

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 9 • अंक-2299 • उदयपुर, शनिवार 10 अप्रैल, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया



समाचार-जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें



सेवा-जगत्
निःस्वार्थ सेवा, नारायण सेवा



सेना की अग्रिम पंक्ति का हथियार बन रही सिगसोर 716 राइफल्स

अमरीका से लाई गई सिगसोर 716 राफइल भारतीय सेना की अग्रिम पंक्ति का महत्वपूर्ण हथियार बनने जा रही है। उत्तर कमान और पश्चिमी कमान के अंतर्गत आने वाले एलओसी, एलएसी के सभी अग्रिम पंक्तियों के पास 72 हजार राफइल पहुंच चुकी हैं। अब शांति क्षेत्र में तैनात इंफैंट्री बटालियन की दो कंपनियों को यह राइफल दी जा रही है। फिर चाहे बात राजस्थान, गुजरात की हो या फिर मध्यप्रदेश की। दक्षिण पश्चिम कमान को भी अब यह राइफल मिलना शुरू हो गई है।

सिगसोर 716 की कार्बन स्टील बैरल 16 इंच की है। इसे 7.62X51 एमएम गोली दागने के लिए बनाया गया है इससे दुश्मन की मौत पक्की हो जाती है। मारक रेंज 600 मीटर है जो कि एक 47 से दोगुनी है। इंसान की 5.56 एमएम कैलिबर से दुश्मन घायल होता था। जान से मारने के लिए करीब से गोली मारनी पड़ती है। 3.85 किलो की सेमी ऑटोमैटिक राइफल पर सैन्य उपयोग के लिए रेल्व भी है।

चीन से तनाव के बीच युद्धाभ्यास

चीन से तनाव के बीच

एक साल के भीतर खत्म होंगे टोल प्लाजा, जीपीएस से कटेगा टोल

सफर में फास्टैग के बाद एक नई क्रांति आने वाली है। केंद्रीय सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्री ने गुरुवार को टोल प्लाजा को लेकर बड़ा ऐलान किया है। लोकसभा में मंत्री ने कहा कि अगले एक साल में सभी टोल प्लाजा खत्म कर दिए जाएंगे। हालांकि इसका यह मतलब नहीं होगा कि टोल देना ही नहीं पड़ेगा। अब गाड़ियों में जीपीएस सिस्टम लगाया जाएगा जिससे टोल शुल्क का भुगतान हो सकेगा। टेक्नालॉजी की मदद से लोगों को उतना ही टोल चुकाना होगा, जितना वो सड़क पर चलेंगे।

अब ऐसे होगी टोल की व्यवस्था

मंत्री ने कहा कि टोल खत्म करने का मतलब टोल प्लाजा खत्म करने से है। अब आप हाइवे पर जहां से चढ़ेंगे, वहां जीपीएस कैमरा फोटो लेगा और जहां आप हाइवे से उतरेंगे वहां की फोटो लेगा, इस तरह उतनी ही दूरी का टोल

उत्तराखंड के चौबटिया में भारत-उज्बेकिस्तान की सेना साझा युद्धाभ्यास में जुटी है। इस युद्धाभ्यास को डस्कलिक (दोस्ती) नाम दिया गया है। पहला युद्धाभ्यास 2019 में ताशकंद में हुआ था। दोनों सेना 10 मार्च से युद्धाभ्यास के दूसरे संस्करण में हिस्सा ले रही है। इसमें उज्बेकिस्तान के 45 सैनिक हिस्सा ले रहे हैं। भारतीय सेना की तरफ से 13 कुमाऊं अपने 45 अधिकारियों और सैनिक के साथ हिस्सा ले रही है। सीओ कर्नल अमित मलिक ने बताया कि दोनों सेनाएं आतंकवाद, उग्रवाद, मोटर व्हीकल आइईडी ब्लास्ट को रोकने सहित हर हालात में सैन्य ऑपरेशन का अभ्यास कर रही हैं।

उज्बेकिस्तान के सैनिक हथियार लेकर नहीं आए हैं। वे भी भारतीय सेना की सिगसोर 716 पर अपना हाथ आजमा रहे हैं। मध्य एशिया में चीन के बढ़ते कदम को रोकने के लिए भारत लगातार अपने संबंधों को मजबूत करने में जुटा हुआ है। वास्तव में चीन की गिद्ध निगाह सिल्क रूट पर है जो उज्बेकिस्तान से ही होकर गुजरता है।

एक साल के भीतर खत्म होंगे टोल प्लाजा, जीपीएस से कटेगा टोल



चुकाना होगा। अभी अगर इन टोल प्लाजा को निकालने जाएंगे तो सड़क बनाने वाली कंपनी मुआवजा मांगेगी। अगले एक साल में सारे टोल खत्म करने की योजना है।

पुराने वाहनों में मुफ्त लगाएंगे जीपीएस

एक सवाल के जवाब में मंत्री ने कहा है कि नए वाहनों में जीपीएस निर्माता कंपनी की ओर से लगाकर दिया जा रहा है। पुराने वाहनों में जीपीएस की समस्या है। टोल टैक्स कलेक्शन के नए सिस्टम के लिए सरकार की ओर से पुराने वाहनों में मुफ्त जीपीएस लगावाया जाएगा।

संस्थान द्वारा दिव्यांग दम्पती व बच्चे की मदद



नारायण सेवा संस्थान ने दिव्यांग धर्मराम (13) और रमेश मीणा (28) को उनकी विपरीत परिस्थितियों में तात्कालिक मदद पहुंचाई है। कानोड़ तहसील जिला उदयपुर (राज.) के तालाब फलां निवासी रमेश पुत्र वाला मीणा का घर आग लगने से स्वाह हो गया था। संस्थान ने अनाज, वस्त्र, कम्बल मसाले आदि देकर उसकी मदद की। रमेश और उसकी पत्नी लोगरी दोनों ही जन्मजात दिव्यांग है। चार बच्चों के साथ गृहस्थी को चलाना, पहले से ही इसके लिए भारी था और अब घर के जल जाने से उस पर मुसीबतों का पहाड़ टूट पड़ा है। वहीं मंगलवार को पीआरओ विपुल शर्मा को फुटपाथ पर मिले धर्मा पुत्र कंवरलाल को व्हीलचेयर, कपड़े, बिस्किट एवं राशन देने के साथ उसका सीपी टेस्ट करवाया। इस बालक की दो वर्ष पूर्व बीमारी के दौरान आवाज और आंखों की रोशनी चली गई थी। अब इसके पांव भी नाकाम हो गए हैं। डॉक्टर्स टीम आवश्यक चिकित्सा के लिए प्रयासरत हैं।

संस्थान निदेशक वंदना जी अग्रवाल ने कहा कि विषमता में परेशान दिव्यांगों एवं दुखियों को ज्यादा से ज्यादा मदद पहुंचाने के लिए संस्थान तत्पर है। इस अवसर पर विष्णु जी शर्मा हितैषी, भगवान प्रसाद जी गौड़, दिलीप सिंह जी, फतेहलाल जी मौजूद रहे।

राहुल को लगे कृत्रिम पैर



शाहदरा- दिल्ली निवासी एवं संस्थान के विशिष्ट सेवा प्रेरक श्री रविशंकर जी अरोडा ने लॉक डाउन (कोरोना काल) के दौरान दोनों पांवों से दिव्यांग एक युवक के कृत्रिम पैर लगावाए।

दिल्ली के बदरापुर निवासी युवा क्रिकेट खिलाड़ी 2018 में जबलपुर मैच



खेलने गए थे। लौटते समय चलती ट्रेन से नीचे गिर पड़े और पांव पहियों के नीचे आकर कट गए थे। राहुल को अब चलने फिरने में किसी सहारे की जरूरत नहीं है। उन्होंने संस्थान एवं व उसके विशिष्ट सेवा प्रेरक-अरोडा जी का आभार व्यक्त किया है।

डालें आत्मचिंतन की आदत

आत्मचिंतन से प्राप्त किया हुआ ज्ञान याद रहता है और हमेशा व्यक्ति को सही निर्णय लेने में मददगार होता है। क्योंकि यह गहन अनुभव चिंतन और आत्म-अवलोकन पर आधारित होता है। हम खुद की तरफ देखें तो अपनी गलतियों को देख सकेंगे और उन्हें दूर करने के प्रयास कर सकेंगे।

नव-शक्ति मिलती है आत्मचिंतन से। अमेरिका के मनोवैज्ञानिक विलियम जेम्स अक्सर अपने छात्रों को पूजागृह में जाकर आत्मचिंतन करने के लिए प्रेरित करते थे। उनका मानना था कि शांत जगह में चिंतनशील रहकर विचार स्पष्ट होते हैं। वैसे, एक बार आत्मचिंतन का अभ्यास हो जाए तो किसी खास जगह पर जाने की जरूरत नहीं। जब कभी अवकाश मिलता है, तो हम किसी काम या मनोरंजन में अपना समय बिता देते हैं। इसकी जगह पर आत्मचिंतन करें तो अवकाश का कहीं बेहतर तरीके से सदुपयोग कर सकते हैं।

भारतीय चिंतन परंपरा में मन को एकाग्र करने के लिए ध्यान की जो पद्धति विकसित है, आत्मचिंतन इसी का प्रकट रूप है। पर यह तभी संभव है, जब हम इसे बिना उद्वेग अथवा मानसिक दबाव के कर सकें। यह ध्यान रखना होगा कि जब हम अपने को बिना जाने-समझे आगे बढ़ने लग जाएं और यूं ही कोई लक्ष्य निर्धारित कर लें तो भटकाव होगा। इस भटकाव के कारण विभिन्न तरह की चिंताएं हावी हो जाती हैं। इसलिए जिस चीज से आपका लगाव हो, उसके महत्व और उपयोगिता को समझें और फिर उसे आत्मसात करें। आप जो करने जा रहे हैं, उसका परिणाम क्या होगा या जो कर रहे हैं, उसकी उपयोगिता जीवन में क्या है, यह आप आत्मचिंतन के बिना नहीं समझ सकते।

यदि आप सोच रहे हैं कि आत्मचिंतन का कोई खास तरीका या कोई एक निश्चित प्रणाली है, तो ऐसा नहीं है। इसके लिए बस आपको किसी शांत स्थान पर बैठकर अपने मन को एकाग्र करना है। इस दौरान आपको वर्तमान पर यानी जो क्षण चल रहा है, उस पर टिके रहने का प्रयास करना है। मन कभी शांत नहीं रह सकता। यदि हम इसे शांत करने या नियंत्रित करने का अभ्यास न करें तो यह अपने उसी स्वरूप में रहेगा। आत्मचिंतन के जरिए भटकाव से मन को रोकना है। क्षुद्र विचार जो मन को परेशान और बेचौन रखते हैं, उन्हें हटाने का प्रयास करना है। इस दौरान मन को वहां टिका दें, जहां पहुंचकर हमारे विचार स्पष्ट हों। अपनी कमजोरियों को पहचान सकें। आत्मचिंतन के समय मन को उच्च भावों पर टिका देना है। वे उच्च भाव, जो हमारे स्व का विस्तार कर सकें।

हम खुद की तरफ देखें तो अपनी गलतियों को देख सकेंगे और उन्हें दूर करने के प्रयास कर सकेंगे। यदि अच्छे कार्य किए हैं तो उसे और बेहतर करने का प्रयास भी आत्मचिंतन से संभव है। महात्मा बुद्ध के कथन को याद रखें। यही कि व्यक्ति को जितना कोई बाहरी सिखा सकता है, उससे कहीं अधिक वह अपने स्वाध्याय, आत्मावलोकन तथा आत्म चिंतन से सीख सकता है। इसलिए वह हमेशा कहते हैं, 'अप्य दीपो भव' यानी अपने दीपक स्वयं बनो। अपनी बुद्धि, चिंतन एवं आत्म-अवलोकन से अपने जीवन को प्रकाशित करो। आत्मचिंतन से प्राप्त किया हुआ ज्ञान याद रहता है और हमेशा व्यक्ति को सही निर्णय लेने में मददगार होता है। क्योंकि यह गहन अनुभव, चिंतन और आत्म-अवलोकन पर आधारित होता है।

ऑक्सफॉर्ड यूनिवर्सिटी के छात्र संघ की अध्यक्ष बनकर रश्मि ने रचा इतिहास

ऑक्सफॉर्ड यूनिवर्सिटी छात्र यूनियन में बतौर अध्यक्ष पहली बार एक भारतीय छात्रा ने अपना झंडा बुलंद किया है। ऐसा करने वाली छात्रा का नाम रश्मि सामंत है। रश्मि ने मनिपाल इंस्टिट्यूट ऑफ टेक्नॉलॉजी से मैकेनिकल इंजीनियरिंग की है।

रश्मि इस पद पर काबिज होने वाली पहली भारतीय महिला हैं। रश्मि का संबंध भारत के कर्नाटक के मनिपाल से है। उन्हें यहां पर हुए चुनाव में अपने अन्य तीनों प्रतिद्वंद्वियों से अधिक वोट हासिल हुए। रश्मि को इस चुनाव में पड़े कुल 3708 वोट में से 1966 वोट हासिल हुए। ऑक्सफॉर्ड यूनिवर्सिटी का ये चुनाव केवल रश्मि की जीत के लिए ही याद नहीं रखा जाएगा बल्कि इसलिए भी याद रखा जाएगा क्योंकि इस बार यहां पर रिकॉर्ड वोटिंग हुई। इस दौरान 4881 छात्रों ने विभिन्न पदों के लिए 36405 वोट डाले थे।

अपनी चुनावी कैम्पेन में रश्मि ने अपनी चार प्राथमिकताओं को छात्रों के सामने रखा था। इसमें से तीन बेहद खास थीं जिसमें यूनिवर्सिटी में उपनिवेशवाद से मुक्ति करने तथा समावेशिता, वैश्विक महामारी कोविड-19 की रोकथाम, छात्रों की मेंटल हेल्थ पर ध्यान देना शामिल था।

रश्मि ऑक्सफॉर्ड यूनिवर्सिटी के लिनार्के कॉलेज में एमएससी एनर्जी सिस्टम की छात्र हैं। उन्होंने अपनी स्कूल की पढ़ाई मनिपाल और उडूपी से की है। उनके पिता दिनेश एक बिजनेसमैन हैं और मां वत्सला गृहिणी हैं। उनके पिता का व्यवसाय उडूपी से

कुछ दूरी पर है। रश्मि ने मनिपाल इंस्टिट्यूट ऑफ टेक्नॉलॉजी से मैकेनिकल इंजीनियरिंग में डिग्री हासिल करने के बाद ऑक्सफॉर्ड का रुख किया था। एमआईटी में भी वो छात्र यूनियन की टेक्निकल सैक्रेटरी थी।

रश्मि ने एमआईटी में मनिपाल हैकथॉन की शुरुआत की थी। बतौर यूनिवर्सिटी की अध्यक्ष वो चाहती हैं कि वहां पर छात्रों की मेंटल हेल्थ के लिए अधिक से अधिक फंडिंग हो सके। साथ ही वो यूनिवर्सिटी में जीवाश्म ईंधन को बढ़ावा देना चाहती हैं। रश्मि ने अपनी चुनावी कैम्पेन में होमोफोबिया और ट्रांसफोबिया से लड़ने की बात कही थी। उन्होंने कहा कि लोगों के बीच समुदाय को लेकर जो मानसिकता है उसको बदलने की जरूरत है।

सामंत के साथ कुछ और भारतीय भी इस चुनाव में अपनी जीत दर्ज कर सकें हैं। उनमें 2021-22 के लिए देविका उपाध्यक्ष ग्रेजुएट्स इलेक्ट और धीति गोयल स्टूडेंट ट्रस्टीज के पद के लिए चुनी गई हैं।

सामंत की ही बात करें तो वो क्लाइमेट चेंज को लेकर काफी गंभीर हैं। आपको बता दें कि रश्मि जून 2016 से मई 2017 तक मैसाच्यूसेट इंस्टिट्यूट ऑफ टेक्नॉलॉजी के एडिटोरियल बोर्ड में बतौर लेखिका रह चुकी हैं। उन्होंने गोवा शिपयार्ड लिमिटेड से अपनी इंटरशिप पूरी और फिर 2018 में उन्होंने यूनिवर्सिटी ऑफ केमिस्ट्री एंड टेक्नॉलॉजी में बतौर रिसर्च असिस्टेंट काम किया। वे ऑक्सफॉर्ड एविएशन सोसाइटी की महासचिव भी रह चुकी हैं।



करवाए 7 दिवस संत भोजन



5 ऑपरेशन का करे सहयोग



5 कृत्रिम अंगों का करे सहयोग



सहयोग राशि ₹21000

सहयोग राशि ₹51000

Bank Name: State Bank of India
Account Name: Narayan Seva Sansthan
Account Number: 31505501196
IFSC Code: SBIN0011406
Branch: Hiran Magri, Sector No.4, Udaipur-313001



SBI Payments

UPI Address for Indian donors which is narayanseva@SBI



+91 294 662 2222

+91 7023509999

www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

Bank Name: State Bank of India
Account Name: Narayan Seva Sansthan
Account Number: 31505501196
IFSC Code: SBIN0011406
Branch: Hiran Magri, Sector No.4, Udaipur-313001



SBI Payments

UPI Address for Indian donors which is narayanseva@SBI



+91 294 662 2222

+91 7023509999

www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

सम्पादकीय

‘समय परिवर्तनशील है’ यह कथन सदैव सत्य सिद्ध होता रहा है। अनुभव में भी यही आता है कि समय न केवल परिवर्तनशील है वरन् तेजी से बदलता है। किन्तु जो शाश्वत है वो कभी नहीं बदलता, वह तो अटल है, स्थिर है, चिरंतन है, तो बदलता क्या है? बदलते हैं रीति-रिवाज पर अटल है उनके पीछे की भावना, बदलते हैं रिश्ते-जान-पहचान पर स्थिर है उनके पीछे की आत्मीयता, बदलता है रहन-सहन पर चिरंतन है उसके पीछे का जुड़ाव। यह भावना, आत्मीयता व जुड़ाव ही मानव-संस्कृति के बीज हैं। जब तक बीज सुरक्षित हैं तब तक कितना भी बिगाड़ क्यों न हो जाए सद् की आशा कभी निराशा में नहीं बदलेगी। जब तक ये मानवीय गुण उपस्थित हैं तब तक असभ्यता व कुसंस्कार कितना भी जोर लगा ले, समाज और मनुष्य का सामंजस्य नहीं टूट सकता। इसलिए हमें परिणामों को बदलने या उन पर चिंता करने की बजाय, बीजों को सुरक्षित रखने व अनुकूलता होने पर उन्हें बोने की जुगत में रहना चाहिए। तभी तो वह फसल लहलहायेगी जिसकी सभी को आस है।

कुछ काव्यमय

शुचिता खोती जा रही,
क्यों जन-जन से आज।
आओ फिर मिलकर करें,
शुचिता का आगाज।।
मज में हो संवेदना,
तज सेवा में लीज।
खुशियों भरा जहाज हो,
क्यों कोई गमभीज।।
सेवा के आकाश में,
ऊँची भरो उड़ाज।
इस प्रयास से सहज में,
मिल जायें भगवान।।
करुणा का झरना बहे,
बुझें सभी की प्यास।
खुशियों का माहौल हो,
मिटे सभी त्रास।।
सरल चित्त मानव बने,
तो हो सरल समाज।
उस समाज की नींव पर,
हो ईश्वर का राज।।

- वस्तीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

**कोरोना से अगर बचना है,
तो मुंह पर मास्क पहनना है,
भीड़ से दूर रहना है,
यह हम सबका कहना है।**

**अपनों से अपनी बात
तो तुम्हारे लिये सब सम्भव है**

आठ साल का एक लड़का गर्मी की छुट्टियों में अपने गाँव आया। एक दिन दादाजी से बोला—‘मैं बड़ा होकर एक सफल आदमी बनूँगा। क्या आप सफलता के लिये कुछ टिप्स दे सकते हैं?’ दादा जी ने लड़के का हाथ पकड़ा और उसे करीब को पौधशाला में ले गए। वहाँ से वे दो छोटे-छोटे पौधे खरीद कर घर आ गए। उन्होंने एक पौधा घर के बाहर लगा दिया और एक पौधा गमले में घर के अन्दर रख दिया। दादा जी ने लड़के से पूछा—‘क्या लगता है तुम्हें, इन दोनों पौधों में से भविष्य में कौन सा पौधा अधिक सफल होगा?’ लड़का कुछ क्षणों तक सोचता रहा फिर बोला—‘घर के अन्दर वाला पौधा ज्यादा सफल होगा क्योंकि वो हर एक खतरे से सुरक्षित है।’ छुट्टियाँ खत्म हो गयीं और लड़का वापस शहर



चला गया। इस बीच दादाजी दोनों पौधों को सींचते रहे। समय बीतता गया।
तीन-चार साल बाद लड़का फिर गाँव आया और दादा जी से बोला—‘दादा जी, पिछली बार मैंने आपसे सफल होने के कुछ टिप्स मांगे थे पर आपने तो कुछ बताया ही नहीं..... इस बार आपको जरूर कुछ बताना

**दोस पराये देखि कर,
चला हसंत हसंत।
अपने याद ना आवइ,
जिनका आदि न अंत।।**

एक महात्मा जी किसी गाँव के बाहर स्थित एक झोंपड़ी में अपने शिष्यों के साथ रहते थे। एक दिन महात्मा जी अपने शिष्यों के साथ झोंपड़ी की मरम्मत कर रहे थे।

उसी समय एक घुड़सवार वहाँ आया और महात्मा जी को प्रणाम करके बोला—‘मैं इस गाँव में बसना चाहता हूँ, यहाँ के लोग कैसे हैं?’ इस पर महात्मा जी ने पूछा—‘तुम जिस गाँव से आए हो, वहाँ के लोग कैसे हैं?’

घुड़सवार ने उत्तर दिया—‘मैं अमुक गाँव से आया हूँ तथा वहाँ के लोग बहुत ही लोभी, लालची, कपटी तथा ईर्ष्यालु हैं।’

साधु ने उत्तर दिया—‘यह गाँव तुम्हारे रहने लायक नहीं है। यहाँ के

नजरिया



लोग तो और भी अधिक दुर्जन, ईर्ष्यालु एवं उददंड हैं। तुम यहाँ से चले जाओ। यह सुनकर वह व्यक्ति चला गया। कुछ देर पश्चात् वहाँ पर एक दूसरा व्यक्ति आया और उसने भी महात्मा जी से वही प्रश्न किया। महात्मा जी ने भी पुनः पूर्ववर्ती प्रश्नोत्तर किया।

व्यक्ति ने उत्तर दिया—‘महाराज जी ! मैं जिस गाँव से आया हूँ, वहाँ के

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश का मन प्रसन्नता से उछल रहा था मगर यह कैसी मजबूरी कि वह अपनी खुशी किसी से बांट भी नहीं सकता था। कैलाश के स्मृति पटल पर यकायक वह दृश्य उभर आया जब एक मुट्ठी आटा संग्रह करने के दौरान उसकी पुत्री कल्पना रोते हुए घर लौटी थी और उसने उसे पुचकारते हुए कहा था—‘बेटी एक दिन तेरे ये आंसू फूल बन जायेंगे। उस दिन 25 जनवरी थी, शाम तक तो जैसे भी नामों की घोषणा हो ही जाने वाली थी मगर तब तक यह बात अपने तक ही सीमित रखना उसके लिये मुश्किल सिद्ध हो रहा था। आस पास स्थित लोग जान तो गये थे कि कोई बहुत ही अच्छी खबर आई है, उन्होंने पूछा भी मगर कैलाश हँस कर टाल गया।

शाम होते होते तो टी.वी. पर खबर चल गई, अखबारों को पता चल गया। इसके बाद तो शुभचिंतकों, मित्रों, पत्रकारों आदि के फोनो का तांता लग गया। सब बधाई दे रहे थे। कैलाश ने बधाइयों के बीच ही बोहरा गणेश मंदिर जाकर धोक लगाई और पूजा अर्चना की।

जीवन की इस महत्वपूर्ण उपलब्धि पर अपने स्वर्गीय माता-पिता को स्मरण किया तथा बड़े भाई को फोन कर उनका आशीर्वाद लिया। बधाई को फोनो का तांता थमने का नाम तक नहीं ले रहा था। कैलाश सबको कृतज्ञता से जवाब दे रहा था, धन्यवाद दे रहा था।

अंश-226

होगा।’ दादा जी मुसकुराए और लड़के को वहाँ ले गये जहाँ उन्होंने गमले में पौधा लगाया था।

अब वह पौधा बड़ा और फूलदार बन चुका था। लड़का बोला—‘देखा दादाजी मैंने कहा था न कि ये वाला पौधा ज्यादा सफल होगा।’ दादा जी बोले—‘अरे, पहले बाहर वाले पौधे का हाल भी तो देख लो?’ और यह कहते हुए दादाजी लड़के का बाहर ले गए। बाहर वाला पौधा एक विशाल वृक्ष बन चुका था और उसकी छांव में राहगीर आराम कर रहे थे।

तब दादा बोले—‘बेटे इस बात को याद रखो, अगर तुम जीवन में सुरक्षित विकल्प चुनते हो तो तुम कभी भी उतना आगे नहीं बढ़ पाओगे, जितनी तुम्हारी क्षमता है, अगर तुम तमाम खतरों के बावजूद इस दुनिया का सामना करने के लिए तैयार रहते हो तो तुम्हारे लिये सब सम्भव है।’

— कैलाश ‘मानव’

लोग तो अत्यन्त सरल, सुहृदयी व मैत्रीभाव वाले लोग हैं।

महात्मा जी ने कहा—‘तुम इस गाँव में प्रसन्नता से रह सकते हो, क्योंकि यहाँ भी अत्यन्त सरल, सुहृदयी व मैत्रीभाव वाले लोग रहते हैं।’

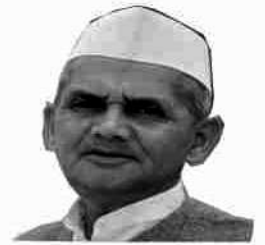
महात्मा जी का उत्तर सुनकर वह व्यक्ति चला गया, किन्तु उसके जाते ही एक शिष्य ने तुरंत जिज्ञासा व्यक्त की—‘गुरुदेव एक ही स्थान के विषय में, दो विभिन्न व्यक्तियों को आपने, विभिन्न राय क्यों दी?’

महात्मा बोले—‘यह राय तो उनकी, स्वयं की थी। क्योंकि जो जैसा होता है, उसे वैसा ही दिखता है। उन्होंने एक ही स्थान के लोगों के विषय में अपने-अपने नजरिए से गुणों की व्याख्या की और मैंने भी उन्हीं की सोच के अनुसार, उन्हीं के शब्दों में उत्तर दिया।’

—सेवक प्रशान्त भैया

सुहृदयता की मिसाल

लाल बहादुर शास्त्री केंद्रीय गृहमंत्री थे। उनके घर का एक दरवाजा जनपथ की ओर, दूसरा अकबर मार्ग की ओर था। एक बार दो श्रमिक रिक्रियाँ सिर पर घास का गड्ढर रखकर उस मार्ग से निकलीं तो चौकीदार ने उन्हें धमकाना शुरू किया। उस समय शास्त्री जी अपने घर में बैठे कुछ कार्य कर रहे थे, उन्होंने सुना तो बाहर आ गए और पूछने लगे—‘क्या बात है?’ चौकीदार ने सारी बातें बता दी। शास्त्री जी ने कहा—‘क्या तुम्हें दिखता नहीं इनके सिर पर कितना बोझ है? ये निकट के मार्ग से जाना चाहती हैं, तो तुम्हें क्या आपत्ति है? जाने क्यों नहीं देते?’ शास्त्री जी कोमल हृदय इंसान थे।



अंश-226

पेट के रोगों में फायदेमंद होता खाली पेट नारियल पानी पीना



नारियल पानी में भरपूर मात्रा में विटामिन, पोटेशियम, फाइबर, कैल्शियम, मैग्नीशियम, खनिज तत्व आदि होते हैं जो कई बीमारियों से बचाते हैं।

नारियल पानी में फैंट और कोलेस्ट्रॉल नहीं होता है इसलिए यह हृदय रोगों और मोटापे से बचाता है। ब्लड प्रेशर की समस्या होने पर गर्मी में इसे पिएं। इसमें मौजूद विटामिन-सी, मैग्नीशियम और पोटेशियम ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखता है।

फेसपैक भी लगा सकते हैं : गर्मी में नारियल पानी पीने से कील मुहांसों की दिक्कत नहीं होती है। नारियल की मुलायम गरी का फेसपैक भी लगा सकते हैं। त्वचा पर निखार आएगा। इसे पीने से पथरी का क्रिस्टल गलने लगता है और आकार छोटा होकर यह निकल जाती है।

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 ऑपरेशन 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 नम)	सहयोग राशि (तीन नम)	सहयोग राशि (पाँच नम)	सहयोग राशि (ब्यारह नम)
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
वैराखी	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

अनुभव अमृतम्

मेरे मन में अद्भुत विचार आया। दस लाख रुपया मना कर रहा एक आदमी। उस जमाने में ये बात हॉस्पिटल चालू करने की शायद 79-80 की होगी। मुझे याद नहीं



बिसलुपर हॉस्पिटल लेकिन उस जमाने में 10 लाख रुपये मना करना। ये राजमल जी कर सकते थे। मैं भक्त होता चला गया। कई घटनाएं जीवन की कैलाशजी। मैंने पूछा एक दिन आप तो बहुत गरीब थे। कर्जदार थे। फिर आप ये सेवा कैसे कर लेते थे? बोले कैलाश जी उस जमाने में डालडा घी नया -नया चालू हुआ था। देशी घी से आधी कीमत पर मिलता था। हमारे जैन परिवार में डालडा घी वनस्पति घी खाना अच्छा नहीं माना जाता था। उससे बदनामी होती थी। ये डालडा खा रहे हैं, तो मैं डालडा घी लाता था और गर्म करके उसमें हल्दी मिलाकर के उसको पीला कर देता था और घर पर ये ही कहता था देशी घी लाया हूँ। और उससे जो पैसा बचता उन पैसों को गुल्लक में डालता था। और उस गुल्लक में से महिना भर 15 दिन में पैसे निकाल करके दवाइयाँ खरीद करके भैरव फ्री हॉस्पिटल के लिए देता था। ऐसे राजमलजी जैन साहब अनन्त प्रेम, अनन्त घटनाएं जीवन में एक बार मैंने भाईसाहब से चार हजार रुपये कर्जा भी लिया। एक दिन मैंने भैरव बाग में कहा मैंने कहा भाईसाहब आपकी कृपा हो जाये तो दो-तीन महीने के लिए चार हजार रुपये मिल जाये ब्याज पर, मैं ब्याज दे दूंगा। कुछ बोले नहीं।

सेवा ईश्वरीय उपहार- 106 (कैलाश 'मानव')

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, ट्रेन 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 ऑनलाइन साईट पर भी उपलब्ध है
www.narayanseva.org, www.mankijeet.com
☎ : kailashmanav