

# मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 9 • अंक-2360 • उदयपुर, गुरुवार 10 जून, 2021

• प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया



**समाचार-जगत्**  
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें



**सेवा-जगत्**  
निःस्वार्थ सेवा- नारायण सेवा संस्थान



## उदयपुर की दीपिका का नाम गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड में

उदयपुर शहर की कलाकार दीपिका भंसाली जैन ने गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड में नाम दर्ज कराया है। यह रिकॉर्ड 2 मई 2021 को ऑफिशियल अटैम्प्ट में फेसबुक पर 1 घंटे में सर्वाधिक कलाकारों ने अपनी पेंटिंग बना अपलोड करके बनाया गया है। दीपिका पिछले 6 वर्षों से कला के क्षेत्र में काफी सक्रिय रही है। वे बेंगलुरु में भारतीय कला संस्था की महिला इकाई का



प्रतिनिधित्व कर रही है। रडार्ट संस्था द्वारा कोरोना काल में सकारात्मक सोच को बढ़ावा देने के उद्देश्य से विश्व के 112 देशों से 1149 आर्टिस्ट्स की सहभागिता रही, इनमें से 797 आर्टिस्ट्स गिनीज रिकॉर्ड बनाने के मापदंड पर खरे उतरे। भारत के लगभग 184 शहरों और 26 राज्यों से 900 से ज्यादा कलाकारों ने इसमें हिस्सा लिया।

## पीड़ित किसान परिवार को मदद



कुछ दिन पहले गंगाखेड़ क्षेत्र के कतकरवाड़ी में किसान मंचक कतकड़े के घर में भीषण आग लग गई थी। आग ने उनके घर और उनकी आजीविका बकरियों और उनके दो चूजों को नष्ट कर दिया और दो बैलों को क्षति पहुंचाई। गरीब परिवार संकट में आ गया। कोरोना के कारण, उन्हें शिकायत दर्ज करने के लिए वाहन भी नहीं मिल सके।

मदद की आशा से गरीब किसान परिवार के सदस्य डेप्युटी कलेक्टर सुधीर जी पाटिल के कार्यालय में गए और उन्हें अपनी स्थिति व क्षति की जानकारी दी। यह

महसूस करने हुए इस किसान को कानून के ढांचे के भीतर मदद नहीं मिलेगी, सुधीर पाटिल ने धर्मार्थ संगठन, नारायण सेवा संस्थान उदयपुर जो हर मुश्किल में जरूरतमंद को सहायता के लिए तैयार रहता है।

परभणी जिला संयोजिका श्रीमती मंजू दर्डा से संपर्क किया और उनसे मदद का अनुरोध किया। इस पर उन्होंने पीड़ित किसान परिवार को खाद्यान्न, बर्तन, कपड़े आदि सामान दिया। इस अवसर पर पूजा दर्डा, सखाराम बोबड़े, राहुल सबने एवं हर्ष आंधले भी उपस्थित थे।

## कोरोना संक्रमितों को नारायण सेवा पहुंचा रहा है भोजन-दवाई और ऑक्सीजन



कोरोना की दूसरी लहर से प्रभावितों के लिए विभिन्न सेवा प्रकल्प शुरू किए हैं। कोविड महामारी को लेकर संस्थान ने नया संकल्प लिया है। 'साथी हाथ बढ़ाना' के तहत नारायण सेवा संस्थान कोरोनाग्रस्त होम क्वारंटीन लोगों को घर-घर भोजन पहुंचा रहा है। गत शनिवार को संस्थान ने संकल्प लिया है। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत अग्रवाल ने बताया कि कोरोना से अभी जंग खत्म नहीं हुई है। किन्तु यह निश्चित है कि हम सब के समवेत प्रयास इसे परास्त करके रहेंगे संयम और सतकर्ता की अभी और जरूरत है। संस्थान 36 वर्षों से सेवा का सतत कार्य कर रहा है।

इस विषमता में रोगियों एवं दीन-दुःखियों की ज्यादा से ज्यादा मदद पहुंचाने के लिए संस्थान तत्पर है। कोरोनाकाल में लॉकडाउन के समय संस्थान के गरीब बेरोजगार हुए परिवारों को 50000 परिवारों को निःशुल्क राशन दिया गया। कोरोना की दूसरी लहर में संक्रमित हुए परिवार के घर-घर भोजन के पैकेट पहुंचा रहा है। आज इस महामारी से ग्रस्त लोगों को संस्थान एक मात्र सहारा बना हुआ है। इन भाई-बहनों का ख्याल रखते हुए पौष्टिक आहार प्रतिदिन उनके घर तक भोजन तथा दवाई किट एवं ऑक्सीजन सिलेण्डर पहुंचा रहे हैं।

## मेरठ और परभणी में भी घर-घर भोजन सेवा



कोरोना संक्रमित परिवारों के सेवार्थ नारायण सेवा संस्थान के मुख्यालय पर शुरू हुई घर-घर भोजन सेवा की तर्ज संस्थान की शाखा मेरठ (यूपी.) और परभणी (महाराष्ट्र) में भी निःशुल्क भोजन सेवा 25 अप्रैल से शुरू हुई है।

शाखा परभणी की संयोजिका मंजू दर्डा के नेतृत्व में 1800 से अधिक पैकेट तथा मेरठ में मूलशंकर मेनारिया के सहयोग से 900 से ज्यादा भोजन पैकेट वितरित किए जा चुके हैं। अन्य शाखाओं में भी भोजन, राशन एवं दवाइयां आदि की निःशुल्क सेवा शुरू की जायेगी। यह सेवाएं कोरोना की दूसरी लहर की समाप्ति तक निरन्तर रहेगी पीड़ित मानवता को बचाना संस्थान का सर्वोपरि धर्म है।

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

—लेखक श्री प्रशान्त अग्रवाल नारायण सेवा संस्थान अध्यक्ष



कोविड-19 एक तूफान की तरह आया है और इसके कारण अचानक जो बदलाव हुए हैं, उन्होंने पूरी दुनिया को धोड़ा और आधुनिक बना दिया है। सिर्फ फार्मसी ही नहीं, तकनीक, विज्ञान और अन्य क्षेत्रों के वैश्विक ढांचे 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 प्लेटफॉर्म 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 बाधरहित स्वास्थ्य सेवाएं मिलती रहें। हालांकि स्वास्थ्य के इंफ्रास्ट्रक्चर को बेहतर बनाने के गम्भीर प्रयास किए गए हैं लेकिन दिव्यांगों को बाधरहित 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 प्लेटफॉर्म 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 कैंडिडेट 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 बढ़ा कर उन्हें जीवन के हर क्षेत्र की चुनौतियों 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 बढ़ावा 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 उद्देश्य 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।

## गंगा शहर निवासी गुवाहाटी प्रवासी लोढ़ा परिवार ने पेश की मिशाल पुत्र की शादी में खर्च नहीं कर, दिव्यांगों के ऑपरेशन का लिया संकल्प नारायण सेवपा संस्थान बनी प्रेरणा का स्रोत

बीकानेर। गंगाशहर निवासी व गुवाहाटी प्रवासी समाजसेवी मानमल लोढ़ा ने अपने पुत्र नितेश लोढ़ा की शादी को वृहद स्तर पर न करके एक नारायण सेवा संस्थान के माध्यम से दिव्यांग का ऑपरेशन करवाने का निर्णय लिया है। नारायण सेवा संस्थान बीकानेर के प्रेरक कमल लोढ़ा ने बताया कि गुवाहाटी के व्यवसायी मानमल लोढ़ा ने बताया कि उत्सव के अवसर अनेक मिल जाएंगे लेकिन इस विकट दौर में सेवा धर्म निभाना जरूरी है।

गौरतलब है कि नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर 4 लाख से ज्यादा दिव्यांग ऑपरेशन कर चुकी है। कोरोना काल में 50,000 परिवारों को अनाज का निःशुल्क वितरण किया।



**सम्पादकीय**

मानव जीवन एक सुअवसर है परमात्मा के प्रति आभार अभिव्यक्ति का। शेष सारी योनियों में बस करना है। मानव योनि ही एकमात्र सुविधा देती है कि क्या करना है? कैसे करना है? इस पर चिंतन व क्रियान्वयन कर सके। मानव जीवन में ही ऐसा संभव है कि हम अतीत से शिक्षा ले सकें, वर्तमान को जी सकें, भविष्य को संवार सकें। जो अनजाने में या अज्ञता से पूर्व में हो चुका है उसका पश्चाताप एक सीमा तक तो ठीक है पर उसे सदैव जीवंत रखना यानी भूतकाल में ही ठहर जाना है। भविष्य की योजना बनाना ठीक है पर उसके सपनों में ही खोये रहना बाधक ही होगा। इन दोनों के मध्य वर्तमान है। इस पर हमारा अधिकार भी है और बस भी। यदि भूत ठीक न भी रहा हो व वर्तमान सुधर जाय तो वह कमी पूर्ति हो जाती है। यदि वर्तमान व्यवस्थित है तो भविष्य ठीक होना ही है। इसलिए वर्तमान पर सारा जोर होना चाहिए। मानवीय मूल्यों के साथ वर्तमान को जीने वाला व्यक्ति ही जीवन की सफलता पा सकता है।

**कुछ काव्यमय**

बीत गये और आने वाले  
दोनों कल से क्यों बेकल है ?  
वर्तमान में जो कर लेंगे,  
वही सर्वदा सत्य प्रबल है।  
जो मेरे बस में है केवल,  
वह तो केवल वर्तमान है।  
जो बस में हो उसे देखना,  
यही सत्य व विधि का विधान है।

- वस्तीचन्द्र राव, अतिवि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

**सेवा बनाये दिनचर्या का अंग**

सुबह जल्दी, बहुत जल्दी उठना, दुकान पर जाना, भट्टी चेतन करना, आलू उबालना, मसाले तैयार करना, दूध फेंटना और भी कई काम। उधर दुकान में झाड़ू लगाना, पानी भरना आदि। और यह कार्यक्रम रात में, देर रात तक कड़ाहियों के मांजनें और भट्टी ठंडी करने तक चलता रहता है। यह दिनचर्या, बल्कि कहना चाहिए जीवनचर्या है एक हलवाई की जो रात-दिन अपने परिवार के भरण-पोषण के लिए धनोपार्जन के काम में जुटा रहता है।

यदि यही व्यक्ति किसी दिन इस दिनचर्या से हट के कोई अन्य कार्य करे जिसमें धनोपार्जन की गुंजाईश न हो, उदाहरणार्थ- निःशुल्क सेवा आदि, तब उसका मस्तिष्क तेजी से दौड़ेगा- "यह कार्य करने में मुझे क्या लाभ होगा, कहाँ मेरे नाम का उल्लेख होगा- अथवा इतने घंटों की कार्य- हानि के अलावा कुछ भी हाथ न लगेगा।" उस



दिन घर लौटने पर उसकी पत्नी भी कहेगी - "आज तो आपने काफी काम किया है, थक गए होंगे।" सामान्य कार्यक्रम के अंतर्गत सुबह पांच बजे से रात ग्यारह बजे तक काम करने के उपरांत भी घर पहुंचने पर ऐसी टिप्पणी सुनने को नहीं मिलती। विचार किया जाय तो इसके पीछे दो कारण अनुभव होते हैं - धनोपार्जन और सामान्य

दिनचर्या।

हलवाई ही क्यों, न्यूनाधिक रूप में प्रत्येक व्यक्ति का -संभवतः हमारा और आपका भी दृष्टिकोण इससे बहुत अधिक भिन्न नहीं है। सामान्य व्यक्ति प्रत्येक कार्य को धन की तुला पर तौलता है। सम्पूर्ण दिनचर्या ही धन पर आधारित हो गई है। लीक से हट कर कोई कार्य थकावट का कारण बन जाता है। वस्तुतः हमारी सोच ही ऐसी हो गई है। सेवा कार्य को हमने अपनी दिनचर्या में गिना ही नहीं। यही कारण है कि यह कार्य हमें "अतिरिक्त कार्य" लगता है, इसमें थकान होती है, संभवतः नाम न होने का दुःख भी होता है।

आइये, हम अपने सोच को बदलने का प्रयत्न करें। सेवा कार्य को भी दिनचर्या के अंग के रूप मानें ताकि इसके लिए अलग से प्रयास न करना पड़े, अलग से सोचने की आवश्यकता न पड़े। जीवन के अन्य कार्यों के साथ-साथ सेवा रूपी प्रभु कार्य भी निर्विघ्न चलता रहे।

-कैलाश 'मानव'

**संयम और विवेक**



एक व्यक्ति एक प्रसिद्ध संत के पास गये। बोले गुरुदेव मुझे जीवन के सत्य का पूर्ण ज्ञान हैं। मैंने शास्त्रों का

काफी ध्यान से अध्ययन किया है फिर भी मेरा मन किसी काम में नहीं लगता। जब भी कोई काम करने के लिये बैठता हूँ तो मन भटकता है। आप और हमारे साथ भी ऐसा होता है। तो मैं उस काम को छोड़ देता हूँ। इस अस्थिरता का कारण क्या है? संत ने उसे रात तक इंतजार करने के लिये कहा। रात होने पर वो उसे एक झील के किनारे ले गये। झील के अंदर चांद के प्रतिबिम्ब को दिखाकर बोले- एक चांद आकाश में और एक झील में। तुम्हारा मन इस झील की तरह है। तुम्हारे पास ज्ञान तो है लेकिन तुम उसको इस्तेमाल करने

की बजाय, तुम उसे सिर्फ मन में लाकर बैठे हो। ठीक उसी तरह जैसे झील असली चांद का प्रतिबिम्ब लेकर बैठी है।

तुम्हारा ज्ञान तभी सार्थक हो सकता है। जब तुम उसे अपने व्यवहार में संयमता और एकाग्रता के साथ अपनाने का प्रयास करोगे। झील का चांद तो मात्र एक भ्रम है तुम्हें कार्यों में मन लगाने के लिये, आकाश के चन्द्रमा की तरह बनना है। झील का चांद तो पानी में पत्थर गिराने पर हिलने लगता है। जिस तरह से तुम्हारा मन जरा-जरा सी बातों पर डोलने लगता है ना? तुम्हें अपने ज्ञान और विवेक को जीवन में नियमपूर्वक लाना होगा। अपने जीवन को सार्थक और लक्ष्य हासिल करने में लगाओगे, खुद को आकाश के चांद की तरह पाओगे। शुरू में थोड़ी परेशानी आयेगी पर कुछ समय बाद ही तुम्हें इसकी आदत हो जायेगी। इसलिये आप और हम ध्यान रखें कि जैसे मन नहीं लगता तो मन लगाने के लिये सबसे बड़ा एक तरीका है कि आप उसमें खो जायें। आप उसको समझने की कोशिश करें। उसमें विवेक लगायें, उसमें संयम रखें। क्योंकि अगर आप विवेक नहीं लगायेंगे, आप रटा मारेंगे। आप किसी चीज को ऐसे याद करने की कोशिश करेंगे रटा मारकर तो नहीं होगी। लेकिन आप उसे समझकर याद करेंगे तो तुरन्त याद हो जायेगी। इसलिये ध्यान रखें संयम और विवेक का जो कोम्बीनेशन है वो बराबर चलना चाहिये।

- सेवक प्रशान्त भैया

**एक सेवाभावी मानव की जीवनी**

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

शिविर पूर्ण होने के बाद कैलाश वापस सुमेरपुर लौट आया। एक दिन वह अपने कार्यालय में बचत काउन्टर पर बैठा था। उसके पास ही एक अन्य काउन्टर पर दूसरा क्लर्क बैठा था जो मनीआर्डर ले रहा था। यहां लम्बी कतार लगी हुई थी। कैलाश ने देखा कि एक व्यक्ति बार बार लाईन से आगे आकर बाबू से कुछ कहना चाह रहा था, बाबू उसे फटकार कर वापस लाईन में लगने को कहता। आधे घण्टे की प्रतीक्षा के बाद जब उसका क्रम आया तो उसने 300 रु. बाबू को देते हुए कहा- आपने ये 300 रु. लिये नहीं और मुझे रसीद दे दी, मैं घण्टे भर से आपको यही बताने की कोशिश कर रहा हूँ मगर आप सुनते ही नहीं। मैं मनीआर्डर की रसीद लेकर घर पर गया तो देखा 300 रु. मेरे हाथ में ही हैं इसलिये वापस देने आया, यही सोचा कि घाम को महीने भर की तनखा भी रख दोगे तो 300 रु. नहीं होंगे। उस वक्त

बाबू की तनखा ही 208 रु. होती थी। कैलाश इस व्यक्ति की ईमानदारी से प्रभावित हुआ तो अपने साथी बाबू की कृतघ्नता पर बहुत भी दुखी हुआ। बाबू ने उस व्यक्ति को न तो धन्यवाद दिया न ही उसकी ईमानदारी की प्रशंसा की वरन् झपट कर 300 रु. ले लिये। कैलाश ने उस व्यक्ति को अपने पास बुलाया और उसकी प्रशंसा की। वह बोला-बेईमानी का पैसा पचता नहीं बाबूजी।पोस्ट ऑफिस में काम करते हुए मानवीय संवेदनाओं से भरे प्रसंग कैलाश के समक्ष उपस्थित होते ही रहते थे। एक दिन एक डाक्टर समीप ही कार्यरत रजिस्ट्री बाबू के पास आया। बोला- पोस्टमेन घर पर रजिस्ट्री लेकर आया था मगर मैं उस समय अस्पताल में था। जरूरी रजिस्ट्री है इसलिये आप मुझे यहीं दे दो। मैं दस्तखत कर देता हूँ।

