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 - 9 • अंक-2464 • उदयपुर, बुधवार 22 सितम्बर, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

राहगीरों और जरूरतमंदों को छाते बांटे

नारायण सेवा संस्थान ने गत बुधवार को बारिश में भीगते राहगीरों को मानव मंदिर हॉस्पिटल रोड पर छाते वितरित किए।

संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने 102 छाते राह चलते जरूरतमंद भाई बहनों को देते हुए कोरोना सावधानी बरतने का आग्रह किया। उल्लेखनीय हैं कि संस्थान ने माह जुलाई से छाते बांटने आरंभ किये है ।अब तक 1000 से ज्यादा छाते वितरण किये है।

आशियाना फिर बसा
मदद को तरसती पत्नी और मासूमों को नारायण सेवा ने संभाला

उदयपुर जिले के आदिवासी बहुल जोर जी का खेडा निवासी मीना (बदला हुआ नाम) का पति अहमदाबाद में नमकीन की दुकान पर काम करता था।

कोरोना की दूसरी लहर में खराब तबीयत के चलते वो गांव आया और दो दिन बाद मृत्यु हो गई। एक तरफ पत्नी पति की मौत से दुःखी थी तो दूसरी तरफ तीन बेटियों और वृद्ध सासू मां की चिंता भी उसे सता रही थी।

असमय मौत से असहाय परिवार के घर में न आटा था, न दाल और न ही पैसा। भोजन को मोहताज परिवार पर ताउते तूफान का कहर भी ऐसा बरपा की टूटी– फूटी छत भी उड़ गई। परिवार के पांचों जन ने बारिश में रातें गुजारी तो बाद में तेज धूप में तपने को मजबूर हो गए।

नारायण सेवा संस्थान ने ली सुध–

संस्थान की आदिवासी क्षेत्रों में राशन बांटने वाली टीम को पता चला तो वे वहां पहुंचे । दुःखी परिवार को ढ़ाढस बंधाते हुए मदद के लिये हाथ बढ़ाया ।

हर माह मिलेगा राशन–

मृतक मजदूर परिवार को संस्थान ने मौके पर ही महीने भर का आटा, चावल, तेल, शक्कर, चाय, दाल, और मसाले दिए। हर माह इस परिवार को राशन दिया जाता रहेगा।

संस्थान बनाएगा पक्की छत –

घर की छत का निर्माण भी संस्थान द्वारा करवा लिया गया । जब बरसात के दिनों में उन्हें तकलीफ नहीं होगी।

35 दिव्यांग भाई बहनों को सुनेल शिविर में मिले कृत्रिम अंग

पंचायत समिति सुनेल झालावाड़ के सभागार में शुक्रवार को नारायण सेवा संस्थान उदयपुर एवं पूर्व सरपंच घनश्याम जी पाटीदार परिवार के तत्वावधान में दिव्यांग कृत्रिम अंग शिविर आयोजित किया गया। शिविर में मुख्य अतिथि पंचायत समिति प्रधान सीता कुमारी जी एवं पूर्व प्रधान कन्हैया लाल जी पाटीदार रहे। शिविर की अध्यक्षता घनश्याम जी पाटीदार पूर्व सरपंच द्वारा की गई एवं विशिष्ट अतिथि जनपद ललित कुमार जी, कालु लाल जी जनपद, प्रकाश जी, रघुवीर सिंह जी शक्तावत पूर्व सरपंच, संदीप जी व्यास, पूर्व सरपंच बद्रीलाल जी भंडारी रहे।

शिविर में अतिथियों द्वारा दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। संस्थान उदयपुर की जानकारी व कार्यक्रम का संचालन फील्ड प्रभारी मुकेश कुमार जी शर्मा ने किया। शिविर में अतिथियों का स्वागत मेवाड़ की पगड़ी व उपरणा पहनाकर शिविर प्रभारी हरी प्रसाद जी लढ्ढा द्वारा किया गया। मुख्य अतिथि प्रधान सीता कुमारी जी ने बताया कि उदयपुर संस्थान में सेवक प्रशांत जी भैया अध्यक्ष एवं वंदना जी अग्रवाल द्वारा जो सेवा कार्य हो रहा वो सराहनीय कार्य है नर सेवा ही नारायण सेवा है, दिव्यांग भाई बहनों को आर्टीफिशियल हाथ व पैर लगने के बाद वो अपने पैर पर चलकर घर जाते देखा बहुत खुशी हुई, उनके चेहरे पर मुस्कान आ रही थी, यही सच्ची मानव सेवा है। उन्होंने कहा कि संस्थान उदयपुर में पलक जी अग्रवाल द्वारा गरीब राशन वितरण का कार्य किया जा रहा है, निःशुल्क दवाइयां, कपड़े, गरीब बच्चों की पढ़ाई का खर्च, सभी निःशुल्क प्रदान किया जा रहा है। शिविर में 35 दिव्यांग भाई बहनों को कृत्रिम अंग लगाए गए। शिविर में मुकेश जी शर्मा ने दानदाताओं से निवेदन किया कि अपनी साल भर की कमाई में से दसवां हिस्सा जरूर दान करना चाहिए और अच्छी सेवा के काम में धन रूपी लक्ष्मी का सदुपयोग करें। शिविर में शिविर प्रभारी हरी प्रसाद जी लढ्ढा, फील्ड प्रभारी मुकेश कुमार जी शर्मा, लोगर जी डांगी, डॉक्टर भंवर सिंह जी, मुन्ना भाई जी, अनिल जी पाटीदार, छोटू जी पाटीदार, गौरव जी का पूर्ण सहयोग रहा।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस में निहित है दिव्यांगजनों की प्रगति की कुंजी

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस डेटा साइंस का एक ऐसा क्षेत्र है, जिसने हाल के वर्षों में सभी कारोबारों में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। एआई या आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस एक डेटा साइंस फंक्शन है जो कंप्यूटर को अनुभवों के माध्यम से सीखने और अपने स्वयं के स्तर पर ऐसे कार्य करने के लिए प्रशिक्षित करता है, जिन्हें कुछ इनपुट्स के साथ बेहतर तरीके से किया जा सकता है। ग्राहकों से संपर्क में सहायता के लिए उपयोग किए जाने वाले चौटबॉट्स से लेकर अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस तक एक लंबा सफर तय किया गया है और कहा जा सकता है कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस एक ऐसे शक्तिशाली उपकरण के रूप में उभरा है, जिसने पूरी दुनिया में कारोबार करने के तौर–तरीकों को बदल दिया है और इसीलिए आज पारस्परिक संपर्क के लिए दुनियाभर के व्यवसायों और सेवाओं में इसका इस्तेमाल किया जाता है। दरअसल एआई एक उपकरण है जो एआई पेशेवरों द्वारा फीड किए गए डेटा के माध्यम से विशिष्ट कार्यों को करने के लिए डेटा पैटर्न को पहचानता है। हाल के दिनों में जहां नई टैक्नोलॉजी बहुत कम समय में उन्नत हो रही हैं, वहीं आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की अवधारणा का उपयोग विभिन्न कॉरपोरेट्स द्वारा ऐसी सहायक तकनीकों के निर्माण के लिए किया गया है, जो कि दिव्यांग जनों के लिए उपयोगी साबित हो सकती हैं।

एआई को अपनाने से अर्थव्यवस्थाओं में सीधे तौर पर व्यापक परिवर्तन नजर आ रहा है, साथ ही क्षमताओं का निर्माण करने के लिए भी एआई का उपयोग किया गया है। गार्टनर द्वारा हाल ही में जारी किए गए अध्ययन के अनुसार यह भविष्यवाणी की गई है कि वर्तमान में प्रबंधकों द्वारा किया जा रहा 69 प्रतिशत कार्य 2024 तक पूरी तरह से स्वचालित हो जाएगा। भारत सरकार को भी समावेशी विकास के लिए आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) में भरपूर संभावनाएं नजर आ रही हैं। यही कारण है कि सरकार ने एआई पर एक टास्क फोर्स की स्थापना की है और नीति आयोग को निर्देश दिए हैं कि वह एआई को लेकर एक राष्ट्रीय रणनीति तैयार करे। देश अपनी 4.0 औद्योगिक क्रांति में अपने एआई समाधानों के माध्यम से प्रतिस्पर्धात्मक लाभ प्रदान करना चाहता है जो अतिरिक्त लागत लाभ के साथ उत्पादकता बढ़ा सकते हैं। इस तरह व्यवसायों को श्रम की तुलना में थोड़ा अधिक लागत उत्पादक और लाभदायक बनाने का लक्ष्य रखा गया है। इस प्रकार हमारा देश क्षमताओं का निर्माण करके डिजिटल दुनिया में व्याप्त वैश्विक विभाजन को कम करने की पूरी कोशिश कर रहा है।

नीति आयोग द्वारा प्रकाशित एक हालिया लेख के अनुसार भारत का शिक्षा जगत आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की तकनीक को अपनाने के लिए पूरी तरह तैयार है। लेख में कहा गया है कि वर्ष 2030 तक दुनिया में सबसे अधिक युवा लोग हमारे देश में होंगे। इस दौर में एआई का उपयोग दिव्यांग लोगों के लिए भी फायदेमंद साबित हुआ है, क्योंकि अधिक से अधिक संगठन एआई को अपना रहे हैं और वे दिव्यांग लोगों को भर्ती करने के लिए तत्पर हैं, जो उन्हें परिवर्तनों के लिए अधिक अनुकूल बनाते हैं। एक तरह से आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस कार्यस्थलों पर विविधता को बढ़ावा देता रहा है। गार्टनर की रिपोर्ट बताती है कि संगठनों से जुड़े 75 प्रतिशत प्रमुखों को कुशल प्रतिभा की कमी का सामना करना पड़ रहा है। चूंकि प्रतिभाशाली दिव्यांग जनों की प्रतिभा का अभी पूरी तरह इस्तेमाल नहीं हो पाया है, ऐसे में अधिकांश संगठन अब एआई के साथ खुद को लैस कर रहे हैं ताकि इन दिव्यांग उम्मीदवारों को स्किलिंग और प्रशिक्षण प्रदान करके उन्हें और भी अधिक सक्षम बनाया जा सके और उनकी प्रतिभा का उपयोग हो सके। इस तरह कार्यस्थल में भी विविधता नजर आने लगी है, जहां अब बड़े संगठनों द्वारा भी दिव्यांग जनों को स्वीकार किया जाने लगा है।

— प्रशान्त अग्रवाल

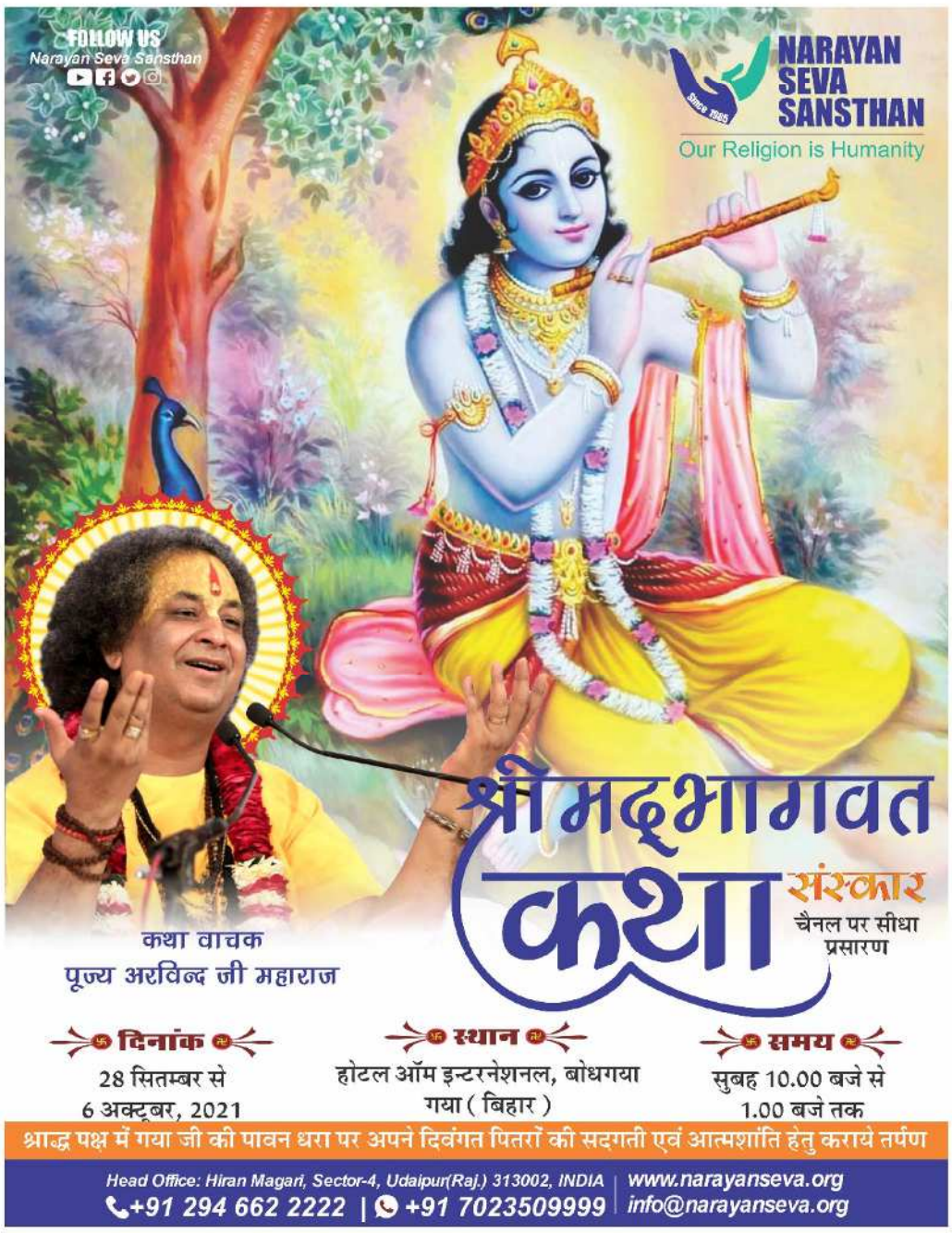
गार्टनर की रिपोर्ट में आगे विस्तार से बताया गया है कि 2023 तक नौकरी करने वाले दिव्यांग जनों की संख्या आज की तुलना में तीन गुना हो जाएगी, क्योंकि एआई की सहायता से कार्यस्थल की बाधाओं को कम किया जा सकेगा। गार्टनर का अनुमान है कि दिव्यांग लोगों को सक्रिय रूप से नियुक्त करने वाले संगठनों में कर्मचारियों के कायम रहने की दर 89 प्रतिशत रही है और इसके साथ ही कर्मचारी उत्पादकता में 72 प्रतिशत और संगठन की लाभप्रदता में 29 फीसदी की वृद्धि हुई है।

एआई ने दिव्यांग जनों के लिए कई विकल्प खोले हैं, जिससे उनके लिए कार्यस्थल में अधिक समावेशिता को जोड़ा जा सका है। दिव्यांग लोगों के लिए हाल के दौर में सामने आए कुछ और दिलचस्प विकल्पों में एक विकल्प है रेस्तरां का कारोबार, जहां वर्चुअल रियलिटी और ब्रेल को लागू करते हुए दिव्यांगों के लिए नए अवसरों का सृजन किया गया है। कई संगठनों ने अपने यहां सक्रिय रूप से एआई रोबोटिक्स टैक्नोलॉजी को लागू किया है, जिसमें दिव्यांग जनों द्वारा रोबोटिक्स को नियंत्रित किया जाता है और वे ही उसका रख–रखाव भी करते हैं।

इधर जबकि एआई के माध्यम से दिव्यांग जनों के लिए नए विकल्पों को विकसित किया जा रहा है, दूसरी तरफ एक्सेंचर की 'रीवायर फॉर ग्रोथ' शीर्षक वाली रिपोर्ट में कहा गया है कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के माध्यम से वर्ष 2035 तक देश की अर्थव्यवस्था में लगभग 957 बिलियन डॉलर जोड़ने की क्षमता है। समग्र रूप में एआई में वह क्षमता है जो मशीन लर्निंग के साथ इन्फ्रास्ट्रक्चरल ग्रोथ के माध्यम से अनेक कारोबारों के लिए फायदेमंद साबित हो सकती है। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और डीप लर्निंग नेत्र विज्ञान के क्षेत्र में भी फायदेमंद साबित होगी। यह टैक्नीक स्क्रीनडायबेटिक रेटिनोपैथी (डीआर) और रेटिनोपैथी ऑफ प्रीमैच्योरिटी (आरओपी) के लिए भी फायदेमंद होगी।

एआई ने कैरियर के अनेक ऐसे नए विकल्पों को खोलने में भी मदद की है, जहां सहायक तकनीक जैसे रीयल टाइम टैक्स्ट टू स्पीच और टैक्स्ट ट्रांसलेशन सिस्टम का उपयोग शिक्षकों द्वारा अपने छात्रों को प्रशिक्षित करने के लिए किया जाता है। इनका उपयोग क्षेपीय भाषाओं में मूल रूप से सूचना का प्रसार करने के लिए किया गया है जो वास्तव में दिव्यांग जनों के कौशल के लिए बनाए गए राष्ट्रीय शिक्षा नीति के ड्राट के अनुरूप है। एआई तकनीक में एक और विकास बायोमेट्रिक ऑथेंटिकेशन से संबंधित है, जिसका उपयोग छात्रों और शिक्षकों दोनों की उपस्थिति को दर्ज करने के लिए किया जाता है। इस तरह यह तकनीक कर्मचारियों की उपस्थिति और अन्य प्रशासनिक कार्यों को रिकॉर्ड करने के लिए फायदेमंद साबित हुई है। बॉयोमीट्रिक अटेंडेंस शिक्षकों और युवाओं दोनों की उपस्थिति के अनुपात को चिह्नित करने के लिए भी फायदेमंद साबित हुई है और इस तकनीक के माध्यम से उच्च शिक्षा के लिए पुरुष–महिला नामांकन के अनुपात की सटीक जानकारी मिल सकती है। छात्रों की शंकाओं और उनके सवालों के जवाब देने के लिए चौटबॉट्स का उपयोग किया जा रहा है, जिन्हें दरअसल विषय विशेषज्ञों ने तैयार किया है। नीति आयोग की एक रिपोर्ट के अनुसार नेचुरल लैंग्वेज प्रोसेसिंग का इस्तेमाल दीक्षा, ई–पाठशाला और स्वयंम (स्टडी वेब्स ऑफ एक्टिव लर्निंग फॉर यंग एस्पायरिंग माइंड्स) जैसे प्लेटफार्मों पर बड़े पैमाने पर आकलन के स्वचालित ग्रेडिंग के लिए किया जा सकता है। इसमें सिर्फ वस्तुनिष्ठ प्रश्न ही नहीं, वर्णनात्मक सवालों को भी शामिल किया जा सकता है।

कुल मिलाकर कहा जा सकता है कि शिक्षा क्षेत्र ने एआई के इस्तेमाल के साथ ही दिव्यांग जनों के लिए अनेक नए विकल्प खोल दिए हैं। इस राह में अनेक बाधाएं भी सामने आ सकती हैं, लेकिन निश्चित रूप से आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की तकनीक सभी क्षेत्रों में नए अवसरों का सृजन करेगी, खास तौर पर शिक्षा के क्षेत्र में जहां दिव्यांग जनों के लिए यह तकनीक बेहत फायदेमंद साबित हो सकती है।



प्रसन्नता प्रेम का झरना : कैलाश मानव

एक मुनीम जी थे हमारे पैंतीस साल से मुनीम जी और सेठजी साथ में थे। फिर सेठजी अचानक आये जब मुनीम जी सब काम करते थे । गल्ला का काम, दिनभर लेणा– देणा सबकुछ। तो सेठजी ने अचानक देखा, मुनीम जी ने गल्ला खोला कि सौ रुपये का नोट निकाला गल्ले में से और अपनी जेब में रख दिया। सेठजी को लगा – पैंतीस साल से मैं इतना विश्वास करता हूँ ! परन्तु आवेश में नहीं आये। तुरन्त प्रतिक्रिया करना ठीक नहीं है। तुरन्त प्रतिक्रिया नहीं की उन्होंने। उनकी संज्ञा बलवती थी उन्होंने से धीरे से, थोड़ी देर से पूछा–आज क्या बात हुई ? बंद कमरे में पूछा अलग, दोनों केवल कोई तीसरा नहीं । बोले – मुनीम जी, मैने देखा मेरी आँखों पे विश्वास नहीं हुआ। मुनीम जी हँसकर बोले – अभी पाँच मिनट पहले बालूराम जी आये थे सौ रुपये का सेठजी खुल्ला लेने तो चार सौ रुपये तो गल्ले में थे और उनको खुल्ला देना जरूरी था। अपने पड़ोसी हैं, रोज का साथ है, सुख – दुख साथ में काम आते हैं। तो सौ रुपया मैने अपने जेब के बटुवे से निकाल के उनको पूरे करके दे दिये और पाँच सौ रूपया मैंने गल्ले में डाल दिया। अब बाद में जब सौ रुपया आ गये तो मैंने कहा भाई – मैंरे सौ रुपये में वापिस ले लूं तो गल्ले में से निकालकर अपनी जेब में रख दिये इसमे नई बात क्या है ?

परन्तु आपके अच्छा किया कि पूछ लिया। नहीं पूछते तो वहम हो जाता। और ये सन्देह है ना झगड़े करवाता है। ये संज्ञा जब संदेहमय हो जाती है ना लाला तो भाई – भाई की दुश्मनी होते हुए हमने देखी है।

सम्पादकीय

परिवर्तन प्रकृति का नियम है। ये परिवर्तन स्वतः होते हैं पर प्रकृति यह नहीं देखती कि वह किसके लिये उपयोगी होंगे और किसके लिए अनुपयोगी। प्रकृति का यह भी विभाजन नहीं होता कि कौनसा परिवर्तन किसी के लिये सकारात्मक होगा और किसके लिये नकारात्मक। वहाँ तो निरंतर परिवर्तन का क्रम जारी है।

अब हमें यह देखना है कि हम अपने बुद्धिबल या कौशल से कैसे इन परिवर्तनों को अपने अनुकूल बना लेते हैं। अनुकूलता या प्रतिकूलता परिस्थितियों के बजाय भावों पर ज्यादा निर्भर होती हैं। हम जैसे भाव से परिवर्तन को ग्रहण करेंगे वही भाव हमें उसके सार्थकता या निरर्थकता को बतायेंगे। यह भी सत्य है कि प्रकृति प्रत्येक प्राणी के लिये अनुकूलन का प्रयास करती है, वह हरेक को अवसर देती है सफलता के लिये, किन्तु हम अपने भावों के आधार पर ही उन्हें समझ सकेंगे। प्रश्न यह नहीं है कि हम प्रकृति के प्रति अपनी समझ बढ़ायें, प्रश्न यह है कि हम अपने प्रति अपनी समझ बढ़ायें।

कुछ काव्यमय

जीवन में छा गया उजाला,
ऐसा कह पाये कोई तो,
सुनकर मन खुश हो जाता है।
एक विधेयक दृष्टि वाला,
जीवन कोई जी लेता तो,
समझो लक्ष्यों को पाता है।
होंगी कमियां कई सारी पर,
परिवर्तन का मानस हो तो,
परिवर्तन हर दिन आता है।

- वरदीचन्द राव

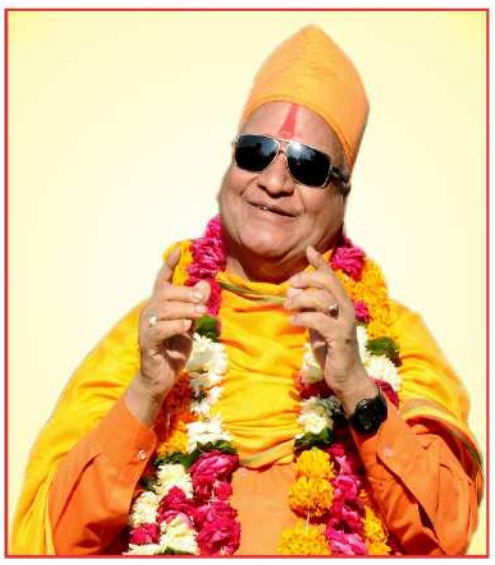
अपनों से अपनी बात

अनमोल विनम्रता

विनम्र व्यवहार और मन की कोमलता किसी भी हथियार से अधिक शक्तिशाली है। कोमल हृदय व्यक्ति का अस्तित्व उसकी मृत्यु के बाद भी रहता है।

जिंदगी का मूल मंत्र है, प्यार दो और प्यार लो। भगवान को वाणी में कठोरता पसन्द नहीं, इसीलिए उन्होंने जुबान को लचील बनाया। लेकिन ये जो घाव करती है, वैसा लोहा भी नहीं कर सकता। ये अपने कटु शब्दों से एक पल में अपनों को पराया कर देती है। तो किसी को स्नेह और आत्मीयता की माला में भी गूंथ देती है।

इस जुबान से महाभारत जैसे, बड़े–बड़े युद्ध हुए तो कई बिछड़े परिवार भी एक हो गए। एक दिन मुख में 32 दाँतों के बीच रहने वाली जीभ बोली–भाइयों ! तुम 32 हो। मैं तुम्हारे बीच रहती हूँ। बहुत



लचीली और मुलायम हूँ। मेरा ध्यान रखना। सभी दांत एक साथ बोले–बहना ! हम 32 हैं और तू अकेली है। फिर भी हम पर भारी है। तू हमारा ध्यान रखना। जीभी ने पूछा – मैं तुम्हारा ध्यान कैसे रख सकती हूँ? दाँत बोले –किसी को भी उल्टा–सीधा बोल कर, तुम तो अन्दर चली जाती हो, लेकिन भुबतना हमें पड़ता है। बहना ! किसी को कुछ गलत मत बोलना, नहीं तो हमें घर–बार छोड़कर बाहर आना पड़ेगा। हमेशा सबसे मीठा बोलना। विनम्र व्यवहार और मन की कोमलता किसी भी हथियार से अधिक शक्तिशाली है, जहाँ कठोरता का जल्दी नाश होता है, वहीं कोमलता लम्बे समय तक रहती है। भीष्म पितामह शरशय्या पर थे। धर्मराज युधिष्ठिर ने आग्रह किया कि पितामह उन्हें जीवनोपयोगी शिक्षा दें।

भीष्म ने कहा कि नदी जब समुद्र तक पहुँचती है तो बहाव के संग बहुत सी चीजों को बहाकर ले जाती है। एक दिन समुद्र ने नदी से प्रश्न किया–तुम बड़े–बड़े पेड़ों को अपने प्रवाह में ले आती हो, लेकिन क्या कारण है कि छोटी सी घास, कोमल बेलों व नरम पौधों को बहाकर नहीं ला पाती। नदी का उत्तर था–मेरे बहाव के दौरान बेलें झुक जाती है और रास्ता दे देती हैं, लेकिन वृक्ष अपनी कठोरता के कारण यह नहीं कर पाते।

–कैलाश 'मानव'

प्रभु–प्रेम

नाव जल में रहे, लेकिन जल, नाव में नहीं रहना चाहिए, इसी प्रकार साधक जग में रहे, लेकिन जग, साधक में नहीं रहना चाहिए –रामकृष्ण परमहंस।

एक बार भगवान श्रीकृष्ण, महात्मा विदुर के घर गए। उससे पहले हजारों राजाओं के बुलावे आए कि श्रीकृष्ण हमारे घर पधारों, आपके सम्मान में हमने 56 भोग बनाए हैं। हमारा आतिथ्य स्वीकार करो, ऐसा कुछ भी नहीं जो हमने आपके लिए न बनाया हो। आपको जो–जो पसन्द है, वह सब कुछ बनाया है। आप हमारे यहाँ पधारो तो सही। श्रीकृष्ण के दारबार में उनको न्यौता देने के लिए राजा–महाराजाओं की लम्बी कतार लगी रहती। लेकिन श्रीकृष्ण कहाँ गए? वे हजारों राजाओं के महलों का आतिथ्य छोड़कर, एक छोटे–से झोंपड़े में, महात्मा विदुर के घर गए। जैसे ही विदुर की पत्नी को पता लगा कि भगवान कृष्ण पधारे हैं, तो वह सुध–बुध खो बेठी, वह खुशी से पागल–सी हो गई। उसे समझ ही नहीं

आ रहा था कि मैं कृष्ण का कैसे आदर–सत्कार करूँ। उसने इसी असमंजस की स्थिति में बैठने का पटिया उल्टा करके रख दिया। फिर सोचने लगी कि मेरे प्रभु को मैं क्या खिलाऊँ?

वह बोली– बैठो कृष्ण, बैठो और श्रीकृष्ण उस उल्टे पटिया पर बैठ जाते हैं। वह कृष्ण प्रेम में इतनी भाव–विद्वल, इतनी पागल हो गई कि उसे श्रीकृष्ण को खिलाने के लिए सिर्फ केले ही मिलते हैं और कुछ नहीं। वह केले को छील कर उसका गूदा तो एक तरफ डाल रही है और छिलका श्रीकृष्ण को देते हुए कहती है खाओ कृष्ण, खाओ।

श्रीकृष्ण छिलके को लेते ही भाव–विभोर हो गए। जब भक्त भाव–विभोर हो जाते हैं तो भगवान भी भावुक हो उठते हैं। भक्त के लिए भगवान अपने नियम बदल देते हैं। भाव में डूबे श्रीकृष्ण जब छिलके खा रहे थे तो उन्हें लग रहा था कि जैसे वे केले क छलके नहीं, अपितु गूदा खा रहे हैं। विदुर की पत्नी को भी लगा कि मैं छिल्के नहीं, गूदा खिला रही हूँ। दोनों की स्थिति बड़ी विचित्र थी, अद्भुत थी। जब व्यक्ति स्नेह और श्रद्धा में पागल हो जाता है तो ऐसी ही अवस्था हो जाती है। इसीलिए कहा जाता है कि भगवान भाव के भूखे होते हैं और भाव यदि विदुर पत्नी जैसे हों तो भगवान भी भक्त से मिलने दौड़े–दौड़े आते हैं।

प्रभु–प्रेम के वशीभूत भक्त जब–जब अपने ईष्ट को बुलाते हैं, तो प्रभु हर युग में अपने भक्तों से मिलने चले आते हैं। वीरान जंगल में छोटी–सी कुटिया बनाकर, प्रभु श्रीराम की भक्ति करने वाली शबरी भी वर्षों से इसी प्रतीक्षा में थी कि एक दिन श्रीराम उसे दर्शन देने अवश्य आएँगें और हुआ भी ऐसा ही। भगवान श्रीराम जब वन गए तो वे स्वयं चलकर शबरी के घर गये। प्रभु–भक्ति में डूबी शबरी ने चख–चख कर भगवान को बेर खिलाए कि कहीं मेरे राम के मुंह में कोई खट्टा बेर न आ जाए और श्रीराम ने भी बड़े आनंद से शबरी के झेठे बेर खाए, क्योंकि उन बेरों में कई जन्मों के प्रेम की मिठास थी। शबरी एक ऐसी महिला थी, जो धनवान और विद्वान नहीं थी, जिसके पास वैभव नहीं था। वह राम के प्रेम में कैसी पागल हो गई थी? वह यह भी भूल गई कि बेर झूठे होने के बाद राम कैसे खायेंगे? किंतु भगवान श्रीराम, इतने बड़े राज्य के राजकुमार, उन मीठे बेरों को कितने प्रेम से खा रहे हैं। जब प्रेम होता है तो ऐसा ही होता है, व्यक्ति अपनी सुध–बुध ही खो बैठता है।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

इन सब घरों से आटा एकत्र करना भी एक बड़ा कार्य था। कल्पना 15 साल की हो चुकी थी। वह साईकिल चलाने लग गई थी। कैलाश ने यह जिम्मा उसे सौंपा।

साईकिल के पीछे केरीयर पर एक पीपा बांध दिया और उसे सब घरों से आटा एकत्र करने रवाना किया। कल्पना अत्यन्त आज्ञाकारी एवं समझदार लड़की थी। वह अपने पिता के सेवा कार्यों से बहुत प्रभावित थी और उनमें अपना योगदान देने का हर संभव प्रयास करती थी। कल्पना खुशी खुशी सभी घरों में जाने लगी और आटा एकत्र कर लाने लगी। दो दिन तक उसने यह कार्य अत्यन्त उत्साह से किया। अगला दिन शनिवार था, वह आटा लेकर घर लौटी तो रोने लगी। कैलाश व कमला दोनों अचरज में पड़ गये, अचानक यह क्या बात हो गई।

वे उससे कुछ पूछें इसके पहले ही वह बोल उठी – पापा! आप मुझे कोई और काम बताओ तो मैं कर लूंगी पर यह काम मुझसे नहीं होगा। फूल सी नाजुक बच्ची के गालों पर टपकते आंसूओं से माता–पिता का हृदय व्यथित हो उठा। वे पूछ बैठे – ऐसी क्या बात हो गई?

कल्पना ने एक हाथ से अपने आंसू पौंछे और बताया कि वह एक घर में गई तो वहां गृहिणी के साथ एक पड़ौसन भी बैठी थी। गृहिणी ने मुझे आटा लाकर दिया तो पड़ौसन उससे पूछ बैठी कि वह आटा क्यूं दे रही है। गृहिणी बोली कि पहले तो ब्राह्मणी आती थी तो उसे आटा देते थे, अब नारायण सेवा शुरू हुई है तो इसे दे रहे हैं। कल्पना ने बताया कि उस महिला की यह बात सुनते ही उसे ऐसा प्रतीत हुआ जैसे उसका पूरा शरीर अपमान की ज्वाला में जल रहा हो, उसने उसी समय फैसला कर लिया कि वह अब यह काम नहीं करेगी। इतना कह कर वह कैलाश से पूछ बैठी – आप ही बताओ, क्या मैं घर से आटा मांगने वाली ब्राह्मणी हूं।

बच्ची के हृदय पर लगे आघात को कैलाश अच्छी तरह समझता था। उसे स्वयं अपमान के ऐसे घूंट कई बार पीने पड़े थे। उसने कल्पना को गले से लगाया और उसकी पीठ थपथपाते हुए समझाया कि ब्राह्मणी कह दिया तो क्या हो गया? ब्राह्मण तो पूज्य होते हैं, हमसे बड़े होते हैं फिर भी कल्पना नहीं समझी और उसने रट लगा ली कि वह अब यह काम नहीं करेगी, आप दूसरा कोई भी काम बताओ तो मैं कर लूंगी। कैलाश फिर समझाने लगा तो वह बोली –मुझे दूसरे घरों में भी अपमानित होना पड़ा।

एक घर में गई तो वहां की महिला बोली –जा पहले चार–पांच घरों से ले आ, फिर यहां से ले जाना, मुझे तो उन्होंने भिखमंगा ही समझ लिया, इसके साथ ही उसकी रूलाई फिर फूट पड़ी और बड़े–बड़े आंसू उसके गाल से टपकने लगे।

कैलाश ने अपने रूमाल से उसके आंसू पौंछते हुए कहा कि बेटी, एक दिन तेरे ये आंसू फूल बन जायेंगे यह कहते हुए उसकी आंखें भी नम हो उठीं। कमला, कल्पना को उठा कर अन्दर अपने पास ले गई।

अंश - 117

लौकी खाने के फायदे

1.वजन कम करने में मददगार
लौकी ज्यादा तेजी से वजन कम करती है। आप चाहें तो लौकी का जूस नियमित रूप से पी सकते हैं। इसके अलावा आप चाहें तो इसे उबालकर, नमक डालकर भी इस्तेमाल में ला सकते हैं.?

2. नेचुरल ग्लो के लिए – लौकी में नेचुरल वॉटर होता है. ऐसे में इसके नियमित इस्तेमाल से प्राकृतिक रूप से चेहरे की रंगत निखरती है. आप चाहें तो इसके जूस का सेवन कर सकते हैं या फिर उसकी कुछ मात्रा हथेली में लेकर चेहरे पर मसाज कर सकते हैं. इसके अलावा लौकी की एक स्लाइस को काटकर चेहरे पर मसाज करने से भी चेहरे पर निखार आता है।

3. मधुमेह रोगियों के लिए
मधुमेह के रोगियों के लिए लौकी किसी वरदान से कम नहीं है. प्रतिदिन सुबह उठकर खाली पेट लौकी का जूस पीना मधुमेह के मरीजों के लिए बहुत फायदेमंद होता है।

4. पाचन क्रिया को दुरुस्त रखने के लिए – अगर आपको पाचन क्रिया से जुड़ी कोई समस्या है तो लौकी का जूस आपके लिए बेहतरीन उपाय है. लौकी का जूस काफी हल्का होता है और इसमें कई ऐसे तत्व होते हैं जो कब्ज और गैस की समस्या में राहत देने का काम करते हैं।

5. पोषक तत्वों से भरपूर – लौकी में कई तरह के प्रोटीन, विटामिन और लवण पाए जाते हैं. इसमें विटामिन ए, विटामिन सी, कैल्शियम, आयरन, मैग्नीशियम पोटेशियम और जिंक पाया जाता है. ये पोषक तत्व शरीर की कई आवश्यकताओं की पूर्ति करते हैं और शरीर को बीमारियों से सुरक्षित भी रखते हैं.

6. कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करने के लिए – लौकी का इस्तेमाल करना दिल के लिए बेहद फायदेमंद होता है. इसके इस्तेमाल से हानिकारक कोलेस्ट्रॉल कम हो जाता है. कोलेस्ट्रॉल की मात्रा अधिक होने से दिल से जुड़ी कई बीमारियों के होने का खतरा बढ़ जाता है।

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

अनुभव अमृतम्

वाह भाई वाह, वाह बन्धु वाह। अच्छा जीवन, पावन जीवन। जे.ई. साहब ने आते ही दूसरे दिन तेरह पोस्टमेंन को सस्पेंड कर दिया। डाक ले के निकले, बीच में चाय पीने पहुँच गये, रोज जाते थे। आओ भाई चाय पीते हैं, चाय बनाते हैं। तेरह पोस्टमेंन 13 जने आ गये। डाक साथ में, मनीआर्डर साथ में, रजिस्टर्ड पोस्ट, अनरजिस्टर्ड पोस्ट, अनरजिस्टर्ड पोस्ट की तो डाक ही अलग आती हैं। ये ही दो डाकें हैं, रजिस्टर्ड़ भी है, अनरजिस्टर्ड भी है। हाँ, डाक भी है, मनीआर्डर भी है, बीपीपी भी है, इन्सोरेन्स भी है, बहुत कुछ है भाई। डाकिया आया, डाकिया आया जे.ई. साहब ने देखा– अरे! आप डाक वितरण करने की जगह चाय पी रहे हो? सस्पेड ऑल, पूरे सिरोही में हलचल मच गयी– महाराज। उस समय आदरणीय दवे साहब, ए. एल. दवे। जोधपुर से पधारा करते थे, इन्सपेक्शन के लिए– बड़े कड़क। टिफिन साथ में, भोजन खुद बनाना। लश्करी साहब, एच.आर. लश्करी साहब को जो दिवन्गत हो के हमें आशीर्वाद दे रहे हैं। के.एल. दवे साहब, दो को मैंने ऐसा देखा। जो अपना भोजन खुद बनाते हैं, किसी का ग्रहण नहीं करते हैं, चाय भी नहीं पीते। आते ही इन्सपेक्शन करने चले, पहले स्टोर रूम खुलाया। अरे साहब चाबी नहीं है। ताला तोड़ दो भैया।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 244 (कैलाश 'मानव')

श्राद्ध पक्ष में गया जी की पावन धरा पर अपने दिवंगत पितरों की सदगती एवं आत्मशांति हेतु करायें तर्पण

Head Office: Hiran Magari, Sector-4, Udaipur(Raj.) 313002, INDIA | www.narayanseva.org
+91 294 662 2222 | +91 7023509999 | info@narayanseva.org

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) प्रकाशक : कैलाश चन्द्र अग्रवाल 483, सेवाधाम, सेवानगर, हिरण मगरी, 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 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