आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353
डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023

दैनिक समाचार–पत्र

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

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 10 • अंक-2629 • उदयपुर, सोमवार 07 मार्च, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

कोई न दुखिया रहे सब सुखी संसार हो

'कोई न दुखिया रहे–सब सुखी संसार हो' की परम पुनीत भावना से ओत–प्रोत नारायण सेवा संस्थान ने संवेदनशील अध्यक्ष प्रशान्त अग्रवाल के सान्निध्य में उदयपुर जिले के वंचित–वनवासी जनजाति क्षेत्रों में बसे निर्धन– दलित–आदिवासी के दर्द को अपनाकर उनके आंसू पोंछने की मुहिम शुरू की है। जिसके तहत अतिदुर्गम– सुदूर आदिवासी गांवों आमदारी, उखलियात, रणेश जी तथा गोगुन्दा पंचायत समिति की ग्राम पंचायत नाल के नाथिया थल गांव में पिछले माह शिविर आयोजित कर बीमार, दिव्यांग, औरतों, बच्चों और वृद्धों को अन्नदान सहित विभिन्न मदद सामग्री दी गई।

उक्त शिविरों के माध्यम से करीब 2550 निर्धन जरूरतमंदों, वंचित, वनवासी–आदिवासी बच्चों और स्त्री–पुरूषों को मदद मिली। ठिठुरन से बचाने के लिए 900 से अधिक कम्बल, 650 जोड़ी चप्पलें, 250 शूज, 590 जोड़ी मौजे, 290 टोपे–मफलर दिए।

15 क्विंटल मक्का और 4000 पैकेट पौष्टिक बिस्किट का वितरण हुआ। मैले–कुचैले आदिवासी बच्चों को स्वस्छ एवं स्वस्थ बनाने के लिए एक हजार से अधिक बालकों के नाखून–बाल काटकर, मंजन करवाकर – नहलाया। नहाने के साबुन की 700 टिकिया, 560 टूथ पेस्ट–ब्रुश, 250 अंडर वियर–बनियान

और 250 नये पेंट– टीशर्ट, 900 स्वेटर बांटे गए।

शिविर मे 22 विधवा–नेत्रहीन और दिव्यांग औरतों को राशन सामग्री एवं सहायक उपकरण दिए गए। फटे–पुराने और एक ही जोड़ी कपड़ो में जीवन बसर करने को मजबूर वृद्धों और महिलाओं को 250 लुगड़ी और 250 धोतियां भेंट की गई। संस्थान की मेडीकल टीम के प्रभारी डॉ अक्षय गोयल और डॉ. गोयल और डॉ. राजन जैन ने 500 से ज्यादा बीमार आदिवासियों का स्वास्थ्य परीक्षण किया। मौसमी बीमारी, कुपोषण, एलर्जी, एनिमिया, दाद–खुजली, सर्दी–जुकाम – खांसी के लक्षणों वालों को निःशुल्क दवाइयां दी। शिविर से लाभान्वित वनवासी बच्चे, बूढ़े और औरतें प्रफुल्लित हो उठीं और संस्थान को दिल से दुआएं दी। इन शिविरों की सफलता में संस्थान की 30 सदस्यीय सेवाभावी टीम समर्पित भाव से जुटी हुई है। गोगुन्दा पंचायत समिति के अन्तर्गत नाल पंचायत के नाथिया थल गांव मे संस्थान अध्यक्ष के परहितकारी नेतृत्व में 2 फरवरी 22 को अन्नदान, वस्त्रदान, शिक्षा एवं चिकित्सा सहायता शिविर आयोजित हुआ। जिसमें महीनों से स्नान नहीं किए वनवासी बच्चो के नाखून–बाल काटकर उन्हें नहलाया ही नहीं गया अपितु उन्हें नए कपड़े–पेन्ट–शर्ट–टी–शर्ट, मौजे– शूज, स्वेटर भी पहनाये गये और खाने को पौष्टिक बिस्किट दिए गए। करीब 350 निर्धन–दलित–वंचित आदिवासी महिलाओं को 15 क्विंटल मक्का, 300 ओढ़नी, 250 जोड़ी चप्पल और 250 कम्बलें बांटी गई। शिविर में आए वृद्ध दिव्यांग और बीमार लोगों को 150 धोती, 5 स्टिक, 3 वैशाखी देने के साथ डॉ. राजन जैन ने स्वास्थ्य की जांच कर निःशुल्क दवाइयां दी।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity

विशाल निःशुल्क दिव्यांग जांच,
ऑपरेशन चयन
एवं कृत्रिम अंग (हाथ-पांव) माप शिविर
दिनांक व स्थान

13 मार्च 2022 : बजरंग आश्रम, हॉसी, हरियाणा

13 मार्च 2022 : चन्द्रपुर

इस दिव्यांग भाग्योदय शिविर में आपश्री सादर आमंत्रित है एवं अपने क्षेत्र में जो दिव्यांग भाई बहन है उन तक अधिक से अधिक सूचना देवें।

+91 7023509999
+91 2946622222
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

पू. कैलाश जी 'मानव'
संस्थापक चेयरमैन,नारायण सेवा संस्थान

'सेवक' प्रशान्त भैया
अध्यक्ष, नारायण सेवा संस्थान

सेवा–शिरोमणी सज्जनन सम्मानित

दीन–दुःखी एवं पीड़ितों की सेवार्थ दानवीरों और करुणा हृदयी सज्जनों के पुनीत सहयोग से संस्थान में विविध प्रकल्पों का क्रियान्वयन संभव हो रहा है। संस्थान परिवार स्नेह मिलन एवं भामाशाह सम्मान समारोह के माध्यम से सेवा सदस्यों का आभार–अभिनन्दन व कृतज्ञता अर्पित करता रहा है। जनवरी 22 मे विभिन्न शहरों में सम्मान समारोह सम्पन्न हुए।

हैदराबाद (आन्ध्रप्रदेश)– 8 जनवरी को आत्मीय स्नेह मिलन एवं भामाशाह सम्मान समारोह हैदराबाद में आयोजित हुआ। मुख्य अतिथि श्रीमती कृष्णा जी, श्री सुरेन्द्र, रमेश जी सिंगल, एसपी गर्ग, कैलाशचन्द्र जी व अल्का चौधरी जी थे। समारोह में 255 दानवीरों का अभिनन्दन संस्थान टीम महेन्द्र जी रावत, रमेश जी शर्मा, चिराग जी व्यास, हेमन्त जी मेघवाल व निरंजन जी शर्मा थे।

प्रयागराज (उत्तरप्रदेश)– 9 जनवरी को जैन मंदिर, प्रयागराज में मुख्य अतिथि प्रभुनाथ, अध्यक्ष शैल जी मालवीय और विशिष्ट अतिथि मंजुसिंह जी, आचार्य वी.पी. श्रीवास्तव जी, देवेन्द्र सिंह जी परिहार, राजेन्द्र जी दूबे व अशोक जी गोयल की उपस्थिति में आत्मीय स्नेह मिलन एवं भामाशाह सम्मान समारोह सम्पन्न हुआ। जिसमें 65 दानवीरों का अभिनन्दन किया गया। संस्थान के साधक पंकज जी शर्मा, हितेश जी सेन, सुरेश जी मेघवाल, बद्रीलाल जी शर्मा ने सेवाएं दी। संयोजन आदित्य जी चौबीसा ने किया।

ग्वालियर (मध्यप्रदेश)– 55 दानवीरों का सम्मान समारोह ग्वालियर में 9 जनवरी को सुजाबाद रोड़ में सम्पन्न हुआ। समारोह में राजेन्द्र जी अग्रवाल, पंकज जी अग्रवाल, प्रतिभा जी भटनागर, जयकिशन जी, सुरेन्द्र जी यादव, आर.सी. बंसल जी एवं गोपालदास जी जैन का पावन आतिथ्य रहा। संस्थान की और से गणपत जी, गौरव जी चतुर्वेदी, दुर्गेश जी पालीवाल व मुकेश जी भटनागर ने व्यवस्था में सहयोग किया।

जबलपुर (मध्यप्रदेश)– संस्कारधानी नाम से विख्यात जबलपुर में 16 जनवरी को मुख्य अतिथि बी.एस.एस. परिहार जी, डी.आर. जी लखेरा, हनुमान प्रसाद जी, आर.के. तिवारी जी, श्री प्रमोद जी, पं. ओंकार जी दुबे एवं गिरधारी लाल जी के पावन सान्निध्य में 70 दानीजन का आत्मीय स्नेह मिलन एवं भामाशाह सम्मान समारोह में अभिनन्दन हुआ। संस्थान के साधक मुकेश जी शर्मा, हितेष जी सेन, हरीश जी रावत, हितेश जी शर्मा एवं आदित्य जी चौबीसा मौजूद रहें।

पंचकुला (हरियाणा)– 16 जनवरी को दुर्गा मंदिर सभा, पंचकुला में संस्थान का आत्मीय मिलन एवं सम्मान समारोह सम्पन्न हुआ। समारोह में उपस्थित प्रीतम सिंह जी, कृष्णा देवी जी, योगिता जी शर्मा, इन्द्रजीत जी चौधरी एवं निर्मल जी शर्मा ने 30 दानवीरो का सम्मान किया। साधक रमेश जी शर्मा, महेश सिंह जी, राजकुमार जी वर्मा, गिरीश जी त्रिवेदी व निरंजन शर्मा ने सेवाएं दी।

रोहतक (हरियाणा)– सैनी धर्मशाला रोहतक में 23 जनवरी को स्नेह मिलन एवं भामाशाह सम्मान समारोह में 80 दानी सम्मानित हुए। इस समारोह में भवानी शंकर जी, मदनलाल जी गांधी, ओमप्रकाश जी एवं राजेश जी गुसाई का विशेष सानिध्य रहा। व्यवस्था में संयोजक गणपत जी रावल, गौरव जी शर्मा, प्रवीणसिंह जी, दुर्गेश जी पालीवाल रामसिंह जी राजपूत ने योगदान दिया।

इन्दौर (मध्यप्रदेश) – 23 जनवरी को दूसरा सम्मान समारोह श्री लोकमान्य तिलक कम्युनिटी हॉल, इन्दौर में सम्पन्न हुआ। मुख्य अतिथि अमित जी जोशी, बालकिश जी दूबे, रवि जी मदवाई, मनोरमा जी माहेश्वरी ने 150 से अधिक समाज सेवियों का सम्मान किया। संस्थान की टीम के जसवन्त जी मेनारिया, मुकेश जी मीणा, हेमन्त जी प्रजापत, लक्ष्मीलाल जी एवं निरंजन जी शर्मा ने व्यवस्था में सहयोग किया।

देहरादून (उत्तराखंड)– सम्मान समारोह श्रृखंला में 23 जनवरी को तीसरा भामाशाह सम्मान समारोह देहरादून में आयोजित हुआ। समारोह में 80 दानवीरों को मंचासीन अतिथि निरूपमा जी शर्मा, रमेश चन्द्र जी गुप्ता, सोहन सिंह जी रावत, विश्वेश्वरी जी नेगी एवं उमा जी कला ने सम्मानित किया। संस्थान टीम के मुकेश जी जोशी, हितेश जी सेन, सुरेश जी मेघवाल, अंजली जी भट्ट, तराना जी कश्यप एवं जितेन्द्र जी वर्मा ने सेवाएं दी।

सोनीपत (हरियाणा)– 30 जनवरी को दीनबन्धु छोटुराम धर्मशाला रोहतक में भामाशाह सम्मान समारोह का आयोजन हुआ। मंचासीन अतिथि अजय जी गोयल, श्रीमती मीरा जी एवं श्री हरदयाल जी की उपस्थिति में 50 समाजसेवी सज्जनों का अभिनन्दन किया गया। संस्थान साधक गणपत जी रावल, प्रवीण सिंह जी, सुरेश जी व दुर्गेश जी पालीवाल ने व्यवस्था में सहयोग दिया।

राजकोट (गुजरात)– 30 जनवरी को दूसरा आत्मीय स्नेह मिलन एवं भामाशाह सम्मान समारोह मोहन भाई हॉल, राजकोट में सम्पन्न हुआ। समारोह में जयंती भाई टी. ठुमर, महेश जी रावल, गोवर्धन भाई शाकरीया जी , ईला बेन राजगुरू जी, हर्षा बेन गोस्वामी जी, घनश्याम सिंह जी झाला व जयंती भाई जी परससना ने 218 समाज सेवियों का संस्थान की ओर से सम्मान किया। मंचासीन अतिथियों का स्वागत तरुण जी नागदा, ब्रजपाल सिंह जी झाला, जाह्नवी जी, मुकेश जी मीणा, चिराग जी व्यास, ने तथा संयोजन एश्वर्य जी त्रिवेदी ने किया।

सिरसा (हरियाणा)– 30 जनवरी को तीसरा सम्मान समारोह सिरसा के होटल लक्ष्मी स्वीट्स मे आयोजित हुआ। मंचासीन अतिथि हंसराज जी हाड़ा, कपिल कुमार जी, श्री अनिल जी व रोहित जी ने 15 समाजसेवी बन्धुओ को मेवाड़ी परम्परा से सम्मानित किया। संस्थान साधक रमेश जी शर्मा, रामसिंह जी राजपूत, गिरिश जी त्रिवेदी व सुशील जी कौशिक रहे।

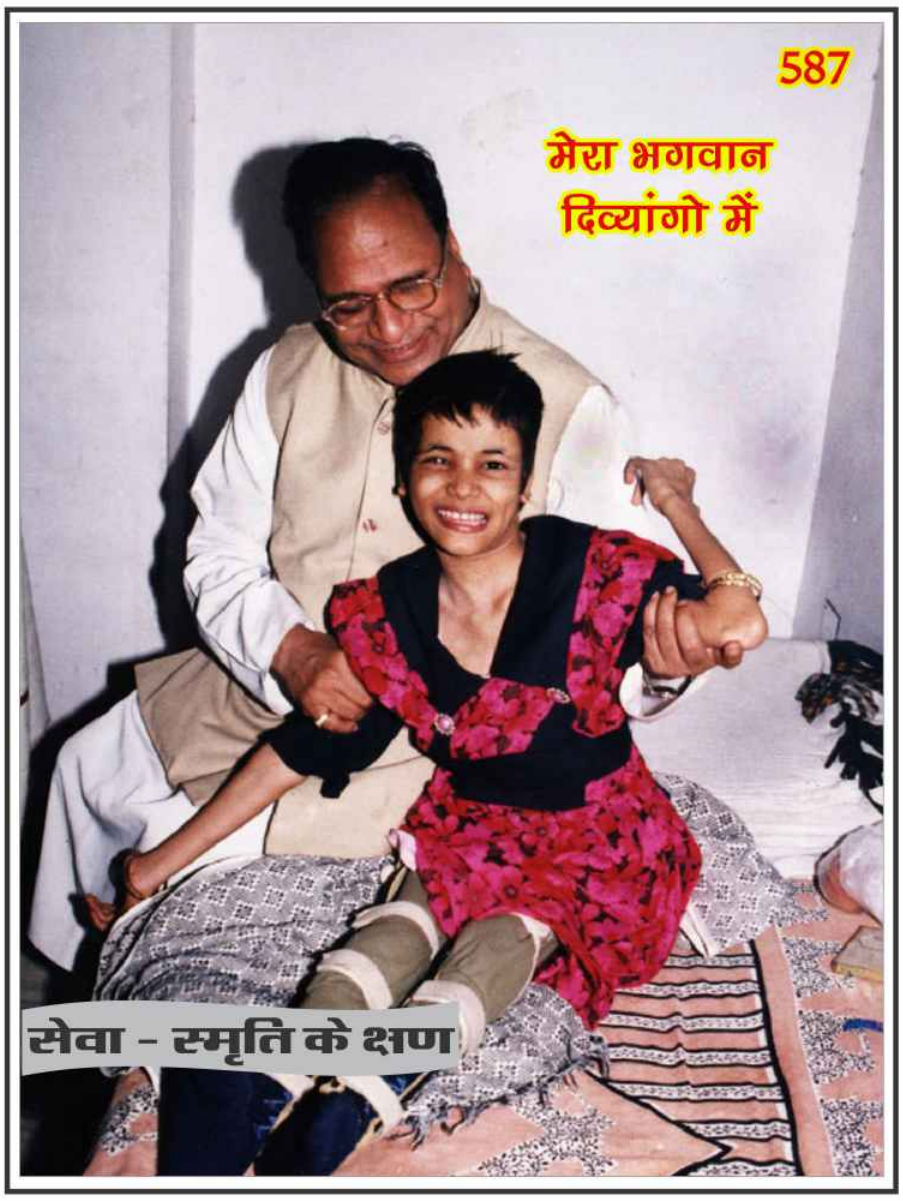
प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

युग–युग के घावों को धोकर,
मरहम हमे लगाना है।
सच्ची सेवा प्रभु पूजा है,
उत्तम यज्ञ विधान है।
दरिद्र नारायण बनकर आता,
कृपासिंधु भगवान है।
ये सेवाधर्म महान है।

गुरूदेव, प्रश्न एक भाई का ही है जिन्होंने अपना नाम तो नहीं लिखा है। मगर इन्होंने कहा है कि– इनके बड़े भाइसाहब जो है वो इनके साथ ही काम करते है और हमेशा असन्तुष्ट रहते है। कि मुझे ईश्वर ने कम दिया। मुझे तुम भी कम प्यार करते हों।

रोवणीया, वो रोवणीया, वो रोवणी बाई। क्यों मीनाजी याद है, एक रोवणी बाई थी जो रोवती ही रहती थी। और वो जो देखा जो, बीस साल रो जीका दोही हाथ कट्येडा है। दोही पैर कट्येडा है फिर भी मुस्कराई रयो है। तो रोवणी बाई कियो कि– फिर भी मुस्कराई रयो है ? अरे ! अणीरा दोही हाथ–पग नी है तो भी राजी–राजी रेई रियो है ? और म्हारे पास सब कुछ है, मैं रोई रयो हुँ।

तो असन्तुष्ट भाव रखना पाप है। हमेशा असन्तुष्ट रहना, अपने आपको नरकों में झोकना हैं। कहते है ना, जीता जागता स्वर्ग भी है, नरक भी है। कि भाई, अणी जीवन में ही स्वर्ग, अणी जीवन में ही नरक। ऊपर रो नरक कूण देखीयो है। भूखो है तो रोटी खिला दो। दिव्यांग आए तो ऑपरेशन करा दो। दिव्यांग रे प्लास्टर ऑफ पेरिस रो प्लास्टर बंधीयो है। ईको एक पग सीधो वेईग्यो। अब ये प्लास्टर कटी जावेगा, दूजा पग रे ऑपरेशन वेई जाई। अणी दिव्यांग ने कम्प्युटर सिखाई दो। देखो प्लास्टर लागियो है एक पैर में। फिर भी कम्प्युटर री क्लास में बैठीयो है। प्लास्टर लागीयो है फिर भी मोबाईल सिखीरिया है, ये सिलाई सिखीरिया है। भगवान री कृपा है। असन्तुष्ट मत रहो, सन्तुष्ट हो जाओ। वाल्मीकी जी ऋषि ने यही कहा है। जो करूणा रखते है, जो सुख–दुःख में समभाव रखते है। जो राग–ईर्ष्या से रहित है, जो सन्तुष्ट रहते है। जो दृढ़ निश्चयी रहते है। जो अपने भतीजे में और अपने बेटे में भेद नहीं करते। जो अपने भाणेज को भी प्रिय मानते है। ऐसे हृदय में आप निवास कीजिये। पार ब्रह्म परमात्मा, यहाँ के पास ही चित्रकूट है।



सम्पादकीय

कुछ लोग भविष्य में जीते हैं, कुछ वर्तमान में और कुछ भूतकाल में। यह लोगों का अपना–अपना स्वभाव है। जो भूत में जीता है वह पुरानी बातों से नई बातों की तुलना करने लगता है। उसे लगता है कि पहले सब कुछ ठीक था, अब सारा मामला गड़बड़ हो गया है। उसे लगता है कि जमाना खराब आ गया है। वह देश, काल, परिस्थितियों में हो रहे परिवर्तनों को नजरअंदाज कर देता है। जो भविष्य में जीता है वह अकारण ही सपने देखने का आदी हो जाता है। वह बिना परिश्रम सुनहरी कल्पनाओं में जीने लगता है। और जो वर्तमान में जीता है वह अति व्यावहारिक हो उठता है। उसकी सोच केवल परिणामवादी बनती चली जाती है।

ये तीनों ही प्रकार की सोच भले ही सही हो पर एकांगी हैं। वस्तुतः मानव अपनी विचारशक्ति के कारण शुद्ध रूप से किसी एक काल में कभी नहीं जी सकता। प्रतिपल वह हर काल में जीता है। सही तो यही है कि भूत से सीख ले, वर्तमान को सुधारे व भविष्य की संकल्पना संजोये तभी सफल जीवन कहा जायेगा।

कुछ काव्यमय

भूत, भविष्य और आज को,
कर सकें समेकित।
तीनों से जीवन में
सीखना अपेक्षित।
इनका मिला–जुला स्वरूप
मानव को निखारेगा।
भीतर का हर कचरा
यह संगम बुहारेगा।

अपनों से अपनी बात

शब्द तो ब्रह्म है

संतों के मुंह से सुना है "शब्द तो ब्रह्म है" और जो ब्रह्म है वह शाश्वत है अर्थात् हमेशा–2 के लिए, हर देश काल परिस्थिति में रहता ही है। तो फिर आइये, एक विचार करें। कितने कटु वचन ? कितनी दुर्भावनाएं ? कितने अपशब्द तैरा दिये हैं हमने अन्तरिक्ष में। यह तो प्रसन्नता की बात है कि चारों तरफ फैले हवा और पानी के प्रदूषण की तरह इन दिनों कुछ–कुछ ध्यान आकर्षित होने लगा है लेकिन इसी वायुमण्डल में गलत चिन्तन का, हिंसा, क्रूरता, अन्याय एवं अत्याचार का, हृदयहीनता तथा कठोरता का जो प्रदूषण फैल रहा है

उसकी तरफ भी तो हमारा ध्यान जाना ही चाहिये न ?

आइये सोचें, एक सिनेमा में अमुक फिल्म चल रही है। दर्शकों में से एक व्यक्ति यदि वहां ध्यानावस्थित होना चाहे तो क्या यह संभव है ? कभी नहीं, कभी नहीं।

चोरी एवं बलात्कारों की, क्रूरता के कारनामों की घटनाएं एवं उनकी चर्चाएं, जब प्रदूषित कर रही है प्र.ति को, फिर सेवा की अनुकरणीय किरणे एवं करुणा के बहुते हुए झरनों का कुछ ठंडा पानी क्या हम वायुमंडल के इस प्रदूषण को कम करने के लिए नहीं छोड़ सकते ?

बुराई अपना कार्य कर रही है तो क्यों न सात्विकता हो इस वातावरण में माधुर्य भरें ? यही तो है यज्ञ परम्परा।

आइये हम सभी संकल्प लें कि भलाई का विस्तार करने में एवं अच्छाई को फैलाने में हम चूकेंगे नहीं प्रकाश की किरण युगों–2 के अन्धकार को समाप्त कर सकती है। इसके लिये दृढ़ संकल्प आध्यात्मिक और सरल बनें।

–कैलाश 'मानव'

जीवन है कर्म प्रधान

एक राजा का बहुत चाटुकार ज्योतिषी था। वही राजा को बताता था कि कौन–सा काम कब करना है, कौन–सा पैर आगे बढ़ाना है? किस समय किस तरह हाथों को हिलाना है? इस तरह राजा के समस्त निर्णय वास्तव में वह ज्योतिषी ही करवाता था।

उस राज्य के समस्त लोग दुःखी थे कि यह राजा तो इस ज्योतिषी के चक्कर में पागल हो गया है। वह ज्योतिषी नाना प्रकार के यत्न करके राजा को अपने जाल में फँसा चुका था। एक बार राजा और ज्योतिषी एक साथ कहीं जा रहे थे। बीच रास्ते में उन्हें हल लेकर जाता हुआ एक किसान दिखाई दिया। ज्योतिषी ने मन ही मन राजा को और अधिक प्रभावित करने के बारे में सोचा।

ज्योतिषी ने किसान से पूछा– तू कहाँ जा रहा है?

किसान ने एक तरफ इशारा करते हुए उत्तर दिया–इस तरफ मेरा खेत है और मैं अपने खेत पर काम करने जा रहा हूँ।

ज्योतिषी ने टोकते हुए कहा–इस दिशा में मत जा, इस दिशा में तो दिशाशूल है। इस दिशा में तेरा अन्त निश्चित है। ज्योतिषी की बात सुनकर किसान ने गंभीरतापूर्वक उत्तर दिया–महाराज जी, रहने दीजिए। इस दिशा में मेरा खेत है और उसी से मेरा परिवार चलता है और उसी खेत की वजह से आज हम सुखी हैं।

किसान की बात सुनकर ज्योतिषी सकुचा गया और मन में सोचा कि इससे तो राजा के मन में मेरा प्रभाव कम हो जायेगा। ज्योतिषी ने किसान से कहा– अरे! कुछ तो गड़बड़ है। मेरे ज्योतिष शास्त्र के अनुसार तुम्हारे साथ कुछ अनर्थ होने वाला है। मुझे तुम्हारे हाथ दिखाओ। इस पर किसान ने अपने हाथ उल्टे करके ज्योतिषी को दिखाये।

ज्योतिषी ने कहा–अरे भाई! पागल हो क्या? किसी ज्योतिषी को ऐसे हाथ दिखाते हो? अपने हाथों को सीधा तो करो, ताकि मैं तुम्हारी हस्तरेखाएँ पढ़ पाऊँ।

किसान ने उत्तर दिया–मैं किसी के सामने हाथ नहीं फैलाता हूँ। इन हाथों में तो मेरी ताकत है कि इनसे मैं अपनी जिन्दगी और अपने परिवार को चलाता हूँ।

मुझे किसी भी ज्योतिषी को अपने हाथ दिखाने की आवश्यकता नहीं है। इस घटना से राजा के ऊपर ज्योतिषी का जो भूत सवार था, वह उतर गया और राजा ने मन ही मन सोचा कि एक छोटा–सा किसान इतने बड़ ज्योतिषी के सामने हाथ फैलाने को तैयार नहीं है, तो मैं क्यों हर समय इस ज्योतिषी से सलाह–मशविरा लिया करता हूँ? जब कि मैं तो एक सक्षम व्यक्ति और राज्य का राजा हूँ।

इस प्रकार व्यक्ति को भाग्य के सहारे ही नहीं बैठे रहना चाहिए, अपितु अपनी मेहनत से कर्म करना चाहिए और इसी से उसका भाग्य बदल सकता है। हाथ पर हाथ रख कर बैठे रहने से या किसी अन्य व्यक्ति के भरोसे पर हम अपने लक्ष्य की प्राप्ति नहीं कर सकते। हमें अपनी लगन और मेहनत से प्रयास करने पर ही लक्ष्य की प्राप्ति होगी।

–सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

वह वापस भीलवाड़ा लौटा तो उसके पांव जमीन पर नहीं पड़ रहे थे। सरकारी नौकरी वह भी केन्द्र की, मिलना बहुत बड़ी बात थी, एक तरह से भविष्य की अनिश्चितता का सदा सदा के लिये समाधान हो गया था। उसे ट्रेनिंग के लिये तुरन्त सहारनपुर जाना था। आने जाने का खर्चा और भत्ता सरकार देती थी। राधेश्याम ने उसे बिना विलम्ब सहारनपुर रवाना किया।

सहारनपुर में पोस्ट ऑफिस संचालन की विभिन्न विधियों के बारे में ट्रेनिंग दी गई। भत्ते के रूप में सिर्फ 12 रु. मिलता था जिसमें रहना खाना सब करना पड़ता था। कैलाश के लिये इस तरह के अभावों में दिन व्यतीत करना कोई नई बात नहीं थी। सहारनपुर में तीन महीने व्यतीत करने के पश्चात् 15 दिन कलकत्ता जाना था। तार भेजने व प्राप्त करने का व्यावहारिक प्रशिक्षण लेना था। कलकत्ता बड़ा शहर था, वहां 12 रु. में गुजारा कैसे होगा यह सोच सोच कर ही कैलाश घुलता रहता था। तभी उसे भीलवाड़ा के अपने मित्र हंसमुख की याद आ गई।

भीलवाड़ा में चेतन पान वाले की दुकान बहुत प्रसिद्ध है। वहीं सदा हंसमुख रहने वाले इस व्यक्ति से कैलाश की मुलाकात हुई। कैलाश ने उसकी प्रसन्नता का रहस्य पूछा तो उसने बताया कि वह गायत्री की उपासना करता है। कैलाश ने भी उससे गायत्री मंत्र सीख लिया और धीरे धीरे दोनों में घनिष्ठता बढ़ गई। हंसमुख का एक मित्र कलकत्ता रहता था।

कैलाश ने हंसमुख को अपनी परेशानी बताई तो उसने आश्वस्त किया कि चिन्ता करने की कोई जरूरत नहीं है, वह अपने मित्र को फोन कर रहा है, उसके घर ही जाकर ठहर जाना। कैलाश कलकत्ता में हंसमुख के मित्र के घर पहुंचा तो उसके आश्चर्य का पारावार नहीं रहा। मित्र अत्यन्त सम्पन्न था। वह भी गायत्री भक्त और शांतिकुंज हरिद्वार से जुड़ा था।

अंश - 026

जरूरी है धैर्य

धैर्य हमारी कमजोरियों को दूर करने में मददगार है। ईश्वर हमें खुद को बदलने के लिए समय देते हैं। वे हमारे लिए हमेशा नई संभावनाओं को खोलते है। जब हम गिरते है, तो वे हमें उठाते हैं। जब हम रास्ता भटकने के बाद ईश्वर के पास लौटते हैं, तो वे खुली बाहों से हमारा इंतजार करते हैं। उनके प्यार को नहीं तौला जा सकता, ईश्वर हमें नए सिरे से शुरूआत करने की हिम्मत देते हैं। धैर्य कमजोरी का संकेत नहीं हैं, जब सब खो जाए तो भी अपने अंदर की अच्छाई को बनाए रखें। थकान और बैचेनी को दूर करते हुए आगे बढ़ते रहें। यह भी हो सकता है कि हमारे जीवन मे आशा धीरे–धीरे घटती चली जाए। फिर भी हमें धैर्य रखना होगा और ईश्वर पर भरोसा रखना होगा, क्योंकि वे सबका ध्यान रखते हैं। अपने जीवन में हतोत्साहित होने की बजाय, इसे याद रखने से हमें अपने लक्ष्य के लिए डटे रहने और अपने सपनों को फिर से जीवित करने में मदद मिल सकती है। कोई भी निर्णय जल्दबाजी मे नहीं किया जाना चाहिए। शांति को बनाये रखने के लिए और स्थितियों को सुलझाने के लिए बेहतर समय की प्रतीक्षा करने की आवश्कता होती है। इसलिए हमेशा धैर्य को बनाएं रखें।

इन फल सब्जियों के बीजों से होते हैं ये चौंकाने वाले फायदे

कभी–भी फल और सब्जियों के बीज को बेकार समझकर न फेंकें। ध्यान रहे हर तरह के बीज में आपको ऐसे कई पौष्टिक तत्व मिल सकते हैं, जो आपके स्वास्थ्य के लिए एक बेहतर विकल्प साबित हो सकते हैं। यहां तक कि आप इस बीज को अपनी डाइट में शामिल करके शरीर के कई रोगों को कोसो दूर कर सकते हैं।

कद्दू के बीज– कद्दू के बीज डायबिटीज जैसे रोगों में भी काफी फायदा पहुंचाता है। ये शरीर में इंसुलिन की मात्रा को संतुलित करने में भी मददगार साबित होता है।

खरबूजे के बीज– खरबूजे के बीज में उच्च मात्रा में प्रोटीन पाया जाता है। इसलिए खरबूजे के बीज को खाना गर्मियों में बहुत फायदेमंद होता है।

पपीते के बीज– पपीते के बीज से आप आसानी से बिना किसी नुकसान के अपनी पाचन तंत्र, गुर्दा संबंधी, सूजन आदि गंभीर बीमारियों से छुटकारा पा सकते हैं।

अंगूर के बीज– अंगूर के बीजों में भारी मात्रा में विटामिन–ई पाया जाता है। अंगूर के बीजों में एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं। इससे डायबिटीज का खतरा भी कम होता है।

अनार के बीज– अनार के बीजों में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स, कैंसर और दिल की बीमारी की रोकथाम के लिए बेस्ट होते हैं। लोग इन बीजों का सेवन अपना वजन कम करने के लिए भी कर सकते हैं। इन बीजों को ग्रीन सलाद के साथ खाया जा सकता है।

तरबूज के बीज– तरबूज के बीज वजन कम करने के लिए बेस्ट माने जाते हैं। इसके लिए आप इन बीजों को छिलकर दूध या पानी के साथ इसका सेवन करते हैं, तो ये ज्यादा फायदेमंद साबित हो सकते हैं।

(यह जानकारी विविध स्रोतों से प्राप्त है कृपया चिकित्सक से सलाह अवश्य लें।)

अनुभव अमृतम्

कैलाश जी पोस्ट ऑफिस से टेलिफोन में 1979 में आ चुके हैं। पोस्ट ऑफिस भी बहुत महान, एक जमाने में अंग्रेजों के टाइम में तो पोस्ट ऑफिस की बहुत कद्र थी। इसलिये तो डाक बंगलो ये डाक बंगलो नाम पड़ा? जिसमें ऑफिसर रूकते थे। डाक आती थी, डाक का थैला आता था, डाक का थैला बहुत ही महत्त्वपूर्ण था। डाकिया आया रे, आया रे, चिट्ठी लाया रे लाया रे। बाद में जाकर के टेलिफोन का विस्तार हो गया। धीरे–धीरे पोस्ट का महत्त्व कम होता चला गया। यह एक ऐतिहासिक तथ्य है। कैलाश की तो पोस्ट ऑफिस के बाबू के रूप में प्रविष्टि हुई थी।

मेरी तो सन् 1971 में पाली जिले के सुमेरपुर से और उदयपुर में आया तो 1779 में तारीख गवाह है, क्षण गवाह है, मिनट गवाह है, हितेन भाई शाह, उनके सम्पर्क में जसवंत भाई शाह, हितेन भाई शाह, मुम्बई के और उनके माताजी कमला बेन, मैं उनका बड़ा आभारी हूँ। अतिथि गृह कमला बेन के पतिदेव जो समाज के महान पुरुष थे, उनकी पावन स्मृति में बनाया गया। अभी समय चुके तो क्या पछताना? कृषि में जब पानी नहीं आता, पानी नहीं आयेगा तो कृषि कहाँ से होगी? इसलिये कहा गया कि समय रहते सब काम कर लो।

काल करे सो आज कर,
आज करे सो अब,
पल में प्रलय हो यगी
बहुरि करेगो कब।

किसने सोचा था कोरोना–19 सन् 2020 में पूरे विश्व में एक वायरस इतना फैल जायेगा कि अमेरिका तक जो विश्व की सबसे बड़ी शक्ति मानी जाती है, असमर्थ हो जोयेंगे। उनके परमाणु बम धरे रह जायेंगे, कोई परमाणु बम, कोई तोप, कोई रॉकेट, कोई उपग्रह काम नहीं आता, उपग्रह भी कोरोना नहीं देख पाते। ऑखों से दूर की बात, ये छोटे–मोटे माइक्रोस्कोप नहीं देख पाते, उनके लिये विशेष माइक्रोस्कोप होते हैं। शरीर के बाहर निर्जीव अवस्था में, लेकिन शरीर के अन्दर आते ही इतनी करामात करता–पता नहीं। विपश्यना ध्यान किया था आज।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 379 (कैलाश 'मानव')

सम्पूर्ण भारत वर्ष के सभी राज्यो के 400 से अधिक
दिव्यांग (श्रवण बाधित , प्रज्ञाचक्षु, बोधिकअक्षम एवं अंग विहीन)
प्रतिभागी इस प्रतियोगीता में भाग लेंगे।
कृपया समारोह में पधार कर दिव्यांग प्रतिभाओं का हॉसला बढाए।

उद्घाटन समारोह	समापन समारोह
दिनांक : 25 मार्च, 2022	दिनांक : 27 मार्च, 2022
समय : प्रातः 11.30 बजे	समय : प्रातः 11.30 बजे

स्थान : तरण ताल, महाराणा प्रताप खेलगांव, उदयपुर (राज.)

आयोजक

मुख्य आयोजक : नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर
सह आयोजक :महाराणा प्रताप खेलगांव सोसायटी, उदयपुर

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।

से. 4, उदयपुर (राज.) स्वामित्व : नारायण सेवा संस्थान प्रकाशन स्थल : ई, डी-71 बप्पा रावल नगर, हि.म. सेक्टर-6, उदयपुर
मुद्रक : न्यूट्रेक ऑफसेट प्रिंटर्स, 13, भोपा मगरी, बी.एस.एन.एल. एक्सचेंज के पास, हिरण मगरी, सेक्टर - 3 उदयपुर (राज.) के लिए नारायण प्रिटिंग प्रेस, सेवा महातीर्थ, लियो का गुडा, उदयपुर
सम्पादक : लक्ष्मीलाल गाडरी, मो. +91-294-6622222,+91-7023509999 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com•आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023