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-2315 • उदयपुर, सोमवार 26 अप्रेल, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

आर्कटिक : राजस्थान व मध्यप्रदेश जितनी पिघलेगी बर्फ!

आर्कटिक सागर में तेजी से बर्फ पिघल रही है। अमरीकी नेशनल एयरोनॉटिक्स एंड स्पेस एडमिनिस्ट्रेशन (नासा) के आकलन के आधार पर अनुमान लगाए तो वर्ष 2021 में देश के दो बड़े राज्यों राजस्थान और मध्यप्रदेश के क्षेत्रफल से अधिक बर्फ आर्कटिक में पिघल जाएगी। लगातार तापमान बढ़ने से आर्कटिक में बर्फ भी कम जम रही है। इससे बाढ़ का खतरा बढ़ेगा।

गर्मियों में पिघलने वाली बर्फ की रिकवरी हर साल मार्च माह तक हो जाती है। इससे बर्फ के जमने–पिघलने का संतुलन बना रहता है। लेकिन आर्कटिक में ऐसा नहीं है। यहां बर्फ अधिक पिघल रही है। वैज्ञानिकों के अनुसार इसकी वजह है आर्कटिक सागर का तापमान अन्य ग्रहों की अपेक्षा तीन गुना तेजी से बढ़ रहा है।

8.8 लाख वर्ग किमी पिघलेगी

नासा की रिपोर्ट के अनुसार वर्ष 2021 में आर्कटिक में 8.8 लाख वर्ग किलोमीटर बर्फ पिघल जाएगी। यह भारत के दोनों बड़े राज्यों, मध्यप्रदेश व राजस्थान के क्षेत्रफल 6.5 लाख वर्ग किमी से अधिक है। गौरतलब है कि आर्कटिक का क्षेत्र 140 लाख वर्ग किमी है। इतनी बड़ी तादाद में बर्फ का पिघलना आर्कटिक की सेहत के लिए अच्छा नहीं माना जा सकता।

लगातार पिघल रही बर्फ : ब्रिटेन की यूनिवर्सिटी ऑफ लीड्स के वैज्ञानिकों के अध्ययन के अनुसार 1994 से 2017 के बीच 23 साल में 28 ट्रिलियन टन बर्फ पिघल चुकी है। इसमें सबसे ज्यादा 7.6 ट्रिलियन टन बर्फ आर्कटिक से पिघली है।

अस्तित्व पर मंडराया खतरा

सैटेलाइट डेटा के अनुसार 2020 से मार्च 21 तक पिछले 43 सालों में आर्कटिक में सबसे कम बर्फ जमी है। आर्कटिक महासागर में ग्रीनलैंड और कनाडाई आर्कटिक द्वीपसमूह के बीच 40 किमी चौड़े और 600 किमी लंबे क्षेत्र में पहले से जमी पुरानी बर्फ की परत कमजोर हो रही है। इससे आर्कटिक के अस्तित्व पर खतरा हो सकता है।

कचरे से बिजली, फायर स्टेशन रोशन

लोगों के घरों से निकलने वाले कचरे से नगर निगम उदयपुर का मादड़ी स्थित फायर स्टेशन रोशन हो रहा है। यहां कचरे से मिथेन गैस बनाकर बिजली का उत्पादन किया जा रहा है। इस प्रोसेस से फायर स्टेशन में पावर ग्रिड से आने वाली बिजली की खपत आधी रह गई। फायर स्टेशन पर लगाए गए डीसेंट्रलाइज्ड सएड बायो बायोमिथेनेशन प्लांट से प्रतिदिन 150 यूनिट बिजली व 300 किलो जैविक खाद उत्पादित की जा रही है।

नगर निगम ने स्विस डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन द्वारा अनुदानित देश के 8 शहरों में चल रहे कपैंसिटीज प्रोग्राम के अंतर्गत इकली साउथ एशिया के सहयोग से वर्ष 2019 में गीले कचरे के निस्तारण के लिए 2 टन प्रतिदिन क्षमता वाला डीसेंट्रलाइज्ड सएड बायोमिथेनेशन प्लांट मादड़ी स्थित फायर स्टेशन में लगाया था। डेढ़ वर्ष से सुचारू रूप से इस प्लांट से फायर स्टेशन पर एक समय बिजली उसी से जल रही है।

महिला काम कर रहीं इस प्लांट में गीले कचरे निस्तारण के क्षेत्र मे नगर निगम द्वारा किया गया यह पहला प्रयास एनयूएलएम के माध्यम से महिलाओं द्वारा संचालित किया जा रहा है ताकि महिलाओं को आर्थिक रूप से सक्षम बनाया जा सके।

निगम कचरे से भी कमाएगी राजस्व

स्मार्ट सिटी प्रोजेक्ट के तहत कचरा निस्तारण के लिए अब तक ये प्लांट बन चुके हैं जो गीले सूखे कचरे के निस्तारण में अभी काम में लिए जा रहे है। पूरी तरह से व्यवस्था होने के बाद निगम इस कचरे से भी राजस्व अर्जित करेगा।

पांच वार्डो के कचरे से चल रहा काम

प्लांट में पांच वार्डो से प्रतिदिन आने वाले 2 टन प्रतिदिन जैविक कचरे से वैज्ञानिक रूप से निस्तारण किया जा रहा है। यह टेरी दिल्ली की बायफेजिक एनारोबिक डाइजेशन टेक्नालॉजी पर कार्य करता है और इस टेक्नालॉजी पर आधारित राजस्थान का पहला प्लांट था। इस तकनीक की मदद से कचरे से मिथेन गैस बनाई जाती है।

सेवा–जगत्
दिव्यांगों की सेवा में, आपकी नारायण सेवा

महाकुंभ हरिद्वार में नारायण सेवा

आस्था के संबंधों बड़े पर्व महाकुंभ में नारायण सेवा संस्थान भी श्रद्धालूओं की विविध प्रकार की सेवा में लगा है। दिव्यांगों के लिए चिकित्सा व सहायक उपकरणों का वितरण, सहयोगियों व श्रद्धालूओं के लिए नाश्ता, भोजन का प्रबंध तथा संतो के लिए महाप्रसादी का क्रम निरंतर जारी है।

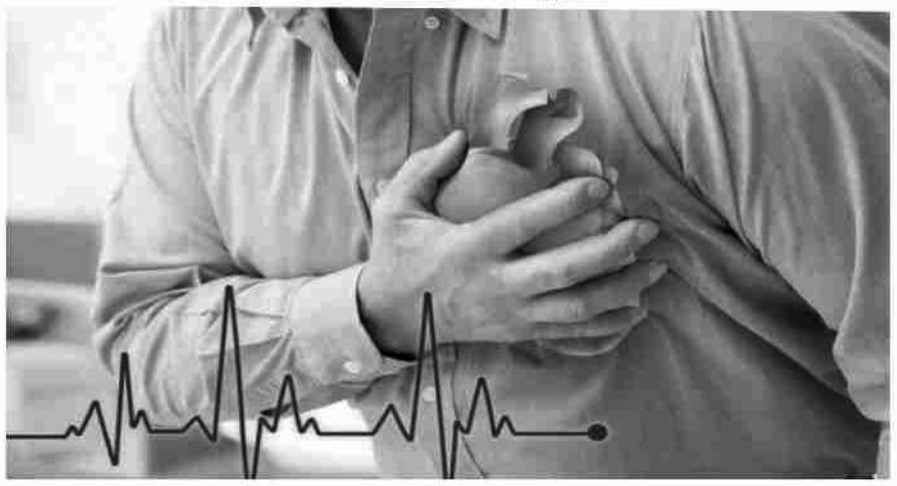
दो राशियों की संक्रांति पर आयोजित शाही स्नान में संस्थान द्वारा निर्वाणी अखाड़ो की शाही स्नान यात्रा भी धुमधाम से निकाली। इस स्नान में करीब 13.5 लाख लोगों ने पवित्र गंगा में डूबकी लगाई।

संस्थान के शिविर में इस पर्व पर रानीपुर (उत्तराखंड) के विधायक श्री आदेश जी चौहान, लक्सर विधायक श्रीसंजय जी गुप्ता व वरिष्ठ पत्रकार श्री सुधीर जी शर्मा का आगमन हुआ। संस्थान प्रतिनिधियों द्वारा अतिथियों का स्वागत किया गया। सभी ने नारायण सेवा–प्रयासों की सराहना की।

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।

हार्ट अटैक के खतरे के बारे में सूचना देगी स्मार्टवाच



हार्ट अटैक के बढ़ते खतरे और इसके लक्षणों को समय रहते जानने के लिए इजराइल की एक कंपनी ने बेहतरीन पहल की है। मेडिकल डिवाइस कंपनी कार्डिएकेंस ने एक स्मार्टवॉच विकसित की है जो कार्डियक अरेस्ट या स्ट्रोक की चेतावनी दे सकती है। यह व्यक्ति की हृदय गति, ब्लड प्रेशर, ऑक्सीजन की मात्रा जैसी जरूरी आयामों को ट्रैक करता है। कंपनी का कहना है कि यह हार्ट अटैक के संभावित लक्षणों को बताने में 99 फीसदी सटीक है। यह स्मार्टवॉच, संबंधित व्यक्ति की ईसीजी मॉनिटरिंग और फोटो प्लेथ्सोग्राफी की स्थिति को ट्रैक कर इसकी रीडिंग डॉक्टर को भेजता रहता है। कार्डिऐकेंस कंपनी का कहना है कि अस्पताल में मौजूदा उपकरणों के मुकाबले यह काफी सुविधाजनक है। आमतौर पर लोगों के स्वास्थ्य की मॉनीटरिंग नहीं हो पाती है और परंपरागत साधन काफी महंगे होते हैं।

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।

जानें अपने देह- देवालय को

मस्तिष्क जन्तुओं के केन्द्रीय तंत्रिका तंत्र का नियंत्रण केन्द्र है। यह उनके आचरणों का नियमन एंव नियंत्रण करता है। स्तनधारी प्राणियों में मस्तिष्क सिर में स्थित होता है तथा खोपड़ी द्वारा सुरक्षित रहता है। यह मुख्य ज्ञानेन्द्रियों, आँख, नाक, जीभ और कान से जुड़ा हुआ, उनके करीब ही स्थित होता है। मस्तिष्क सभी रीढ़धारी प्राणियों में होता है परंतु अमेरूदण्डी प्राणियों में यह केन्द्रीय मस्तिष्क या स्वतंत्र गैंगलिया के रूप में होता है। कुछ जीवों जैसे निडारिया एंव तारा मछली में यह केन्द्रीभूत न होकर शरीर में यत्र तत्र फैला रहता है, जबकि कुछ प्राणियों जैसे स्पंज में तो मस्तिष्क होता ही नही है। उच्च श्रेणी के प्राणियों जैसे मानव में मस्तिष्क अत्यंत जटिल होते हैं। मानव मस्तिष्क में लगभग 1 अरब तंत्रिका कोशिकाएं होती है, जिनमें से प्रत्येक अन्य तंत्रिका कोशिकाओं से 10 हजार से भी अधिक संयोग स्थापित करती हैं। मस्तिष्क शरीर का सबसे जटिल अंग है। मस्तिष्क के द्वारा शरीर के विभिन्न अंगों के कार्यों का नियंत्रण एवं नियमन होता है। अतः मस्तिष्क को शरीर का मालिक अंग कहते हैं। इसका मुख्य कार्य ज्ञान, बुद्धि, तर्कशक्ति, स्मरण, विचार निर्णय, व्यक्तित्व आदि का नियंत्रण एवं नियमन करना है। तंत्रिका विज्ञान का क्षेत्र पूरे विश्व में बहुत तेजी से विकसित हो रहा है। बडे–बड़े तंत्रिकीय रोगों से निपटने के लिए आण्विक, कोशिकीय, आनुवंशिक एवं व्यवहारिक स्तरों पर मस्तिष्क की क्रिया के संदर्भ में समग्र क्षेत्र पर विचार करने की आवश्यकता को पूरी तरह महसूस किया गया है। एक नये अध्ययन में निष्कर्ष निकाला गया है कि मस्तिष्क के आकार से व्यक्तित्व की झलक मिल सकती है। वास्तव में बच्चों का जन्म एक अलग व्यक्तित्व के रूप में होता है और जैसे जैसे उनके मस्तिष्क का विकास होता है उसके अनुरुप उनका व्यक्तित्व भी तैयार होता है। मस्तिष्क खोपड़ी में स्थित है। यह चेतना और स्मृति का स्थान है। सभी ज्ञानेंद्रियों– नेत्र, कर्ण, नासा, जिह्वा तथा त्वचा – से आवेग यहीं पर आते हैं, जिनको समझना अर्थात् ज्ञान प्राप्त करना मस्तिष्क का काम है।

अब हमें मच्छरों से बचाएंगे ग्रैफीन से बने कपड़े

डब्लूएचओ की रिपोर्ट के अनुसार 2016 में मलेरिया से 445,000 लोगों की मौत हुई थी। दुनिया की आधी आबादी को मच्छरों द्वारा फैलने वाले रोगों का खतरा है। इससे सुरक्षा पाने के लिए शोधकर्ताओं ने ग्रैफीन लाइन नामक कपड़े पहनने का विकल्प सुझाया है। अमेरिका की ब्राउन यूनिवर्सिटी के वैज्ञानिकों ने बताया कि ग्रैफीन से बने कपड़ों का उपयोग करने से मच्छरों के डंक मारने को काफी हद तक रोका जा सकता है। इससे मलेरिया के प्रसार पर रोक लगेगी। इस कपड़े को मच्छर के

डंक भेद नहीं सकते।

ब्राउन यूनिवर्सिटी के वैज्ञानिकों का कहना है कि यह कपड़ा सामान्य कपड़ों से कई गुना पतला और मजबूत है। मानव के पसीने तथा शरीर की गंध से आकर्षित होकर ही मच्छर खून चूसने चले आते हैं। ऐसे में यह कपड़ा हमारी गंध को रोकता है। हम इन कपड़ों को पहनकर या ओढ़कर सोएं तो मच्छर हमें डंक नहीं मार सकेंगे। कपड़ा तैयार करने वाली टीम के प्रोफेसर रॉबर्ट हर्ट ने कहा कि हम ग्रैफीन के रूप में ऐसे कपड़े बनाने पर काम कर रहे हैं जो विषैले रसायनों के खिलाफ सुरक्षा कवच के रूप में काम करे। मच्छर भगाने के लिए हम विभिन्न प्रकार के विकल्प अपनाते हैं जो घातक रसायनों से बने होते हैं। इन सब में हमारे सामने ग्रैफीन से बने कपड़े बेहतर विकल्प है।

ग्रैफीन पतले कार्बन परमाणुओं से बना पदार्थ जिसे 2004 में मैनचेस्टर विवि के दो शोध प्रोफेसरों ने खोजा था। यह मधुमक्खी के छत्ते जैसे आकार की एक परत है जो स्टील से कई गुना मजबूत है। यह दुनिया का सबसे पतला, हल्का, मजबूत, पारदर्शी एवं लचीला मटेरियल है। इससे सुपर कैपेसिटर बनाने का प्रयास जारी है। इससे बुलेटप्रूफ़ जैकेट भी बनाए जाने वाले हैं। इस मटेरियल का इस्तेमाल हर इलेक्ट्रॉनिक और नॉन इलेक्ट्रॉनिक प्रोडक्ट बनाने के लिए किया जा सकता 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
कैलिपर	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, 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.

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

समता को अनेक महापुरुषों ने जीवन के उत्थान का प्रमुख गुण माना है। वस्तुतः समता केवल एक गुण नहीं है वरन् स्वयं गुण होते हुए अनेक गुणों का प्राकट्य करने वाला महागुण भी है। समता भाव जिस व्यक्ति में विकसित हो जाता है वह स्वतः ही अनेक कमियों पर विजय पाने लगता है। समत्व प्राप्त व्यक्ति सभी मनुष्यों को ईश्वर अंश या संतान मानते हुए उन्हें समानता का दर्जा देता है। समत्ववादी हरेक में गुणदर्शन ही करता है क्योंकि परमात्मा द्वारा रचित हर कृति में वह परमात्मा की ही छवि देखता है।

समता से ममता का भी संतुलन होने लगता है। ममत्व भाव में एकांगी दृष्टि हो सकती है पर जब ममता पर समता की छाप लग जाती है तो वह दोषमुक्त हो जाती है। समता से क्षमता भी विकसित होती है। क्षमतावान होने से समता पुष्ट ही होगी। अतः अनेक सद्गुणों का मूल मंत्र समता है।

कुछ काव्यमय

स्वारथ का संसार है,
स्वारथ का व्यवहार ।
जिस दिन मनवा जान ले,
उस दिन बेड़ा पार।।
परमार्थ करते रहो,
स्वारथ भी दब जाय।
भूल चूक व्यापे नहीं,
इसमें ना दो राय।।
स्व – पर यही तो भेद है,
जिससे हो पहचान।
स्वहित तो सब ही जीये,
परहित वो इंसान ।
दीन दुखी की वेदना,
जिस उर में रम जाय।
विधि की ये नियमावली,
वो मानव कहलाय।।
अंतरतम झकझोरता,
क्यों दुखिया संसार।
क्यों कोई वंचित रहे,
पाने प्रभु का प्यार।।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

करोना वायरस

तेजी से फैलने को रोकने के लिए कैश लेनदेन कम करें

मोबाइल वॉलेट, पेटीएम, डेबिट कार्ड, क्रेडिट कार्ड और यूपीआई आदि का प्रयोग ज्यादा करें!

जनहित में ज्यादा से ज्यादा शेयर

अपनों से अपनी बात

न छोड़ें सेवा का कोई मौका

हमारे जीवन में भी कई बार परमात्मा आते हैं, अलग–अलग रूप में। पीड़ितों की सेवा करें, सहज उनके दर्शन हो जाएंगे।

एक सेठ को सपने में प्रभु ने दर्शन दिए और कहा–'कल, मैं तुम्हारे घर आऊँगा।' सुबह सेठ अत्यन्त प्रसन्न थे और प्रभु के स्वागत की तैयारियों में जुट गए। विशेष स्वागत द्वार बनवाए, अनेक स्वादिष्ट व्यंजन बनवाए। सेठजी स्वयं भी सज–धज कर द्वार पर पलकें बिछाए खड़े थे।

तभी दुर्घटना में घायल एक व्यक्ति आया, शरीर के कुछ हिस्सों से रक्त बह रहा था। उसने सेठ जी से सहायता का आग्रह किया। सेठजी ने कहा–अभी मरहम पट्टी का समय नहीं है। अभी यहाँ भगवान आने वाले हैं। मैं तुम्हारी मरहम पट्टी में लगा और उधर भगवान आ गए तो मैं उनका स्वागत–सत्कार

कैसे करूंगा? दुःखी मन से घायल वहाँ से चला गया। उसके जाते ही एक भूखा द्वार पर आया, भूख के मारे पेट और पीठ एक हो रहे थे, तन पर वस्त्र नहीं थे। सेठ ने हाथ जोड़कर याचना की–सेठजी चार दिन से भूखा हूँ। खाने को कुछ दे दीजिए, भगवान आपका भला करेंगे। सेठजी ने उत्तर दिया–भगवान तो मेरा भला करने आने ही वाले हैं। तुम फिर कभी आ जाना। भूखा व्यक्ति दुःखी होकर वहाँ से चला गया। सेठ जी दिनभर भगवान के इंतजार में बिना कुछ खाए–पीए खड़े रहे, परंतु भगवान नहीं आए। आखिर निराश होकर देर रात्रि में जब सेठ जी भी सो गए।

भगवान ने पुनः उन्हें सपने में दर्शन दिए। सेठजी ने उलाहना दिया– आप तो पधारे ही नहीं। आपने झूठा आश्वासन क्यों दिया? मैं दिनभर आपकी प्रतीक्षा में भूखा–प्यासा खड़ा रहा, पाँवों में दर्द होने लगा, तब भी मैं आपका इंतजार करता रहा। इस पर भगवान बोले –'मैं तो आया था तुम्हारे पास दो बार, परंतु तुम ही मुझे नहीं पहचान पाए, तो इसमें मेरी क्या गलती? प्रथम बार अपने घाव पर मरहम लगवाने और दूसरी बार पेट की भूख मिटाने।'

– कैलाश 'मानव'

क्षमा

जिन्दगी को हमने कुछ
यूँ आसाँ कर लिया,
किसी से माफी माँग ली,
किसी को माफ कर दिया।
–गालिब

माफी माँगना और माफ कर देना, दोनों ही खुश रहने के राज हैं। यद्यपि दोनों ही कार्य कठिन हैं, परन्तु असम्भव नहीं। माफी माँग लेने वाला व्यक्ति अपनी गलतियों को किसी अन्य पर नहीं थोपता। वह सदैव प्रसन्न रहता है। दूसरों की गलतियों के लिए उन्हें माफ करने वाले व्यक्ति में कभी क्रोध प्रवेश नहीं करता। वह भी सदैव प्रसन्न रहता है।

भारत के प्रथम राष्ट्रपति डॉ. राजेन्द्र प्रसाद ने एक बार अपने निजी सहायक के साथ काफी लम्बे समय

तक बैठकर अत्यन्त मेहनत से कुछ मसौदा तैयार किया, जिसे अगले दिन उन्हें किसी सभा में पढ़ना था। मसौदा तैयार होने के पश्चात् वे किसी काम से दूसरे कक्ष में गए और वापस आकर देखा कि उनका निजी सहायक खड़े–खड़े थर–थर काँप रहा था। टेबल पर स्याही की दवात गिर गई थी और वह पत्र (मसौदा) स्याही से भर गया था। यह देखकर डॉ. राजेन्द्र प्रसाद तनिक भी क्रोधित नहीं हुए। उन्होंने निजी सहायक को क्षमा करते हुए कहा, "चलो पुनः शुरू करते हैं।" निजी सहायक खुश हो गया।

कहा है, 'क्षमा वीरस्य भूषणम्'। क्षमा वीरों का आभूषण है। आज व्यक्ति के दुःख का एक प्रमुख कारण यह भी है कि हम सामने वाले की छोटी–सी गलती के लिए भी उसे क्षमा नहीं करते और अपनी बड़ी से बड़ी गलती के लिए क्षमा नहीं माँगते हैं। क्षमा माँगना और क्षमा करना दोनों ही जीवन में प्रसन्नता लाते हैं। यदि हमें प्रसन्न रहना है और औरों को भी प्रसन्न रखना है तो हमें क्षमा को अपनाना ही होगा।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

प्रशान्त की सुबह 5 बजे की वापसी की उड़ान थी। उसने कहा– पापा, मैं सुबह की उड़ान रद्द करवा कर शाम की करवा लेता हूं , आपकी पट्टी हो जाये उसके बाद चला जाऊंगा। कैलाश ऑपरेशन से सन्तुष्ट था उसने मना कर दिया, कहा– तू चला जा, सब कुछ सामान्य है, चिन्ता की कोई बात नहीं। प्रकाश का मकान हवाई अड्डे के पास ही था, उसने प्रशान्त से कहा– तू प्रकाश के घर जाकर सो जा और सुबह निकल जाना। प्रशान्त भी मान गया, रात 11 बजे तक वह अपने पिता के साथ रहा फिर प्रकाश के घर हेतु निकल गया।

रात्रि को 1 बजे के लगभग कैलाश की आंख में असह्य दर्द उठा। उसने सोचा कोई दर्द निवारक गोली ले ले तो दर्द दूर हो जायेगा। कमरे में न तो कोई दर्द निवारक गोली थी, न कोई एन्टीबायोटिक गोली। अस्पताल में ही एक मेडिकल स्टोर था जो दिन रात खुला रहता था, किसी को वहां से दर्द निवारक गोली लेने भेजा। मेडिकल स्टोर वाले बिना डाक्टर के पर्चे के कोई दवाई नहीं देते थे, उन्होंने साफ मना कर दिया। रात्रि के इस प्रहर में कोई डाक्टर भी उपलब्ध नहीं था जो लिख कर दे सके।

कैलाश दर्द से तड़प रहा था। मेडिकल स्टोर वाले ने पेरासिटेमोल गोली जरूर दे दी थी, जिसकी छूट थी, पर यह गोली लेने से भी उसका दर्द कम होने का नाम नहीं ले रहा था। दर्द के कारण उसे नींद भी नहीं आ रही थी। पूरी रात उसने एक भंयकर दुःस्वप्न की तरह गुजारी, एक अनजाने अनिष्ट की आशंका ने उसे जकड़ लिया था। मुसीबतें उसका जीवन रही हैं, पूरी जिन्दगी उसने हर मुसीबत का सामना करते हुए एक नई ऊंचाई तय की थी। आशंकाओं और विश्वास के बीच डूबते– उतरते हुए उसने रात पूरी की।

अंश-239

सिंथेटिक फूड कलर हैं हानिकारक

त्योहारों का सीजन आते ही मार्केट में मिठाइयों की बहुतायत में बिक्री होती है। ये दिखने में इतनी रंग–बिरंगी होती हैं कि इन्हें देखते ही मुंह में पानी आने लगता है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि इनमें सिंथेटिक रंगों की मिलावट भी हो सकती है। एफएसएसएआई ने सिंथेटिक रंग की मात्रा तय कर रखी है। 100 पीपीएम यानी 100 किलो मिठाई में केवल एक ग्राम या इससे भी कम प्रयोग होने के नियम है। निर्माता इससे अधिक प्रयोग करते हैं तो यह शरीर को नुकसान पहुंचा सकते हैं।

डार्क कलर से झांसा

ऐसा जरूरी नहीं मिठाई उसके नाम के अनुरूप दिखे। जैसे केसर बर्फी का गहरा केसरी रंग उसमें केसर के कारण नहीं बल्कि गहरे सिंथेटिक फूड कलर के कारण होता है। इसी प्रकार पाइनेपल या चॉकलेट नहीं होता। ये फूड कलर व फ्लेवर से बनती हैं।

हो सकती हैं एलर्जी

अप्रुव्ड फूड कलर भी सिंथेटिक हैं जैसे लाल (इरिथोसिन, कारमोसिन), पीला (सनसेट येलो, टारटाजीन), हरा (फास्ट ग्रीन एफसीएफ)। ये ऐजो, इंडिगोइड केमिकल प्रकृति के हैं। अधिक प्रयोग से एलर्जी व अन्य रोगों की आशंका रहती है। इसमें अचानक चेहरे, होंठ व आंखों में सूजन, लालिमा, त्वचा पर लाल रंग के चकत्ते हो जाते हैं। बच्चों में चिड़चिड़ापन मुख्य है। सावधानी से मिठाई खाएं।

अनुभव अमृतम्

घड़ी टिक–टिक कर रही है, आगे बढ़ रही है मिनट–सैकेण्ड पर जिस हाथ में घड़ी बंधी वो निष्प्राण हो गया। ये ही जीवन और फिर भी आश्चर्य होता है मन में कितना कचरा? उसने ये बोल दिया। 3 साल पहले उसने बोला था तब तो हमारे से कुछ बना नहीं। अब बोलकर के बतावें। ईंट का जवाब पत्थर से दूंगा। भूतकाल चला गया। भविष्य में लौटते चला गया। ये भूत, ये भविष्य और कभी –कभी भूत –भविष्य में नहीं एक विचार आया वो पूरा नहीं हुआ। तब तक दूसरा विचार आ गया। वो विचार अधूरा रह गया। फिर तीसरा आ गया। जैसे एक पागल व्यक्ति। भीण्डर में एक –दो ऐसी ही लेडिज घूमती रहती थी। हम देखते थे। भीण्डरेश्वर महादेव के गेट तक जाती वहाँ से फिर रावली पोल होकर के बालेश्वर बस स्टेण्ड तक आती। फिर पाँच–दस चक्कर लगाती थी। हर कुछ बोलती रहती धीरे–धीरे। बक–बक से हम डरते थे। कहीं ये पत्थर नहीं मार दे। एक पागल के सामने जो तीन दिन का भूखा किसी को दया आई। थाली में भोजन परोसकर दिया। भूखा था जैसे ही रोटी का कोर उठाया लगा। अरे! सामने वाला मेरा दुश्मन है ये हथगोले हैं। रोटी फेंक रहा। भूखा फिर भी रोटी फेंक रहा हैं। दो मिनट में दूसरा विचार आ गया। मैं साबुन से नहा रहा। मैं बाथरुम में घुसा हुआ हूँ। ये साबुन का टुकड़ा है। मैं इसको सिर पर लगा दूं। लोग कह रहे थे देखो ये पागल है। अपना विचार देखा। ये बार –बार अनावश्यक विचार क्यों आते है– भाई? कहीं ना कहीं हम भी तो ऐसे नहीं हैं? ये विचार ये छूटा उसने वो कह दिया, यह कह दिया। जो कह दिया– लाला। अनित्य है, क्षणभंगुर है, आता–जाता रहता है। 10 वीं की परीक्षा 1962 और उसके बाद कितने साल गुजर गये कैलाश ? अभी तेरा मोह नहीं छूटा। क्या अभी तेरे को बोधि प्राप्त नहीं हुई क्या? गंगा जी के बीच में टापू पर बैठकर के पिताजी ध्यान कर रहे थे, तो सामने बैठा तूं भी ध्यान कर कैलाश, तेरा ध्यान क्यों नहीं लगा?

सेवा ईश्वरीय उपहार– 119 (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
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