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 - 8 • अंक-2231 • उदयपुर, सोमवार 01 फरवरी, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

कर्नाटक में देश का पहला खिलौना क्लस्टर

कर्नाटक सरकार देश का पहला खिलौना विनिर्माण क्लस्टर बनाने जा रही है। कर्नाटक सरकार ने जिस क्लस्टर की आधारशिला रखी है, वह कोप्पल जिले के भानापुर गांव में है। इस क्लस्टर में 5,000 करोड़ रुपए तक का निवेश आने की उम्मीद है। कर्नाटक सरकार का दावा है कि यह देश का पहला खिलौना निर्माण क्लस्टर होगा। इसका निर्माण कार्य इसी वर्ष दिसंबर तक पूरा होने की उम्मीद है। क्लस्टर 400 एकड़ से अधिक भूमि में फैला होगा।

एक लाख से ज्यादा रोजगार : इस क्लस्टर में खिलौना निर्माण की 100 से अधिक इकाइयां होगी। लगभग 30 हजार लोगों के लिए प्रत्यक्ष रोजगार उत्पन्न करने की क्षमता मिलेगी। वही हजारों लोगों को अप्रत्यक्ष तौर पर काम मिलेगा। कर्नाटक के मुख्यमंत्री ने कहा कि इस क्लस्टर में परोक्ष रूप से भी लगभग एक लाख नौकरियां सृजित होगी।

हर दिन 600 रुपए कमाएंगी महिलाएं : खिलौना निर्माण उद्योग में महिलाओं की बड़ी भागीदारी रही है, इसलिए इस क्लस्टर से महिला सशक्तिकरण को भी बढ़ावा मिलेगा। रोजगार में महिलाओं को प्राथमिकता दी जाएगी। जो महिलाएं प्रतिदिन 200 रुपए कमा रही है, वे प्रतिदिन 600 रुपए तक कमा सकेंगी। कोप्पल में शुरू होने वाला यह खिलौना क्लस्टर महिला सशक्तिकरण की दिशा में बड़ा कदम साबित होगा।

तीसरा सबसे बड़ा बाजार है कर्नाटक : भारत में खिलौनों के लिए कर्नाटक तीसरा सबसे बड़ा बाजार है। इसका आकार 15.9 करोड़ डॉलर है और देश के खिलौना बाजार में इसकी करीब 9.1 प्रतिशत हिस्सेदारी है।

कोप्पल जिले के जिस भानापुर गाव में क्लस्टर का निर्माण होने जा रहा है, वह बेंगलुरु से 365 किमी दूर स्थित है और वहां की आबादी 2,000 से भी कम है। क्लस्टर का निर्माण होने को बाद गांव की तस्वीर पूरी तरह से बदल जाएगी।

एक साथ कोरोना के दो टीकों को मंजूरी देने वाला दुनिया का पहला देश बना भारत

कोरोना वैक्सीन को लेकर देश का इंतजार अब खत्म हो गया है। एक साथ दो वैक्सीन को मंजूरी देने वाला भारत दुनिया का पहला देश बना गया है। भारत ड्रग कंट्रोलर जनरल ऑफ इंड़िया (डीसीजीआइ) ने सीरम इंस्टीट्यूट द्वारा निर्मित कोविशील्ड व भारत बायोटेक के स्वदेशी टीके को वैक्सीन के देश मे सीमित आपात इस्तेमाल की मंजूरी दी।

अब व्यापक टीकाकरण का रास्ता, खुल गया है।

डीसीजीआई ने कहा ट्रायल के आंकडे जमा कर दिए हैं। दोनों वैक्सीन का ट्रायल भी जारी रहेगा। वैक्सीन की दो– दो डोज लगेगी। साथ ही जायडस कैडिला की वैक्सीन के तीसरे ट्रायल की भी आधिकारिक अनुमति प्रदान कर दी गई। प्रधानमंत्री ने वैज्ञानिकों बधाई दी। एम्स के निदेशक ने कहा भारत बायोटेक द्वारा विकसित कोवैक्सीन फिलहाल बैक– अप वैक्सीन के तौर पर आपात स्थिति में ही इस्तेमाल की जा सकेगी।

हमारा दोहरा सुरक्षा चक्र

कोविशील्ड	कोवैक्सीन
ऑक्सफोर्ड युनिवर्सिटी ने एस्ट्राजेनेका के साथ। सीरम इंडिया उत्पादक ट्रायल पार्टनर।	भारत बायोटेक ने आइसीएमआर और एनआइवी ने बनाया पूर्णतःस्वदेशी
सर्दी के एडीनोवायरस के कमजोर वायरस से। सरफेस स्पाइक प्रोटीन कोरोना से लड़ता है	बीमारी के माइक्रो ऑर्गेनिज्म को मारता है। पैथेजन रोकता है इनएक्टिव वैक्सीन।
पहले दूसरे फेज में 800 पर जांच तीसरे फेज में 22500 लोगों पर जांच अभी जारी	पहले फेज में 23745 पर जांच, 70.42 प्रतिशत कुशलता दी, दूसरे–तीसरे फेज में 1600 पर जांच

सेवा पथ पर आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

दिव्यांग भी कर सकते हैं बड़ा काम

आंकड़ों के लिहाज से भारत में करीब दो करोड़ लोग शरीर के किसी विशेष अंग से दिव्यांगता के शिकार हैं। दिव्यांगजनों को मानसिक सहयोग की जरूरत है। यदि समाज में सहयोग का वातावरण बने, लोग किसी दूसरे की शारीरिक कमजोरी का मजाक न उड़ाएं, तो आगे आने वाले दिनों में हमें सकारात्मक परिणाम देखने को मिल सकते हैं। समाज के इस वर्ग को आवश्यक संसाधन उपलब्ध कराया जाये तो वे कोयला को हीरा भी बना सकते हैं। समाज में उन्हें अपनत्व–भरा वातावरण मिले तो वे इतिहास रच देंगे और रचते आएं हैं। एक दिव्यांग की जिंदगी काफी दुःखों भरी होती है। घर–परिवार वाले अगर मानसिक सहयोग न दें, तो व्यक्ति अंदर से टूट जाता है। वैसे तो दिव्यांगों के पक्ष में हमारे देश में दर्जन भर कानून बनाए गए हैं, यहां तक कि सरकारी नौकरियों में आरक्षण भी दिया गया है, परंतु ये सभी चीजें गौण हैं, जब तहम उनकी भावनाओं के साथ खिलवाड़ करना बंद ना करें। वे भी तो मनुष्य हैं, प्यार और सम्मान के भूखे हैं। उन्हें भी समाज में आम लोगों के साथ प्रतिस्पर्धा करनी है। उनके अंदर भी अपने माता–पिता, समाज व देश का नाम रोशन करने का सपना है। बस स्टॉप, सीढियों पर चढने–उतरने, पंक्तिबद्ध होते वक्त हमें यथासंभव उनकी सहायता करनी चाहिए।

आइए, एक ऐसा स्वच्छ माहौल तैयार करें, जहां उन्हें क्षणिक भी अनुभव ना हो कि उनके अंदर शारीरिक रूप से कुछ कमी भी है। नारायण सेवा संस्थान परिवार की अपील है कि दिव्यांगों का मजाक न उड़ाएं, उन्हें सहयोग दें। साथ ही उनका जीवन स्तर उपर उठाने में संस्थान के प्रकल्पों में मदद भेजकर स्वयं सहयोगी बनें... एक उदाहरण पेश करें अपने परिवार में... समाज में.... संस्कारों में...।

रुकेगा नहीं हरु किसान

गरीब हरूराम भील (30) अपने गांव पोकरण राजमथाई (जैसलमेर) में ट्रेक्टर ड्राइविंग करके परिवार चला रहा था कि 11 अक्टूबर 2019 को जुताई के लिए हरियापुर गांव गया। ट्रेक्टर–टोली लेकर किसान के खेत में जुताई के लिए पहुंचा। ट्रोली से कल्टीवेटर को उतारते हुए वह पांव पर अचानक गिर गया। दोनों पांव घटना स्थल पर ही क्षतिग्रस्त हो गए। आस–पडोस के लोगों ने गांव के प्रतिष्ठित व्यक्ति कैलाश राठी की मदद से उसे जोधपुर के गोयल हॉस्पीटल में भर्ती करवाया जहां 3 माह तक इलाज चला। इस दौरान बांया पांव काटना पड़ा और दांये पांव में स्टील प्लेट और रोड़ डाली गई लेकिन वह पांव अब भी टेढ़ा है। जैसे–तैसे हरूराम अपने पिता शंकरराम की मदद से घर पहुंचा लेकिन वो पूरी तरह से टूट चुका था। जीने की हिम्मत खो चुका था।

करीब एक माह पूर्व समाज सेवी अखिलेश दवे नारायण सेवा संस्थान के दिव्यांग सहायता कार्यों की जानकारी देकर उसे उदयपुर लाए। संस्थान के प्रोस्थेटिस्ट एवं आर्थोटिस्ट डॉ. मानस जी रंजन साहू ने कृत्रिम पांव लगाकर उसे कदम दर कदम चलने की सौगात दी तो भावी जीवन को लेकर हरूराम में उम्मीद की एक नई किरण जगी तथा संस्थान व सहयोगियों का धन्यवाद अर्पित किया अब वह गांव में चल फिर रहा है।

मुश्किलों से राहत मिली प्रमोद को

उदयपुर शहर के निकट बलीचा बस्ती में रहने वाले प्रमोद यादव (30) का कोरोना के चलते लॉकडाउन में ऑटो ही बंद नहीं हुआ गृहस्थी की गाड़ी भी थम गई। पति–पत्नी और तीन छोटी बच्चियों के परिवार के सामने घोर अंधेरा छा गया।

ऑटों के पहिये चलते थे तो घर भी चलता था। सब लोग घरों में थे। दुकानें, फैक्ट्रियां, निर्माण कार्य, पर्यटन स्थल, रेलें, बसें सब स्थगित थी। घर में निराशा का गहरा सन्नाटा पसरा था। जिसे नारायण सेवा संस्थान के सेवादूतों ने दरवाजे पर दस्तक देकर अप्रेल के शुरू में ही हटा दिया। वे अपने साथ भोजन के पैकेट व राशन लेकर आए थे। उन्हें देख परिवार ने भगवान को धन्यवाद दिया।

प्रमोद बोला– सचमुच आप नारायण के दूत समान ही है। हमारी मुश्किल को आपने हल कर दिया। मकान का किराया तो मैं आज नहीं तो कल हालात सम्भलने पर मजदूरी कर चुका दूंगा लेकिन आपने तो मेरे और परिवार के जिंदा रहने का सबब ही दे दिया। आप धन्य हैं। इस परिवार को अप्रैल से नियमित राशन दिया जा रहा है।

सेवा का यह काम आपके सहयोग के बिना कैसे होगा सम्भव

प्यासे को पानी, भूखे को भोजन, बीमार को दवा, यही है नारायण सेवा– कृपया करें भोजन सेवा

विवरण (प्रतिदिन)	सहयोग राशि (रुपये)
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

रेंग रेंग कर चलने वाले दिव्यांगजनों को सहायक उपकरणों का सहयोग देकर बनायें सशक्त

सहायक उपकरण वितरण	सहयोग राशि (रुपये)
कृत्रिम अंग	10000
ट्राई साईकिल	5000
व्हील चेयर	4000
केलिपर	2000
बैसाखी	500

पशुवत जिन्दगी जी रहे दिव्यांग भाई बहनों को अपने पांवों पर चलाने के लिए कृपया करें योगदान

ऑपरेशन	सहयोग राशि (रुपये)	ऑपरेशन	सहयोग राशि (रुपये)
501	1700000	40	151000
401	1401000	13	52500
301	1051000	05	21000
201	711000	03	13000
101	361000	01	5000

दान सहयोग हेतु सम्पर्क करें– 0294–6622222, 7023509999

युवाओं ने बनाया 400 मीटर लंबा ट्रेक, रोज दौड़ रहे 10 किमी

सेना में भर्ती होने की जिद व जुनून ऐसा कि सुविधाओं को कभी कमी नहीं बनने दिया। गांव के युवाओं ने अपने स्तर पर ही देशी जुगाड़ से सुविधाएं जुटाई और भर्ती की तैयारियों में जुट गए। गांव के युवाओं की मेहनत देख देश प्रेम की भावना व मातृभूमि की सेवा के लिए युवाओं में जज्बा देखते ही बनता है। मेनार में खेल मैदान तो है लेकिन वहां 400 मीटर लंबे ट्रेक का अभाव है।

सुविधाओं का अभाव होने के बावजूद मेनार के 25 से 30 युवाओं मे देशप्रेम का जज्बा ऐसे बना हुआ है कि उन्होंने संभावित सेना भर्ती को देखते हुए अपनी मेहनत के बल पर धण्ड तालाब के सामने स्थित मेला ग्राउंड पर खाली मैदान में 400 मीटर का ट्रेक बनाकर नियमित दौड़ लगानी शुरू कर दी है। जिसमें एथेलेटिक्स के लिए 400, 800 एवं 16 सौ मीटर दौड़ की तैयारियों भी कर रहे है। लंबी कूद, हाई जंप, दौड़ आदि का अभ्यास कर रहे है। ये बदलाव उदयपुर के मेनार गाँव से सेना में चयनित हुए युवाओं को देखकर आया है।

बन जाए अच्छा ट्रेक तो मिलेगी मदद : सेना की तैयारी कर रहे युवाओं का कहना है कि ग्राम पचांयत राजीव सेवा केंद्र के पास खाली पड़ी जमीन पर पीली मिट्टी डलवाकर व्यवस्थित ट्रेक बना दे तो युवाओं को दौड़ने में और आसानी होगी। वही मैदान पर एक्सरसाइज के लिए शीट एवं लम्बी और ऊंची कूद के सेक्शन में रेत डलवाने की मांग रखी गई है, ताकि अभ्यास कर सके। सुविधाओं की पूर्ति से इन्हें सुविधा होगी।

ट्रेक्टर से हंकाई कर बनाया ट्रेक : सबसे पहले सेना में रूचि रखने वाले युवाओं ने एक व्हाट्सअप ग्रुप बनाया। जिसमें इन्होंने 50 से 100 रूपए एकत्रित कर ट्रेक बनाने की ठान ली। इन्होंने ट्रेक बनाने के लिए सबसे पहले परिसर की सफाई की फिर ट्रेक्टर के टिलर के माध्यम से 16 फिट चौड़े और 400 मीटर लम्बे राउंड की हंकाई कर छोटे मोटे पत्थरों को इकट्ठा किया। यहां पानी का छिड़काव कर रोलिंग कर लाइनिंग कर दौड़ शुरू कर दी। अब यहां रोजाना युवाओं की दौड़ जारी है। यहां एक नया मैदान बन गया।

संस्थान में संत श्री अरविन्द जी महाराज पधारे

नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर में परम पूज्य आदरणीय संत श्री अरविन्द जी महाराज, आगरा से पधारे। इस शुभ अवसर पर संस्थान संस्थापक कैलाश जी 'मानव' ने पगड़ी, उपरना पहनाकर भावभीना स्वागत किया। श्री अरविंद जी महाराज ने संस्थान का अवलोकन करते हुए संस्थान के सेवा प्रकल्पों की प्रशंसा की। उन्होंने कहा कि भगवान श्री कृष्ण का मन चंचल जरूर था मगर इच्छाशक्ति मजबूत थी। यदि हमें अपनी इच्छा शक्ति को मजबूत रखना है, तो मन में अच्छे विचारों के बीज बोएं जिससे मन जागृत होगा। इस मौके पर कुलदीप जी, गोविन्द जी, महिम जी मौजूद थे।

गीता की आंखों के आंसू पौंछे

उदयपुर (राजस्थान) जिले के आदिवासी बहुत क्षेत्र चारों का फला निवासी गीता बाई 40 का घर संसार आज से 6 वर्ष पूर्व खुशियों को तब तहस नहस कर दिया, जब युवावस्था में ही पति की थोड़े दिनों की बीमारी के बाद आकस्मिक मृत्यु हो गई। तब 34 वर्ष की गीता की गोद में दो नन्हें बच्चें थे।

एक लड़की बड़ी थी जिसके हाथ मेहनत,मजदूरी कर इसने पति की मौत के बाद पीले कर दिए। पिछले 6 वर्षो से यह खेतों कमठाणों में जहां भी मजदूरी मिली कर लेती है और दोनों बच्चों की परवरिश कर रही है। इन्हें कभी भूखा नहीं सोना पड़ा। लेकिन समय ने एक बार इसके सामने फिर चुनौती नहीं थी, यह तो वैश्विक महामारी कोविड– 19 के रूप में पूरी दुनिया के सम्मुख थी किंतु गरीबों और मजदूरी कोविड़– 19 के रूप पूरी दुनिया के सम्मुख थी किंतु गरीबों और मजदूरों के लिए तो बहुत ही दुःखदायी थी। मार्च– अप्रैल में लॉकडाउन लागू होने से मजदूरी बंद हो गई। काम काज ठप थे। ऐसे में गीता के पास खाने को घर में कुछ दिनों का आटा मसाला था। वह भी जब खत्म हो गया तो उसकी आंखों में सिर्फ आंसू बचे थे। इस स्थिति में नारायण गरीब परिवार राशन योजना को लेकर संस्थान के सेवादूत उस क्षेत्र में पहुंचे और गीता और उसके जैसे ही गरीब बेरोजगार परिवारों को एक – एक माह का राशन दिया। उन्हें स्थायी रूप से इस सहायता के लिए पंजीकृत भी कर दिया । गीता और उसके बच्चे भी अन्य सहायता प्राप्त परिवारों की तरह खुश हैं। उनके घर हर माह राशन पहुंच रहा है।

सम्पादकीय

भूत, भविष्य और वर्तमान कालों में हर व्यक्ति विचरण करता रहता है। एक विचारवान् व्यक्ति के लिये यह संभव नहीं है कि वह अपने विगत का स्मरण भूल जाये। अतीत की छाया हर समय उसे घेरे रहती ही है। और भविष्य तो इतना आकृष्ट करता है कि अधिकतर व्यक्ति उसे जानने को आतुर रहते हैं। भविष्य को जानने के लिये विश्व में अनेक पद्धतियों का विकास भी इसी सोच का परिणाम है। हम ज्यादातर या तो भूतकाल में चले जाते हैं या भविष्य के चिंतन में उलझ जाते हैं, इस कारण हर बार वर्तमान से चूक जाते हैं। यह ठीक है कि भूतकाल हमें मूल्यांकन करने व सीखने का अवसर देता है। उससे गौरव की अनुभूति भी होती है। और भविष्य हमें कमियों को सुधारने की प्रेरणा देता है। किन्तु वर्तमान तो वास्तविक जीवन है। यह आज है। कहा भी जाता है कि –'आज है जो राज है।' यानी किया जा सकता है वह तो वर्तमान ही है। यही आनंद का स्रोत है, कर्म का संकल्प है तथा फल का भोग है। इसलिये ज्यादा से ज्यादा वर्तमान में जीने की आदत डालेंगे तो हम व्यावहारिक बन सकेंगे।

कुछ काव्यमय

भूत, भविष्य व वर्तमान हैं,
तीन दशायें जीवन की।
इसमें भिन्न भिन्न रहती हैं,
भावदशा मानव मन की।
पर निर्णायक वर्तमान है,
यही वास्तविक जीवन है।
भूत, भविष्य भी मानव का
वैचारिक जीवन धन है।

- वरदीचन्द राव, अतिथि सम्पादक

अपनों से अपनी बात

सेवा ही बड़ा धर्म

गुरु नानकदेव जी शिष्य मर्दाना के साथ एक गांव में पहुँचे। गांव के बाहर एक झोंपड़ी में कुष्ठ रोगी रहता था। लोग उससे घृणा करते। कोई भी उसे पास नहीं जाता। कभी कोई उसे भोजन दे जाता अन्यथा भूखे रहना ही उसी नियति थी।

गुरु नानकदेव जी झोंपड़ी में गए और पूछा– भाई, हम आज रात तुम्हारी झोंपड़ी में रूकना चाहते हैं? अगर तुम्हें कोई परेशानी ना हो तो। यह सुनकर वह हैरान हो गया, क्योंकि उसके पास कोई आना ही नहीं चाहता फिर ये कैसे उसे पास रूकने को तैयार हुए? वह सिर्फ उन्हें देखता रहा। उसे कोढ़ ग्रस्त अंग में कुछ बदलाव आने लगे।

नानकदेव जी ने मर्दाना को रबाब बजाने को कहा और उन्होंने कीर्तन

आरंभ कर दिया। कोढ़ी ध्यान पूर्व सुनता रहा। जब कीर्तन समाप्त हुआ, तो उसने गुरुजी के चरण स्पर्श लिए। गुरु नानकदेवजी ने उससे पूछा– भाई, कैसे हो? गांव के बाहर झोंपड़ी क्यों बनवाई है? उसने उत्तर दिया– मैं बहुत बदकिस्मत हूँ। मुझे कुष्ठ रोग है, कोई मेरे पास नहीं आता। कोई मुझसे बात नहीं करता। अपनों ने भी मुझे घर से निकाल दिया। मैं दुर्भाग्यशाली और धरती पर बोझ हूं। गुरु नानकदेव जी ने कहा– बोझ तुम नहीं वे लोग हैं जिन्होंने पीड़ित पर भी दया नहीं की और अकेला छोड़ दिया। आओ मेरे पास, मैं भी तो देखूँ, हाँ है कोढ़? जैसे ही गुरु नानकदेव जी ने उसे हाथों और पीठ को सहलाया, वह पूरी तरह से स्वस्थ हो गया। इस चमत्कार से अभिभूत वह गुरुजी के चरणों में गिर पड़ा।

उन्होंने उसे उठाकर गले लगाते हुए कहा– प्रभु का स्मरण और लोगों की सेवा करो, यही मनुष्य के जीवन का प्रमुख कार्य है। उसे पश्चात् वह अन्य कोढियों की सेवा में लग गया और ऐसी ख्याति पाई कि सभी उसका आदर करने लगे।

– कैलाश 'मानव'

वो करो जो बहुत कम लोग करते हैं

इस जिंदगी में बड़ी सफलता न मिलने का सबसे बड़ा कारण यह है कि वो ऐसी सोच रखता है। जैसी दुनिया के 99 प्रतिशत लोग रखते हैं। अगर आप बड़ी सफलता चाहते है तो आपकी वो करना होगा जो सिर्फ एक प्रतिशत लोग करते हैं। इस बात को इस कहानी से समझें– एक बार एक चित्रकार ने बहुत ही सुन्दर पैंटिंग बनाई। उसे पैंटिंग में कहीं भी कमी नजर नहीं आ रही थी। उसने सोचा क्यों न यह पैंटिंग लोगों को दिखाई जाएं।

उसने पैंटिंग को शहर के बीचों बीच लटका दिया और नीचे लिख दिया। किसी को इसमें कमी दिखाई दे तो वे उस जगह निशान लगा दें। शाम को जब चित्रकार पैंटिंग के पास पहुंचा तो बहुत दुःखी हुआ क्योंकि पूरी पैंटिंग पर निशान लगे थे और वह पूरी तरह से खराब हो चुकी थी। समझ में नही आ रहा था कि अब वो क्या करे। तभी एक दोस्त उससे मिलने आया। उसे दुःखी देखकर कारण पूछा– चित्रकार ने अपनी समस्या उसे बता दी। सारी बात सुनने के बाद दोस्त हंसने लगा और बोला कि यह तो बहुत ही छोटी समस्या है। उसने कहा कि तुम फिर से एक पैंटिंग बनाओ और उसे कल शहर के बीचों बीच लटका देना और उसके नीचे फिर से लिखना कि इस पैंटिंग में जिस किसी को भी कोई कमी दिखाई दे वो उसे सहीं कर दे। उस चित्रकार ने अलगे दिन ऐसा ही किया। जब शाम को उसने देखा तो उस पैंटिंग में किसी ने कुछ भी नहीं किया था यह देखकर वह समझ गया कि किसी दूसरे में कमियां निकालना आसान होता है। लेकिन उस कमी को दूर करना बहुत ही मुश्किल होता है।

–सेवक प्रशान्त भैया

रवित हुआ कुण्ठा और दिव्यांगता से मुक्त

रवित कुमार (26) नेपुर बदांयूं के निवासी हैं। इने पिता राजकीय सेवा में है... परिवार में 6 सदस्य हैं। रवित ने बताया कि दिव्यांग होने के कारण मैं तनावग्रस्त रहने लगा। घर में मेरे अन्य भाई–बहिन सभी काम आराम से कर लेते थे पर मैं दिव्यांगता से मन ही मन घुटता रहता।

टी.वी. पर देखे विज्ञापन पर मैं परिजनों के साथ उदयपुर आया.।

ऑपरेशन करवाया तो जिन्दगी में उत्मीद का अकुंरण हुआ.... मैं जीने के प्रति सोचने लगा.... मुझे भी दूसरे युवाओं की तरह कुछ काम करना चाहिए..... ऐसा सोच ही रहा था कि कोरोना लॉकडाउन लग गया। उसी दौरान नारायण सेवा संस्थान ने ऑनलाइन मोबाइल रिपेयरिंग क्लास आरम्भ की। मैंने बिना वक्त खोए पंजीयन करवा लिया।

पूरी शिददत से कोर्स किया परीक्षा में आए नम्बरों से मुझे यकीन हो गया कि मैं मोबाइल ठीक करना सीख गया हूं। अब घर से ही पड़ौसियों के मोबाइल सही करने लगा हूं.... अपनी खुशी को शब्दों में बयान नहीं कर पा रहा हूं। नारायण सेवा ने मेरी जिन्दगी को ही पांवों पर ही खड़ा नहीं किया बल्कि मुझे कुंठा से बाहर निकाल मुझे जीने का हौसला भी दिया। मैं संस्था का धन्यवाद करता हूं।

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश के मन में अब एक योजना जन्म लेने लगी। एक मुट्ठी आटा जैसी योजना की सफलता उसके सामने थी। वह सोचने लगा कि क्यूं नहीं जगह–जगह ऐसे दान पात्र रख दिये जाये जिसमें लोग एक रु. रोज दान कर दें। जिस तरह एक मुट्ठी आटे से किसी को फर्क नहीं पड़ा एक रुपये से भी किसी के कोई आंच आने वाला नहीं। यदि ऐसे दस हजार पात्र पूरे उदयपुर में रखवा दें और इतने ही लोगों से इसे जोड़ दें तो रोज के दस हजार रु. एकत्र हो सकते हैं। इसी तरह दस हजार पात्र देश भर में अन्यत्र रखवा दिये जाये तो दस हजार रु. उनसे भी एकत्र हो सकते है अर्थात् रोज के 20 हजार रु. अस्पताल चलाने के लिये इतने रुपये तो बहुत होंगे।

चैनराज को कैलाश के मन में चल रही शेखचिल्ली की सोच का कुछ पता नहीं था, उसकी चिन्ता जारी थी। वह बोला –गुजरात में उसकी कुछ जमीनें हैं, यदि इन्हें बेच कर इनके रु. की एफ. डी. करा दी जाये तो एफ.डी. के ब्याज से अस्पताल चलाया जा सकता है।

चैनराज ने जमीनें बेचने की कोशिश भी की मगर बिक नहीं पाई। उस जमाने में भू माफिया हावी था, जमीनें बेशकीमती थी फिर भी औने–पौने दामों में भी नहीं बिक पा रही थी। जब कुछ नहीं हो पा रहा था तो कैलाश ने अपने मन में चल रही दान पात्र की योजना बताई। चैनराज को योजना तो अच्छी लगी मगर इसकी व्यावहारिकता पर उन्हें संदेह था। एक मुट्ठी आटे और एक रुपये में बहुत अन्तर था। एक मुट्ठी आटा तो सहजता से डाल दिया जाता था मगर जेब से एक रु. निकालने में बहुत तकलीफ होती है। इसके अलावा इतने दानपात्र बनवाने का खर्चा कितना होगा।

जब कोई अन्य विकल्प नजर ही नहीं आ रहा था तो इसी योजना पर अमल की सोची गई। शुरु में सो–दो सौ डिब्बे बनवाये गये, जगह–जगह रखवाये गये मगर सफलता नहीं मिली। **अंश-170**

गुड़ है गुणकारी

सदियों के मौसम मे गन्ने से बना हुआ गुड़ कितना गुणकारी है। खानपान में इसका अलग महत्व हैं । यह शरीर में खून की होने वाली कमी को रोकता है इसके अतिरिक्त ये एक प्रभावशाली एंटीबायोटिक हैं। खासकर सर्दी के मौसम में इसका इस्तेमाल सभी आयु के लोगों के लिए बेहद लाभकारी है।

सर्दी जुकाम का उपचार है गुड़ – गुड़ तिल की बर्फी खाने से जुकाम की कठिनाई समाप्त हो जाती है। इसे खाने से सर्दी में भी गर्मी बनी रही है।

कफ में है असरदार – सर्दी में कफ की कठिनाई से लोग परेशान रहते हैं। सर्दियों से होने वाली परेशानियों में गुड़ बेहद असरदार होता है। इन परेशानियों में आप गुड़ की चाय पी सकती है। ठंड में अदरक, गुड़ व तुलसी के पत्तों का काढ़ा बनाकर पीना स्वास्थ्य के लिए ज्यादा फायदेमंद होता है।

अस्थमा को रखे दूर – अस्थमा में गुड़ बेहद फायदेमंद होता है। एक कप घिसी हुई मूली में गुड़ व नींबू का रस मिला कर करीब 20 मिनट तक पकाएं। इस मिलावट को रोजाना एक चम्मच खाएं। इससे अस्थमा में बहुत ज्यादा लाभ होगा।

फेफड़ों के लिए फायदेमंद – गुड़ में सिलेनियम नाम का एक तत्व पाया जाता है जो एक एंटीऑक्सिडेंट है। ये हमारे गले व फेफड़े को इंफेक्शन से बचाता है व शरीर को स्वस्थ रखने में हमारी मदद करता है।

नाक की एलर्जी में है फायदेमंद – जिन लोगों को नाक की एलर्जी है उन्हें रोज सवेरे भूखे पेट 1 चम्मच गिलोय व 2 चम्मच आंवले के रस के साथ गुड़ का सेवन करना चाहिए। ऐसा प्रतिदिन करने से नाक की एलर्जी में लाभ मिलता है।

अनुभव अमृतम्

हमारा शरीर आश्चर्य है। दोनों गुर्दे का वजन 100– 100 ग्राम, लम्बाई 10 सेन्टीमीटर, चौड़ाई 6 सेन्टीमीटर होती है। कैल्शियम का 99 प्रतिशत हड्डियों तथा दांतों में पाया जाता है। शरीर में 4 प्रतिशत खनिज लवण होता है। स्वस्थ व्यक्ति में 10 प्रतिशत लोहा अवशोषित होता है। ये विटामिन 'डी' ये विटामिन बी–12, ये पोटेशियम, ये सोड़ियम, ये खून के सफेद बिन्दु, सफेद रक्त कणिकाएं, ये लाल रक्त कणिकाएं, प्लाजमा, वाह! ऐसा ही शरीर महात्मा गाँधी को जो मिला और ऐसा देह–देवालय सुभाषचन्द्र बोस जी को मिला। उन्हीं दिनों में लाइब्रेरी से रोज एक पुस्तक लेते थे, पढ़ते थे। शुरु में हंसावास गणपतसिंह जी की हवेली के ऊपर रावली पोल की तरफ जाते, तो बीच में एक गली, मठ, आदरणीय हीरालाल जी पोखरना साहब और मीठालाल जी पोखरना साहब उनके पास में हंसावास का विद्यालय। नरपतसिंह जी राठौड़ साहब अब तो अंतरिक्ष से आशीर्वाद दे रहे हैं। यहाँ उदयपुर में भी हंसावास के नाम से स्कूल खुल गया। फिर एक साल रावली पोल के ठीक सामने नीचे डिस्पेंशरी चलती थी। ऊपर की मंजिल पर विद्यालय चलता था। वहाँ पढ़ने का अवसर मिला। सबका बचपन होता है। आनन्द, कल्याण हो– महाराज! संत पधारते थे। दरवाजे से ही आवाज सुनकर के दौड़ते थे। आटा का पीपा खोलकर के, भगोनी लेकर के बैठकर के पूरी भगोनी भरते थे– महाराज! संत को दूसरी जगह जाने का कष्ट नहीं उठाना पड़े, थक जायेंगे। दौड़ते–दौड़ते उस भगोनी के आटे के साथ बड़ी प्रसन्नता के साथ संत महाराज जी के झोले में डाल देते, अब जल्दी– जल्दी दौड़ते हुए कुछ आटा गिर भी जाता था। आटे का तो सम्बन्ध सभी का है सबको रोटी चाहिए। रोटी नाम की तो पिक्चर भी आयी। पूज्य माताजी को बाई बोला करते थे। पूज्य माताजी देखती गिरा हुआ आटा ये कैलाश का काम है। सोचें कि जल्दी –जल्दी पूरी भगोनी भरने दौड़ा –दौड़ा गया होगा। अरे। मैं आ जाती तो रोकती थोड़ी? आटा किन्हीं की झोली में डालना अच्छा ही है, दौड़कर के क्यों गया?

सेवा ईश्वरीय उपहार– 50 (कैलाश 'मानव')

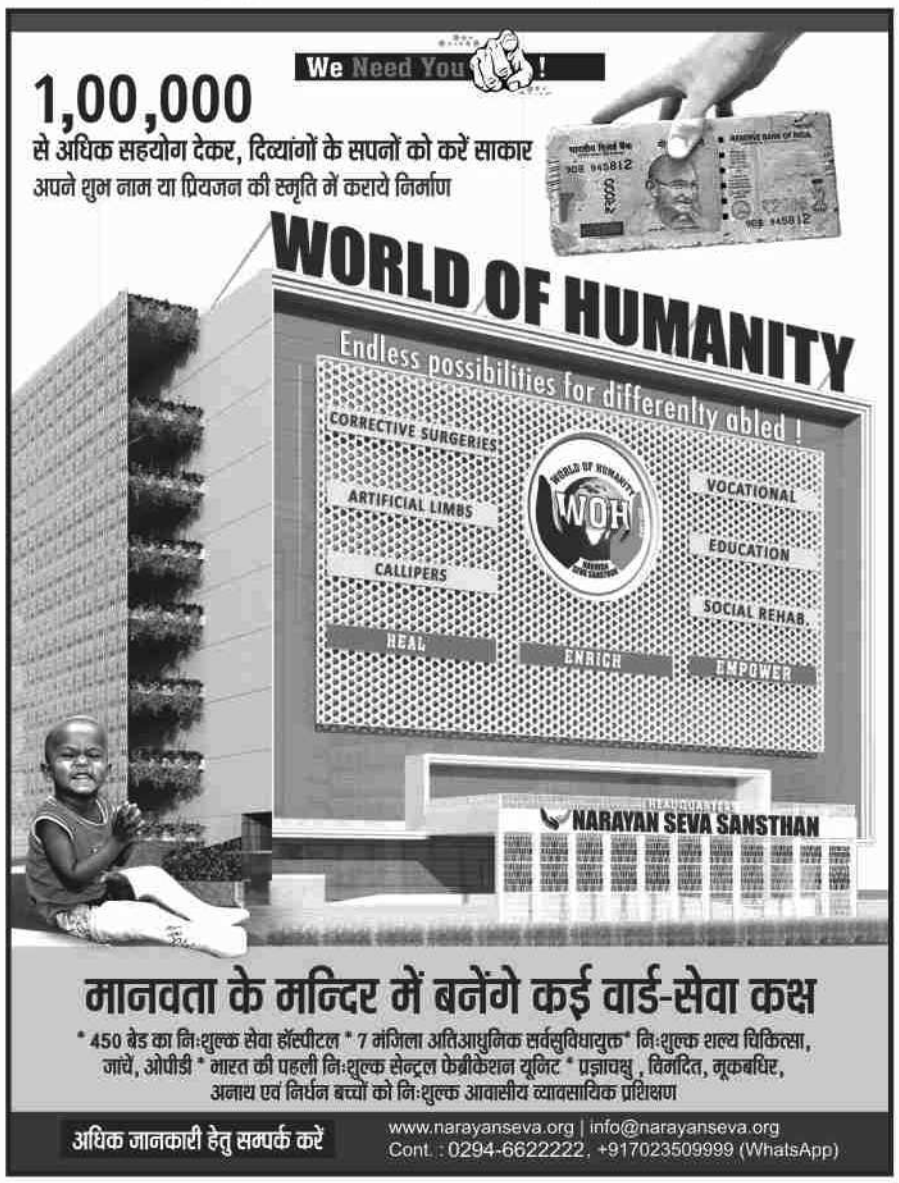
अपने बैंक खाते से संस्थान के बैंक खाते में जमा करें - अपना दान

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, टैन 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