कि हमने गेहूँ बोया तो गेहूँ मिलेगा, आम बोया तो आम मिलेगा किन्तु वह भी एक समय के बाद। जब उचित समय आयेगा तभी फल मिलेगा।

आजकल हम कर्म सिद्धान्त को भुलाने लगे हैं। कर्म तो करते नहीं और फल की आशा में लग जाते हैं या कर्म करते ही तुरंत फल की आशा बलवती होने लगती है। ऐसा न प्रकृति में संभव है और न परमात्मा प्रदत्त मानव जीवन में।

कर्म के सिद्धान्त की एक और विशेषता है कि यह पिछला व अगला भी गणना में विद्यमान रहता है। कई बार हम इस जन्म में कोई अच्छे कर्म नहीं करते पर अच्छे फल पाते हैं, या अच्छे कर्म करते हुए भी बुरे फल पाते हैं।

यह सब समय व परिस्थिति का प्रावधान है। इसलिये ही कहा गया है कि फल की इच्छा किये बिना कर्म करते रहें हम।

कुछ काव्यमय

कर्मो का लेखाजोखा
जन्म जन्म तक चलता है।
जैसा बोयें बीज वही
मौका पाकर फलता है।
यह सिद्धान्त हमेशा हमको याद रहे।
कभी न प्रभु से कोई फरियाद रहे।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

पल की खबर नहीं पीढ़ियों की फिक्र

एक साहूकार के पास बहुत ज्यादा धन था। वह इसमें और इजाफा करने में ही लगा रहता। एक दिन उसने अपने मुनीम को बुलाया और उससे कुल जमा धन के बारे में पूछा मुनीम बोला– 'महाशय, आपकी दस पीढ़िया उपयोग करें तो भी शायद खत्म न हो।' इस पर साहूकार बोला –अरे, भाई तो आज से ही सतर्क हो जाओ, उससे आगे की पीढ़ियों के इन्तजाम में लगो।' मुनीम को आश्चर्य हुआ कि दस पीढ़ियों के लिए जमा धन से भी इसे सन्तोष नहीं है। मुनीम समझदार था। धर्म–कर्म और सत्संग में उसकी रूचि थी। उसने कहा–'सेठजी! यदि आप जमा धन में से कुछ परोपकार के लिए खर्च करें तो धन की आवक स्वतः बढ़ जाएगी। सेठ ने कहा –'अरे, मूर्ख! खर्च से धन घटेगा, बढ़ेगा कैसे? मुनीम ने कहा –'मेरा कहा करके तो देखिये।

साहूकार ने कहा– अच्छा तुम ही बताओ, क्या परोपकार करूं? मुनीम बोला– पास ही गली में एक बूढ़ी माँ रहती है, चलने–फिरने में अशक्त है, उसे गुजारे लायक आटा–दाल भिजवाते रहिए। साहूकार दूसरे दिन सुबह आटा–दाल मिर्च– मसाला से भरे दो थैले लेकर बुढ़िया के पास पहुंचा। बुढ़िया सन्तोषी थी, उसने कहा जरा

ठहरिये। वह उठी और पास पड़े एक मटके का ढक्कन उठाकर देखा। बाद में बोली –आपका धन्यवाद! लेकिन अभी मैं यह सामग्री नहीं ले सकती, मेरे पास एक–दो दिन का आटा–दाल पर्याप्त है। यह खत्म होने पर वही प्रभु फिर भेज देगा, जिसने पहले भेजा। कल की चिंता क्यों की जाए।

बूढ़ी मां की यह बात सुनकर साहूकार की आखें खुल गई। उसे ज्ञान हो गया कि मैं जहां अपनी ग्यारहवी पीढ़ी के लिए धन जमा करने की फिक्र में हूँ, वहीं इस गरीब बुढ़िया को कल की भी चिन्ता नहीं। इतना ज्ञान होने पर उसने अपना काफी सारा धन दीन–दुखियों, निराश्रितों व अपाहिजों की जरूरत पूरी करने में लगा दिया।

बंधुओं! इस प्रसंग से हमें सन्तोषी और परोपकारी बनने की प्रेरणा मिलती है। किसी दुःखी का दुःख दूर करने से जो सन्तोष प्राप्त होगा, वही अक्षय धन है। उससे जन्म –जन्मान्तर सफल हो जाएंगें। जीवन वही सार्थक है, जिसमें प्रत्युपकार की भावना हो। इसके लिए भी तभी प्रेरित हुआ जा सकता है, जब व्यक्ति प्राणिमात्र के प्रति आत्मवत् हो। परोपकार के उद्देश्य से ही वृक्ष फलते हैं और नदियों में निर्मल जल का निरन्तर प्रवाह होता है।

क्या हम जीवन में अपने द्रव्य, साधनों व सामर्थ्य का ऐसा ही सदुपयोग कर रहे हैं? क्या अर्जित धन व्यर्थ और आडम्बर के कार्यों में तो खर्च नहीं हो रहा? क्या हम अपने धन और सामर्थ्य से मानवता की नींव को मजबूती दे पा रहे हैं? ये ऐसे कुछ प्रश्न हैं, जिन पर हमें चिन्तन करना चाहिए। क्योंकि यदि हमारा पड़ोसी दुःखी है तो हमें सुख का अनुभव कैसे हो पायेगा? हमारे पास प्रभु कृपा से जो कुछ भी अपनी जरूरत से ज्यादा है, उसके होने का अर्थ क्या है? इस पर अवश्य विचार करें। जमा पूंजी के चक्कर में न पड़कर अपने लिए पुण्य का संचय करते हुए सुखी, आनन्दमय और परोपकारी जीवन जीने का प्रयत्न करें।

– कैलाश 'मानव'

बुरी आदत त्यागें

एक राजाा था। उसने अपने पुरुषार्थ से साम्राज्य को बहुत विशाल बना लिया था। उसका इकलौता पुत्र सोचता कि जब वह राजा बनेगा तब तक पिता राज्य को और बड़ा बना लेंगे। राजा से ईर्ष्या करने वाले दरबारियों ने युवराज को व्यसनों का आदी बना दिया। जिससे राजा बहुत दुखी था। राजा को राज्य का भविष्य अंधकारमय लगा। उसने घोषणा की कि जो भी युवराज को व्यसनों से दूर कर देगा उसे राज्य का प्रमुख मंत्री बनाया जायेगा। लोग तरह–तरह के प्रयास करने लगे। लेकिन कोई लाभ नहीं हुआ। राजा एक संत के पास पहुंचे। संत ने उससे कहा कि युवराज को उसके पास भेज दें। अगले दिन युवराज संत

के आश्रम पहुंचा। वहां दो कच्ची सड़कें थीं। उनमें से एक पर फूल बिछे थे और दूसरी पर छोटे–छोटे कंकड़। युवराज ने संत से पूछा, " मुझे क्यों बुलाया है? संत ने उत्तर दिया, आपको शाही जूते पहनकर कंकड़ से भरी इस सड़क को पार करना है।" युवराज बोला, "यह कौन सी बड़ी बात है। युवराज ने लड़खड़ाते हुए कुछ ही समय में पत्थरों से भरी सड़क को पार कर लिया। संत बहुत खुश हुए। कुछ देर विश्राम के बाद संत ने युवराज से कहा, अब आप फूलों से भरी इस सड़क पर चलें। "अब युवराज शाही जूते पहने सड़क पार करने लगा। फूलों से भरी सड़क पर चलते उसे तकलीफ होने लगी। कुछ ही समय में उसके पैर से खून बहने लगा। वह कुछ दूर और चला कि गिर गया। देखने वाले लोग हैरान थे कि फूल बिछी सड़क और जूते पहने हुए होने के बाद भी युवराज इसे पार क्यों नही कर पाया और वह गिर गया? युवराज ने जूते उतारे और देखा तो एक जूते में एक छोटा सा कंकड़ था जिसकी वजह से वह चल नहीं पाया और उसकी चुभन से पैर से खून निकलने लगा। तभी संत युवराज के पास आये और मुसकुराते हुए बोले, "यह पत्थर आपके आराम करते समय मैंने ही जूते में रख दिया था। संत ने कहा, "यदि आपके रास्ते में बहुत सी बाधाएं पत्थर क्यों न हों, आप अच्छे जूते पहनकर उसे पार कर सकते हो लेकिन यदि आपके जूते में एक छोटा सा कंकड़ हो तो आप फूलों से सजी सड़क पर भी चार कदम नहीं चल सकते। इसी प्रकार आप पत्थर रूपी बाहर की अनेक परेशानियों का सामना कर सकते हैं लेकिन आपके अंदर की एक भी बुरी आदत आपको जीवन में हार का सामना करा सकती है।"यह बात युवराज के दिल को छू गई। अब वह समझ चुका था कि उसके अंदर की बुरी आदतें उसे कितना नुकसान पहुँचा सकती है।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

सात दिन तक दवाएं लेने का क्रम जारी रहा, इसके बाद पुनः उसकी आंख का निरीक्षण किया गया। अब डॉक्टर एक नई सलाह देने लगे। कहने लगे कि आपकी आंख की पुतली बदलनी पड़ेगी। कैलाश की रोशनी गये एक हफ्ते से ज्यादा का समय गुजर चुका तो पुतली बदलने की बात से भले ही सबको दिलासा मिला हो मगर वह नई परिस्थितियों से स्वयं को इतना अभ्यस्त कर चुका था कि रोशनी आये न आये, इसके प्रति उसका उदासीन सा भाव हो गया था।

यह प्रकाशहीन जीवन की स्वीकार्यता ही थी जिसने उसे सोचने एक नई दिशा दी थी। उसने अपना समूचा जीवन दिव्यांगों की सेवा में समर्पित कर दिया था, शायद ईश्वर की ऐसी इच्छा थी की ऐसी इच्छा थी कि वह स्वयं भी एक दिव्यांग का जीवन जी उनकी अनुभूतियां को आत्मसात करे।

पुतली बदलने हेतु हैदाराबाद का एल. वी. प्रसाद आई इन्स्टीट्यूट बहुत प्रसिद्ध था। शंकर नेत्रालय से विदा लेकर हैदराबाद गये। पुतली प्रत्यारोपण हो गया मगर वाईरस रेटिना को प्रभावित कर चुका था। इससे जो आंख को हानि हुई थी उसे समाप्त करना असंभव सा प्रतीत हो रहा था। हैदराबाद में वह एक महीने रहा। संक्रमण दूर करने की कोशिशों के तहत उसे शरीर हो हानि पहुंचाने वाली स्टेरोइड दवाएं लेनी पड़ी, सब जानते थे, मगर क्या करते, यही एक उपाय नजर आ रहा था।

अब तो महीने भर से ज्यादा गुजर चुका था। इस दौरान कैलाश ने स्वयं को एक नये आनन्दलोक में विचरते पाया। ईश्वर भजन व सत्संग की सीडियां चला वह भक्ति में लीन हो जाता, इससे उसका मन विचलित नहीं हो पाता था, तकलीफ तो थी, मगर इसका अहसास कर दुःखी होने से कोई लाभ नहीं था। डॉक्टर, परिजन, सहयोगी, सब भरसक कोशिशें कर रहे थे। उसने स्वयं को हालात के भरोसे छोड़ दिया।

अंश-243

गर्मी से बचने का है हल, ठंडे रसीले फल

पौष्टिक खाना अच्छी सेहत के लिए जरूरी है, पर क्या आप जानते हैं कि फल भी हमारे शरीर को स्वस्थ रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इसलिए यह बहुत जरूरी है कि हम अपनी डाइट में फलों को शामिल करना कतई न भूलें।

फलों का सेवन शरीर को कई बीमारियों से बचाता है। ये सेहत के साथ–साथ त्वचा और बलों को स्वस्थ भी बनाते हैं। रोजाना एक फल का सेवन अवश्य करना चाहिए।

फल चाहे गर्मी के मौसम मे मिलने वाले हों या सर्दी में, इन सभी फलों की अपनी–अपनी खासियत होती है। गर्मी में आने वाले ज्यादातर फल शरीर में पानी की कमी को पूरा करने के साथ धूप और लू से होने वाली परेशानी से बचाते हैं। शरीर को ठंडक देते हैं।

तरबूज : यह एक ठंडा फल है। शरीर में पानी की कमी को पूरा करता है। खुश्की और प्यास को भी दूर करता है। गर्मी से छुटकारा दिलाता है। गर्मी के बुखार में तरबूज फायदेमंद होता है। ख्याल रखें कि इसे पेट भर के खाने से जोड़ों में दर्द होने लगता है। इसे खाना खाने से पहले खाने की सलाह दी जाती है। कोशिश करें नाश्ते में खाएं। 100 ग्राम तरबूज में 30 ग्राम कैलोरी होती है। इसमें लगभग 1 मिलीग्राम सोडियम, विटामिन ए 11 प्रतिशत, कार्बोहाड्रेट 8ग्राम, फाइबर 0.4 ग्राम, शुगर 6 ग्राम, विटामिन सी 13 प्रतिशत व 0.6 ग्राम प्रोटीन पाया जाता है।

खरबूजा : खरबूजा रेशे और पानी से भरपूर फल है। इसकी तासीर गर्म है। मगर इसके बीज ठंडे होते हैं। इन बीजों को पीसकर दूध में मिलाकर पीने से शरीर को ऊर्जा मिलती है। खरबूजा दिल को सकून देता है। पीलिया, पथरी और कब्ज की बीमारी को दूर करता है।

खीरा और ककड़ी : इन दोनों की तासीर ठंडी होती है। गर्मी के दिनों में हरी–हरी ताजा ककड़ी खूब मिलती है। खीर या ककड़ी खाकर पानी नहीं पीना चाहिए। ये दोनों प्यास, गर्मी और पेशाब की जलन को दूर करते हैं। कब्ज की समस्या में फायदेमंद हैं। इन पर काला नमक लगाकर खाने से जल्दी हजम हो जाते हैं। इनकी सब्जी भी बना सकते हैं।

अनुभव अमृतम्

शरीर अपना काम करेगा, देह–देवालय अपना काम करेगा। एक सैकेण्ड में कितने इवेन्ट्स, एक सैकेण्ड़ में 20 लाख परमाणु पैदा हो गये। मर गये महीने भर में –दो महीने भर में शरीर की चमड़ी नई आ गयी। पुरानी चमड़ी खत्म हो गयी। हमें एहसास भी नहीं हुआ। ये पृथ्वी घूम रही है। कहाँ एहसास होता है? हम तो इसी जगह बैठे हैं। 4 घंटे से मैं कुर्सी पर बैठा। पृथ्वी कितना घूम चुकी है? जैसे हवाई जहाज में हम बैठते हैं तो कुर्सी तो वहीं रहती है। बेल्ट भी बंधा हुआ, आगे पैर भी सामने कुर्सी के नीचे है। हवाई जहाज तो चल रहा है खूब तेज गति से चल रहा है। हम वहीं है। कुर्सी पर हमें लिए हुए चल रहा है ना? हवाई जहाज केवल बिना हमें लिए नहीं चल रहा। हमें लेकर के चल रहा है। हाँ, तो परिवर्तन ध्यान से समझ लेवें। ये अनित्य है, ये बदल रहा है, ये क्षणभंगुर है, ये स्थायी नहीं है। स्थितियाँ बदलेगी, घटनाएं बदलेगी, व्यक्ति बदलेंगे। हम देख रहे द्रष्टाभाव से देख रहे हैं। हम समताभाव से पुष्टि कर रहे हैं, हम विचलित नहीं होते।

हम सत्य के साथ है, सत्य यह है कि शरीर अनित्य है। सत्य की घटनाएं होती रहे। बाहर से हलचल होती रहे, अन्दर का हिलना नहीं चाहिए। अन्दर हमारे हृदय हिले नहीं। समता भाव की पुष्टि होवे। भाईसाहब ने कहा बेटा कैलाश भीलवाड़ा आजा।

झुंझनु वाला लक्ष्मीकांत जी एल.के. झुंझनुवाला। बहुत बड़ी इंण्डस्ट्रीज कपड़े की, सूत की, धागे की, यार्न की, कपड़ा भी बन रहा है। सूत भी बन रही है, शर्टिंग भी बन रही। कॉटन खरीदी, कॉटन वेस्ट बेचनी जो उनके काम की नहीं है। कितना भगवान ने करवाया? ओहो।

प्रभु की कृपा भयो सब काजू।
जनम हमार सफल भयो आजू।।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 123 (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