वर्ष-15, अंक-12 वि.सं. 2076, युगाब्द 5121 मार्च 2020 मूल्य : 20.00
सदस्यता शुल्क : संरक्षक : रु. 5000/- आजीवन : रु. 2000/- वार्षिक : रु. 200/-

मासिक पत्रिका

सेवा संवाद

विकास एवं सुशासन से

हर वर्ग का हुआ कल्याण

अनुसूचित/जनजाति के कुल 33 लाख 43 हजार, पिछड़ी जाति के कुल 55 लाख 83 हजार एवं सामान्य वर्ग के 19 लाख से अधिक छात्र-छात्राओं को पूर्वदशम् एवं दशमोत्तर छात्रवृत्ति।

वृद्धावस्था पेंशन प्रतिमाह रु. 400 से बढ़ाकर रु. 500 करते हुए 44 लाख 4 हजार 256 वृद्धजन को पेंशन।

दिव्यांगजन पेंशन प्रतिमाह रु. 300 से बढ़ाकर 500 करते हुए 9 लाख 84 हजार 709 दिव्यांगजन को पेंशन।

निराश्रित महिला पेंशन हेतु आयु सीमा की बाध्यता समाप्त।

21 लाख 69 हजार निराश्रित महिलाओं को पेंशन।

मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजनान्तर्गत निर्धन परिवारों की 98,574 कन्याओं की शादी।

असंगठित क्षेत्र के 60 वर्ष से अधिक आयु के पंजीकृत कर्मकारों को रु. 1000 प्रतिमाह पेंशन।

वनटांगिया, मुसहर, कोल तथा थारू समुदाय के ग्रामों में मूलभूत सुविधाओं का विकास।

प्रधानमंत्री श्रम योगी मानधन योजना के अन्तर्गत 5 लाख 23 हजार 246 लाभार्थी पंजीकृत।

विश्वकर्मा श्रम सम्मान योजना लागू।

सबका साथ-सबका विकास-सबका विश्वास

सूचना एवं जनसम्पर्क विभाग, उत्तर प्रदेश

भाऊराव देवरस सेवा न्यास द्वारा प्रकाशित मासिक पत्र

सेवा संवाद

वर्ष-15, अंक-12 | वि.सं. 2076, युगाब्द 5121 | मार्च 2020 | मूल्य : 20.00

सदस्यता शुल्क : संरक्षक : रु. 5000/- आजीवन : रु. 2000/- वार्षिक : रु. 200/-

मार्गदर्शक

ओम प्रकाश गोयल
अध्यक्ष

राहुल सिंह
सचिव

ब्रह्मदेव शर्मा
संस्थापक न्यासी

सम्पादक
डॉ. शिवभूषण त्रिपाठी
मो. 09451176775

सह सम्पादक
राजेश
मो. 09793120738

प्रबन्धक
विजय अग्रवाल
मो. 9415020996

मुद्रक एवं प्रकाशक
जितेन्द्र कुमार अग्रवाल
मो. 9415003111

कार्यालय : **भाऊराव देवरस सेवा न्यास**
सी-91, निरालानगर, लखनऊ (उ.प्र.) 226020
दूरभाष : 0522-4001837, 2789406
Email : sewasamwad@gmail.com

आलोक : *प्रकाशित लेखों में व्यक्त विचार लेखकों के निजी विचार हैं।*
प्रकाशक एवं सम्पादक का उससे सहमत होना आवश्यक नहीं है।

सहयोग राशि नकद अथवा चेक/बैंक ड्राफ्ट द्वारा 'सेवा संवाद (भाऊराव देवरस सेवा न्यास)' के पक्ष में जो लखनऊ में देय हो, भेजने की कृपा करें अथवा हमारे बैंक ऑफ इण्डिया, निराला नगर, लखनऊ (IFSC : BKID0006806) के खाता संख्या 680610110000102 में जमा/अन्तरित करा कर कार्यालय पते पर सूचित करने की कृपा करें।

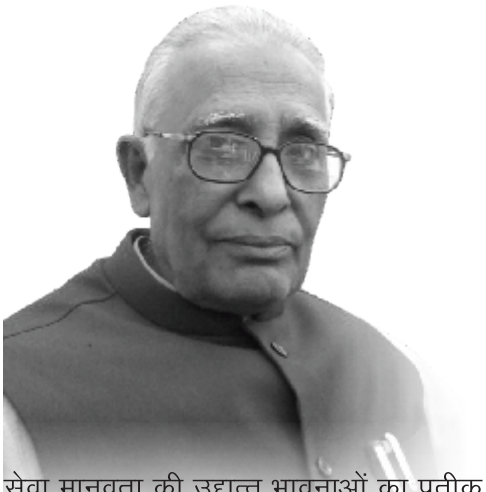
इस अंक में

1.	अपनी बात	डॉ शिवभूषण त्रिपाठी	4
2.	आत्मावलोकन	राजेश	5
3.	भोजन एक संस्कृति....	संजय सिंह काशी	7
4.	ब्रहालीन हुए कैंसर.....	संकलित	11
5.	यहां सवा सौ साल से.....	राधाकिशन शर्मा	12
6.	योगा	शुभी कश्यप	13
7.	शत्रुको मित्र.....	ब्रहापुराण	14
8.	शिक्षा के लिए दान	कमलसिंह धाकड़,....	15
9.	स्वास्थ्य	आचार्य कृश्ण देव	17
10.	देश को नेता नही.....	मोहन भागवत	22
11.	एक–दूसरे की राह	सलमान,संस्थापक.....	23
12.	नई किरण पद्मश्री	उशा चौमर	26
13.	कोर्ट की शर्त.....	शिवप्रताप सिंह जादौन....	29
14.	प्रपत्र–4	जितेन्द्र अग्रवाल	30

"अगर एक हारा हुआ इंसान हारने के बाद भी मुस्करा दे तो जीतने वाला भी जीत की खुशी खो देता हैं ये हैं मुस्कान की ताकत"

"बार बार असफल होने पर भी उत्साह ना खोना ही सफलता है।"–
विंस्टन चर्चिल

अपनी बात



सेवा मानवता की उद्दात्त भावनाओं का प्रतीक है। प्रकृति सतत हमारा मार्ग दर्शन करते हुए हमें जीवन जीने की कला सिखाती रहती है। यह प्रकृति की ही प्रेरणा थी कि बहेलिए के बाण से आहत एक कबूतर उस समय तक अपने का किसी तरह जीवित रखता है, जब तक कि उसकी कबूतरी अपने डेरे पर नही आ जाती। कबूतरी को आया हुआ देखकर कबूतर हर्शित हुआ। उसने अपने जीवन संगिनी से कहा, हे प्रिये। ओट में खड़ा हुआ बहेलिया मूख से पीड़ित है, सर्दी के कारण कांप रहा है,वह हमारे द्वार पर आया हुआ है, इसलिए सर्वप्रथम आग जलाकर उसकी शीत बाधा दूर करो और अग्नि में मुझे भून कर उसके भोजन की व्यवस्था करो। कबूतरी ने सेवा का यह अवसर अपने हाथ से जाने नही दिया। सूखे पत्ते,तिनके आदि एकल कर उसने आग लगाई तथा अपने प्राण प्यारे को अग्नि में जलाने के साथ स्वयं को भी अग्नि में समर्पित कर दिया, ताकि बहेलिए की भूख भली प्रकार शान्त हो सके। यह था उस बहेलिए के प्रति कबूतर का त्याग, सेवा और समर्पण।

आइए, जरा विचार करें कि ईश्वर की सृष्टि का सर्वोच्च शक्ति सम्पन्न,गुणों से युक्त मानव क्या प्रकृति की सीख से अनभिज्ञ है? विचार करने पर यह कहा जा सकता है शायद ऐसा नहीं है? मनुष्य सब से अधिक संवेदनशील प्राणी है। वह मानव और मानवता के कल्याण के लिए सर्वस्व समर्पित करता रहा है, सम्भवतः उसी का परिणाम है कि मानवता, सदाशयता, सेवा त्याग आदि सद्‌गुण अभी जीवित है, परन्तु यह भी सत्य है कि हमारे बहुत से भाई स्वार्थ में मदान्ध होकर प्रकृति की अवहेलना भी कर रहे हैं। छल ककट, ईर्ष्या द्वेश आदि से प्रभावित होकर आसुरी जीवन जी रहे है। अपने दीन–हीन बन्धुओं के प्रति उपेक्षा का भाव रखते है इस दिशा में हमें अपने दोषों का परिमार्जन कर सजग– सचेष्ट होने की आवश्यकता है।

भारतीय सनातन परम्परा के अनुसार चैत्र शुक्ल–प्रतिपदा (25 मार्च 2020) से प्रारम्भ नवसंवत्सर 2077 नूतन वर्ष सभी के लिए मंगलमय हो, इस शुभ कामना के साथ यह अपेक्षा है कि नवरात्रि के अवसर पर जगत जननी मां भगवती दुर्गा की उपासना से प्राप्त ऊर्जा–शक्ति परस्पर एक–दूसरे के कल्याणकारी कार्यों में उपयोग कर सब का भला करें। इसी अपेक्षा और प्रार्थना के साथ यह अंक आप को समर्पित है।

जिन्दगी की कठनाइयों से भाग जाना आसान होता है, जिंदगी में हर पहलू इम्तेहान होता है, डरने वालो को नही मिलता कुछ जिन्दगी में, लड़ने वालों के कदमो में जहांन होता है।

❑ शिव

राम मन्दिर भारत की सभ्यता के गौरव का प्रतीक

आखिरकार सदियों की प्रतीक्षा पूरी होने जा रही है। अयोध्या में भव्य राम मंदिर निर्माण के लिए सभी औपचारिकताएं पूरी हो गई है। शीर्ष अदालत के निणर्य के अनुरूप राम मंदिर निर्माण का दायित्व पूरा करने के लिए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 'श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र' नाम से ट्रस्ट के गठन का एलान कर दिया और गृहमंत्री ने इस ट्रस्ट के कुछ सदस्यों के नाम भी घोशित कर दिए। प्रधानमंत्री ने संसद में इस कदम को एतिहासिक बताया। ध्यान रहे कि अयोध्या में विवादित स्थल की जमीन हिंदुओं को सौंपने के साथ ही अदालत ने केंद्र सरकार को यह निर्देश भी दिया था कि वह इस निर्णय के लिए ट्रस्ट का गठन करें। उसने सरकार से यह भी कहा था कि वह ट्रस्ट या उसके जैसी कोई व्यवस्था करे जो मंदिर निर्माण और उसके प्रबंधन के साथ ही ट्रस्टियों की शक्तियों एंव अधिकारों से जुड़े प्रावधान बनाए। अयोध्या में बाहरी एंव अंदरूनी चबूतरे का कब्जा ट्रस्ट को दिया जाना है। शेश अीधिग्रहीत जमीन के विषय में केंद्र को अपने विवेक से फैसला करना था। उसने यह जमीन भी ट्रस्ट को देने का फैसला किया। इसके साथ ही अदालत ने यह भी निर्देश दिया था कि अयोध्या में एक उचित स्थान पर सुन्नी सेंट्रल वक्फ बोर्ड को पांच एकड़ जमीन आवंटित की जाए। फैसले के अनुसार केंद्र और राज्य सरकार को परस्पर परामर्श के जरिये निर्धारित अवधि में यह आवंटन करना था। सरकार ने पिछले हफ्ते अदालत के इन सभी निर्देशों को पूरा कर दिया।

सदियों पुराने इस विवाद का हमारे संवैधानिक दायरे में निपटारा हमारी लोकतांत्रिक परपंराओं का अनुपम उदाहरण है और इस बात का भी कि एक लोकतंत्र के रूप में हम किस प्रकार उभरे और समृद्ध हुए है? इसका जश्न मनाया जाना चाहिए। प्रधानमंत्री ने राम जन्मभूमि पर आए निर्णय के बाद अपनी प्रतिक्रिया में इसका उल्लेख भी किया था कि भारतीयों ने लोकतांत्रिक रीति–नीति और प्रक्रियाओं में अनुकरणीय आस्था का प्रदर्शन किया। जब भी राम मंदिर बनकर तैयार होगा तब यह न केवल भारत की सभ्यता के गौरव, बल्कि लोकतंत्र एंव सौहार्द के प्रति उसकी प्रतिबद्धता का भी प्रतीक होगा। इसे लेकर अब कोई भ्रम नहीं होना चाहिए। दुनिया में अन्यत्र कहीं ऐसा उदाहरण मिलना असंभव है। ऐसे में कुछ विघ्न संतोषियों की अनदेखी करना ही उचित है जिन्हें पिछले वर्ष लोकसभा चुनाव में देश की जनता ने खारिज कर दिया था और जो अपने निहित स्वार्थों के चलते हमारे लोकतंत्र को अवरूद्ध करने की कोशिशों में जुटे हैं, क्योंकि जनता उन्हें बार–बार नकार रही है। इस मामले में पश्चिमी मीडिया से लोकतंत्र पर भाशण सुनना और भी विचलित करने वाला है जिसने दुनिया के साठ इस्लामिक देशों में अल्पसंख्यकों की दुर्दशा पर आवाज उठाने का कभी दम नहीं दिखया।

❑ राजेश

सारे देश को जोड़कर रखता है अध्यात्म

डॉ. कृष्ण गोपाल

नई दिल्ली, 8 मार्च। संघ के वरिष्ठ प्रचारक श्री परमेश्वरम जी को श्रद्धान्जलि देने के लिए आज एनडीएमसी कन्वेंशन सेंटर में विवेकानन्द केन्द्र और दीनदयाल शोध संस्थान ने संगोष्ठी का आयोजन किया। गृहमंत्री अमित शाह व राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के सह सरकार्यवाह डॉ. कृष्ण गोपाल जी श्रद्धान्जलि देने मुख्य रूप से उपस्थित रहे।

इस अवसर पर डॉ. कृष्णगोपाल ने श्री परमेश्वरम को श्रद्धान्जलि देते हुए कहा कि वामपंथी विचारधारा की आलोचना आज कोई भी कर सकता है लेकिन 50 के दशक में इनका विरोध करने का साहस व पहल केरल में परमेश्वरम जी ने की। उस समय रूसी क्रांति के बाद सोवियत संघ, चीन, वियतनाम, क्यूमा में आए कम्युनिस्ट शासन का भारत में भी व्यापक प्रभाव पड़ा जिसके कारण भारत में वामपंथ शक्तिशाली रूप ले चुका था। ऐसे समय में केरल में गैर कम्युनिस्ट पार्टियों के 500 से अधिक कार्यकर्ताओं की कम्युनिस्टों द्वारा हत्याएं की गई और 1000 से अधिक विकलांग हुए। देश और केरल की इन चुनौतियों को संघ ने भी स्वीकार किया परमेश्वरम जी ऐसे समय में आगे आए। वे एक–एक पीड़ित परिवार में गए, उनके कष्टों को जाना और उनके समाधन के प्रयास करके कार्यकर्ताओं को संबल प्रदान किया। विघटनकारी शक्तियां हमारी विविधताओं का फायदा उठाकर द्वेश फैलाने की कोशिश करती रहेंगी। लेकिन हिन्दुत्व का जो देश में दर्शन है यह कम्युनिस्टों की तरह संकुचित नहीं बल्कि सर्वसमावेशी है। हिन्दुत्व कितनी भी विषमता विभिन्नताओं में विभाजन की अनुमति न देते हुए सामंजस्य के धागे ढूंढ लेता है। इस मौलिक दर्शन को बार बार प्रतिपादित करने का कार्य श्री परमेश्वरन जी ने किया।

उन्होंने कहा कि श्री परमेश्वरम ने नारायण गुरु जी का आदर्श सबके सामने रखा जिन्होंने अस्पर्श समझी जाने वाली जातियों के लिए वहां मंदिर, गुरुकुल खोले, वेद उपनिषद पढ़ने की व्यवस्था की। उनका मानना था कि समाज में परिवर्तन सामंजस्य से आएगा वर्ग संघर्ष द्वारा नहीं। वर्ग संघर्ष इस देश की प्रकृति में नहीं है। हर समस्या का समाधान सामंजस्य है, समन्वय है यही हमारी सनातन परम्परा है।

सह सरकार्यवाह ने बताया कि जब परमेश्वरम विवेकानन्द केन्द्र में आए तो अलगाव से झूझ रहे देश के सबसे समस्याग्रस्त उत्तर पूर्व भारत को कार्यक्षेत्र बनाया। जहां विद्यालय नहीं थे और कोई वहां नहीं जाना चाहता वहां फिर से सांस्कृतिक राष्ट्रभाव जागृत करने के लिए उन्होंने विद्यालय शुरु करवाए। कार्यकर्ताओं को प्रशिक्षित करके जनजातीय समाज को देश की मुख्यधारा में लाने का प्रयास किया। राष्ट्र की सांस्कृतिक व अध्यात्मिक एकता अनेक लेख लिखे।

गृहमंत्री श्री अमित शाह ने इस अवसर पर सरकार की ओर से परमेश्वरन जी को श्रद्धान्जलि देते हुए कहा कि राजनीतिक जीवन में कार्य कैसे करना चाहिए परमेश्वरन जी से एक बार मिलने पर ही उन्हें इस बारे में इतना प्राप्त हो गया जिसका लाभ अभी भी मिल रहा है। परमेश्वरम जी ने कभी स्वयं के लिए नहीं सोचा सदा देश, समाज, विचारधारा के लिए सोचा और जिया। पदम् सम्मान भी उन्हें मिले लेकिन उनसे मिलने के बाद लगा कि यह सम्मान उनके लिए छोटे ही हैं ऐसे निस्वार्थ भाव रखने वालों को सम्मान की कोई जरूरत नहीं होती। संस्थाओं को चिरकाल तक बाधामुक्त तरीके से भटके बगैर कैसे चलाया जाता है इसका उदाहरण उन्होंने भारतीय जनसंघ, दीनदयाल शोध संस्थान, भारतीय विचार केन्द्रम्, विवेकानन्द केन्द्र आदि संस्थानों का मार्गदर्शन देकर प्रस्तुत किया। संघ की प्रचारक व्यवस्था के बारे में जब भी कोई अभ्यास करेगा, लिखेगा, समझने का प्रयास करेगा तो निश्यिचत रूप से परमेश्वरम जी को ध्रुव तारे से अलंकृत किए बगैर कोई नहीं रह सकता। सादगी, समपर्ण, समरसता, सरलता इन सारे गुणों को बड़ी सहजता से अपने कृतत्व में उन्होंने उतारा था।

भोजन एक संस्कृति संस्कारों की कृति

❑ संजय सिंह काशी

भारत मे तीन पुरूषों को ही महाराज की उपाधि दी जाती है शासक, सन्यासी और रसोइया। यही साधारण सा लोकाचार ही हमारे समाज की भोजन असाधारण गंभीरता दर्शाने को पर्याप्त है।

तीन स्वाद वाला भोजन तो सब जगत ही करता है,पर भारतीय परंपरा तो मधुर, अम्लीय, लावण्य कटु , तिक्त और काशय के शड रसों की झांकी को धारण करती हैा वैसे वर्तमान में आर्यों के भोजन की शट्रस परंपरा का छठा स्वाद–काशय सिर्फ असमिया और पूर्वोत्तरीय राज्यों की भोज्य–परंपरा मे ही जीवित बचा हैा इस छठे स्वाद के परखी हमारे पूर्वोत्तरीय बंधु जहां बसते है वहॉ बांस का अचार,संतरे–नींबू के छिलके की शक्कर पगी कैंडी आदि उसी आर्य परंपरा की कड़ी हैं

बाहरी दुनिया का भोजन थाल से शुरू होता है और जिहा पर समाप्त भारतीयों का भोजन तो भावनाओं का इन्द्रधनुश है जिसमें जीवन के सभी रंग अपने समस्त वैभव में खिल कर समाए हुए हैं। जीवन का हर पक्ष–धर्म, दर्शन, भोग, अध्यात्म, सामजिकता, श्रंगार, कला भोज्य परंपरा से ही अभिव्यंजना पाता हैा

सावन में बहनों के मेंहदी लगे हाथ सदाशयी कड़ाही से खरी अशर्फियों सी दमकती पूरियां छान रहे होते हैं, होली पर मां सधी हथेलियों से दूज के छंद सी मनोहर बनावट वाली गुझिया गूंदती है,दिवाली पर भाभी के चौके में रसोई का राजा माल–पुआ छन–छनन–छन छन ताल देता हुआ आंच पर नाचता है फाग मनाने के बाद बहूरानी के लचकदार कलाइयों से इशारा पाकर देगची में सोने सी खिली कढ़ी खदकती है खदबद खदबद कंजकों के लिए मां जैसा दुलार करने वाली चाची के चौके से हलवे की सुगंधि मुंडेर दहलीजों को टांप बेरोकटोक उड़ उड़ जाती है।

साधुजनों, माया की तो बात ही क्या, ईश्वर को भी पाना है, तो भी रास्ता भोजन की थाली से गुजरता हैा कब कहां कैसे किस हाथ से,किस मनोदशा में क्या खाना है सबका लेख जोखा रखती है हमारी आध्यात्मिकता ऋषि मुनि दार्शनिक फरमा गए है।

"आहार शुद्धौ, सत्व शुद्धि, सत्व शुद्धौ ध्रुवाः स्मृति"

जिसका आहार शुद्ध है उसकी प्रवृति शुद्ध हैं जिसकी प्रवृति शुद्ध हैं प्रज्ञा भी स्थिर हो जाती हैा इसलिये माताएॅ चौके मे कुछ यूॅ प्रविष्ट होती है जैसे देवस्थान के गर्भगृह मे जाता है पुजारी.... सद्य–स्त्रात, शांत, चित्त, होठों मे प्रार्थनाएॅ दुहारते हुऐ। चाहे प्रलय आ जाये, पर मजाल है जो बिना ठाकुरजी को भोग लगे मॉ किसी को एक ग्राम भी खाने दें क्योंकि सारी दुनिया खाना पकाती है स्वयं के लिए पर आर्श सभ्यता मे प्रसाद पकता है

भगवान को भोजन से मनाने का उपक्रम करने वाले मुंहलगे भक्त सि़र्फ भारतभूमि पर ही पाये जाते है इस भावुक देश के उत्कट साधक ब्रहाज्ञान प्राप्त कर लेते है निर्विकल्प समाधि– सविकल्प समाधि, तुरीय अवस्थाओं से विचरण कर आते है परंन्तु फिर भी अपने ठाकुर जी को भोग लगाकर रसविभोर होने के लोभ का संवरण नही कर पाते। रामकृष्ण परमहंस जब मां काली के दर्शन पा गए तो खूब मन से भोग पकाया करते भोग का पुआ कभी दक्षिणेश्वरी काली मॉ को खिलाने के लिए बढ़ाते,कभी आवारा बिल्ली में समाई बैठी काली की ओर तो कभी खुद में विराजी काली को।

भोजन के प्रति हमारी अभिरूचि सहस्त्रब्दियों के रसना विलास के सतत अभ्यास का परिणाम है।

आर्य भयंकर घुमंतू थे, घोड़ों की पीठ पर सप्तसिंधु से गंगा तक के विस्तृत क्षेत्र में फिरने वाले जीवन योद्धा, फिर भी खाने से कतई समझौता ना करने वाले। ऐसे गतिशील समाज का भोजन में परिष्कृत अभिरूचि रखना,अप्रयोजनमूलक तथा तर्कविरूद्ध सा है,फिर भी भारत भूमि में यह चमत्कार हुआ। "क्षीरपाक" और "अपूप" के लिये उनकी रसना सदैव लालायित रही जो आज "खीर–पुआ" के युग्म के रूप में उनके वंशज भारतीयों के त्योहारों का अभिन्न भाग हैं। इस जहान की छोड़िये जनाब, "मालापूप व क्षीरपाक" मालपुए और तस्मई के रूप में मृत्योपरांत तेरहवीं में ब्राहणों को परोसे जाकर पितृलोक में भी हमारे पितरों की आत्माओं की तृप्ति का माध्यम बनते हैं।

दिल्ली में भोजन–विलास का सिलसिला शुरू हुआ विदेशी तुर्कों के सल्लनत काल से। सुल्तान चाहें शिकार पर निकलें या सैन्य अभियान पर, गोधन साथ चलता था ताकि सुल्तान को खलिस दुध दही घी अफरात से मिलता रहे।

आधुनिक समय आया पर भारतीयों की ना तो भोजनवृत्ति बदली और ना ही रसना को नवीन रसों का आस्वादन कराने की प्रवृति। मैसूर के वाडयार राजा अपने रसोइये से मित्रवत आग्रह कर बैठे कोई नयी मिठाई खिलाने का और मैसूरपाक अस्तित्व मे आया बेसन की स्वर्णिम आभा से सुशोभित घी की तरंग में झूमता हुआ।

स्वामी विवेकानंद ने अमेरिका से अपने गुरभाइयों को जो भी पत्र भेजे, उनके अंत मे दाल–मसालो व अन्य खाद्य सामग्री की मांग करती एक सूची अवश्य संलंग्र होती थी। कॉलेज होस्टलों के रसहीन भोजन से बगावत करने वाले दक्षिण भारतीय छात्र अरहर–चने के बने मसालेदार परप्पु–पोदि और इडली पोदि के विशाल डब्बे कई हजार मील से ढोकर लाते है।

कोई आश्चर्य की बात नहीं जो प्रधानमंत्री मोदी जी का खाद्यान्न, काजू,मेवा–मसाले उनके लवाजमे के साथ ही ले जाये जाते हों तो वे भारतभूमि की सहस्त्रों वर्श पुरानी परंपरा का निर्वहन ही कर रहे है।

भोजन के साथ पेय न हो ऐसा कैसे संभव है और वो भी भारत में? परंतु पेयों के संदर्भ में भी दो धारयें बह रही है।

कई लोगों के लिए ये आश्चर्य का द्योतक हो सकता है परंतु भारतीय समाज में वनस्पतियों से निर्मित पेय मदिरा सदा से भोजन का भाग रही है। रामायण मे महाराज दशरथ द्वारा आयोजित एक भोज में प्रचुर मात्रा मे पेय पदार्थ परोसने का विवरण मिलता है। महाभारत में भीम मधूक अर्थात महुये के बने मद्य को अपना प्रिय पेय घोशित करते है।

भारतीय समाज मे वनस्पतियों द्वारा निर्मित पेय को मद्य समझ कर उसके प्रति जो अरूचि फैली है, उसमे प्राचीन काल में बौद्ध तथा वर्तमान समय में गांधीवादी दर्शक का प्रमुखता से प्रभाव रही है। मौर्यकाल मे तो मद्यशालाएँ शासन द्वारा विनियमित तथा पश्रयित थी। मद्यपान को पौरूश का पर्याप्त मानने वालों को शायद विश्वास ना हो पर शराब बनाने तथा विपणन का अनुमति पत्र केवल स्त्रियों को ही दिया जाता था। प्राचीन काल में चावल, जौ, अंगूर, आम, अनार, शरीफा, जामुन तथा ताड़ से पेय बनाई जाती थी, जिसे दालचीनी, लंवग और मधु से सुस्वादु बनाया जाता था।

प्राचीन भारत के अभिन्न अंग अफगानिस्तान स्थिर कपिशा के अंगूरों से बनी कापिशेयी के मुरीद भारत ही पहीं विदेशों में भी थे।

कालोपक्रम में पेय निर्माण कौशल विलुप्त होता चला गया। उत्तर मध्यकाल आते तो रईयों की पेय मध्य एशिया,ईरान और तुर्की से ही मंगाई जाती थी, जिनमें से शीराजी अब्बासी और "इस्तांबोली" मुगलिया दरबार की खास पंसद रही, हालांकि बाबर "मैनाब" का प्रेमी था।

कहा जाता है महाराज रणजीत सिंह मुनक्कों से बनी और मसालों से पुख्त तेज पेय पदार्थ पीते थे? जिसे उनके खिदमतगाार अंग्रेज अफसर भी घुंट भर से ज्यादा पी ना सकते थे। जायत भी है, जो राजा एक तरफ से अफगाान,दूसरी ओर से मराठों,तीसरे ओर से अंग्रेजों और चौथी ओर से धर्मांध निहंगों से कूटनीति के गूढ खेल खेलता हो,वही ऐसे नशे झेल सकता है। रंजीत सिंह के राजकुमार खड़ग सिंह और शेर रिंह नाजुक मिट्टी के थे....फ्रेंच वाइन्स के शौकिन भला ऐसी मृणाल मद्य के शौकिन शाहजादे तलवार की नोंक पे टिका साम्राज्य कहॉ संभाल पाते। कोई कौतूहल की बात नहीं जो तहाराजा रंजीत के जाते ही सिक्ख साम्राज्य नाम मात्र का रह गया और अग्रेजों की जड़े गहरी होती चली गयी ।

बहरहाल जैन–वैश्णवी परंपरा में पले बढ़े आम भारतीयों के लिये छाछ व लस्सी के गिलास जहॉ नित्यप्रति के पेयों में शुमार है वहीं औटाया हुआ केसर–मिश्री युक्त दूध तो गोविंद के अमृतमय प्रसाद की अनुभुति दिला जाता है।

'तो स्वयंसेवक बन्धुअसों! है साधुजनों विस्मृत ना होने पाये कि ये जो थाली है तुम्हारी, ये सिर्फ पेट भरने का जरिया नहीं है इसमें पुरखो की परंपराए है, इतिहास की करवटे है अध्यात्म की गूंज है' इसे भोजन नहीं प्रसादी समझ के ग्रहण करना और जो चौका है तुम्हारा, घर का एक कोना मात्र नहीं है भावनाओं का मंदिर है, अशीर्वादों की कोठरी है, प्रभु के द्वारा का रास्ता यही से फूटता है।

बालकों के लिए सात कर्तव्य

(1)

नित्य सवेरे जल्दी उठकर,धरती मॉ को करो प्रणाम।
बासी मुॅह जल पीना बच्चों, सबसे पहला है यह काम।।

(2)

मंजन और शौच से आकर, करो नित्य थोड़ा व्यायाम।
उसके बाद नहा करके फिर, सभी बड़ो को करो प्रणाम।।

(3)

सूरज को जलधारा देना, इसको भी तुम भूलो मत।
सब कुछ सूरज से ही मिलता, लेता नहीं कोई कीमत।।

(4)

भोजन करने बैठो, तब तुम,टी0वी0,मोबाइल कर दो बन्द।
झूठ छोड़ना झूठ बोलना, इसकी तुम खालो सौगन्ध।।

(5)

भोजन में मत कमी निकालों,ठूॅस–ठूॅसकर मत खाना।
सदा प्रेम से बोलो सबसे,कभी नहीं तुम घबराना।।

(6)

फोन किसी का आये तब तुम, कभी नहीं हैलो कहना।
श्री–राम या जय श्रीकृश्ण,कहकर बात शुरू करना।।

(7)

ये सब बातें याद रखोंगे, अच्छा नाम कमाओगे।
दिन दूनी और रात चौगुनी,उन्नति करते जाओगे।।

श्री लक्ष्मी नारायण जी मूॅधड़ा

ब्रहालीन हुए कैंसर पीड़ितों के देवता

पिछले कई दशक से कैंसर समेत कई असाध्य बीमारियों के उपचार के लिए प्रसिद्ध बाबा कमलनाथ गत दिनों ब्रहालीन हो गए। राजस्थान स्थित अलवर के तिजारा–गहनकर गांव के बाबा कमलनाथ 123 साल के थे। उन्होंने जुड़ी–बूटियों के जरिए हजारों कैंसर पीड़ितों का निःशुल्क उपचार किया। उनका संयमित जीवन प्राणी मात्र की सेवा,परमात्मा की भक्ति में अटूट श्रद्धा थी। अध्यात्म से गहरे लगाव के साथ वे 123 वर्श की आयु में भी अपने दैनिक कार्य नित्य करते थे। उन्होंने अपने गुरू के समक्ष प्रयागराज में प्रण लिया था कि वे कभी रूपए पैसों की लेन–देन नहीं करेगें,जिसे उन्होंने ताउम्र निभाया।बाबा स्वतंत्रता सेनानी रहे तथा नाथ संप्रदाय में दीक्षित संत थे।

❑ **स्व. बाबा कमलनाथ महाराज**

गोग्रास–दान का अनन्त फल

योऽग्रं किंचिदप्राप्य दद्याद् गोभ्यो नित्यं गोव्रती सत्यवादी।
षान्तोऽलुब्धी गोसहस्त्रस्य पुण्यं संवत्सरेणाप्नुयात् सत्यषीलः।
थदेकभक्तमष्नीयाद् दद्यादेकं गवां च यत्।दषवर्शाण्यनन्तानि गोव्रती गोऽनुकम्पकः।।

महाभारत,अनुशासनपर्व 73/30–31

जो गो सेवा का व्रत लेकर प्रतिदिन भोजन से पहले गौओं को गोग्रास अर्पण करता है तथा शान्त एंव निर्लोभ होकर सदा सत्य का पालन करता रहता है, वह सत्यशाील पुरूश प्रतिवर्श एक सहस्त्र गोदान करने के पुण्य का भागी होता है जो गौ सेवा का व्रत लेने वाला पुरूश गौओं पर दया करता और प्रतिदिन एक भोजन करके एक समय का अपना भोजन गौओं को दे देता है, इस प्रकार दस वर्शोंतक गोसेवा में तत्पर रहने वाले पुरूशको अनन्त सुख प्राप्त होते है।

यहां सवा सौ साल से हो रही कुष्ठ रोगियों की सेवा

छत्तीसगढ़ के छोटे से गांव चन्द्रखुरी में अमेरिकी चिकित्सक डॉ.रेव नॉट्रोट ने वर्श 1897 में कुश्ठ रोगियों के इलाज के लिए छोटा सा अस्पताल बनाया था। उस वक्त वे उन रोगियों का इलाज करते थे, जिन्हें कुश्ठ रोग होने के कारण स्वजन घर से निकाल देते थे। यही नहीं, कुश्ठ रोगियों के प्रति हमदर्दी कहें या फिर सेवा भाव डॉ. नॉट्रोट तब गांव–गांव जाकर ऐसे रोगियों को खोजते और यहां ले आते। इलाज से लेकर अन्य सेवाएं एकदम मुफ्त। अस्पताल में रखना,इलाज करना और दोनों वक्त के भोजन की सुविधा भी बेहद सहजता के साथ किया करते थे। उनकी यह परंपरा आज भी इस अस्पताल में कायम है। द लेप्रोसी अस्पताल के नाम से अपनी पहचान बनाने वाले चंद्रमुखुरी के इस अस्पताल में वर्तमान में 150 से ज्यादा बेड है। डॉ. रेव द्वारा संचालित अस्पताल की जानकारी तब अमेरिका मिशनरी को हुई और उसने भी इसमें सहयोग करना शरू किया। इंजील चर्च ने तब रोगियों के लिए अस्पताल के आसपास कमरे बनाना शुरू किया। शुरूआत में सात कमरे बनाए गए।सभी कमरों में तीन–तीन बेड की व्यवस्था की गई थी। समय के साथ अस्पताल का स्वरूप भी बदला। वर्श 1995 में सात कमरों के अस्पताल को भव्य स्वरूप दिया गया। अब यहां कुश्ठ रोगियों के इलाज के लिए तमाम अत्याधुनिक उपकरण मौजूद है। विशेशज्ञ चिकित्सकों की टीम भी तैनात है। आज भी डॉ. रेव के बताए रास्ते पर ही रोगियों का इलाज हो रहा है। कुश्ठ रोगियों के लिए आवास की बेहतर व्यवस्था की गई है। इलाज पूरी तरह मुफ्त हो रहा है। दो वक्त के भोजन की व्यवस्था भी अस्पताल प्रबंधन द्वारा ही की जा रही है।

❑ **राधा किशन शर्मा, बिलासपुर**

शरीर की शुद्धि के लाभदायक

आयुर्वेद के अनुसार, त्रिदोष – वात, पित्त और कफ में से किसी एक की मात्रा शरीर में कम होने या बढ़ जाने से शरीर अस्वस्थ हो जाता है। जल शामक मुद्रा शरीर के भीतर कफ दोष को कम करने के लिए उपयोगी है। यह मुद्रा शरीर के जल तत्व को कम करके पानी के उपभोग और उसके प्रवाह क्रम को प्रभावित करती है। इसका प्रयोग शरीर में जल के अतिरिक्त जमाव को दूर करने में सहायक है। इस मुद्रा के लिए छोटी अंगुली को मोड़कर उसके अग्रभाग को अंगूठे के मूल पर रखें। छोटी अंगुली **जल शामक मुद्रा** को अंगूठे से थोड़ा दबाकर रखें। जल शामक मुद्रा इस मुद्रा का 10 से 30 मिनट का नियमित अभ्यास करें। आप इस मुद्रा को किसी भी समय या किसी भी स्थिति में कर सकते है। सुबह या ध्यान के दौरान इस मुद्रा का अभ्यास जल्दी और सर्वोत्तम परिणाम देगा।

पैरों को दे मजबूती

यह आसन पैरों,टखनों और टांगों को मजबूत और स्वस्थ करने में बहुत प्रभावी है। साथ ही,यह एक संतुलन आसन होने के कारण शरीर,मन और आत्मा के बीच संतुलन स्थापित करने में मदद करता है। इस आसन के दौरान पेट से गहरी सांस लेने और छोड़ने से पेट की चर्बी कम होती है। यह स्टैमिना बढ़ाने में भी सहायक होता है। इस आसन के लिए पहले दोनों पैरों पर सीधे खड़े हो जाएं। दाहिनी टांग को घुटने से मोड़कर दाहिने पैर के अंगूठे को दाहिने हाथ से पकड़े।फिर उस टांग को पहले सामने **उत्थित हस्त पादांगुष्ठान** की तरफ सीधी करें और संतूलन बनाते हुए उसे दाहिनी तरफ बगल में ले जाएं। ध्यान रहे कि दोनों टांगें,बाईं और दाहिनी सीध में रहें इस आसन में 5 से 15 सांसों के लिए ठहरें। इसी आसन को फिर दूसरे पैर से भी करें।

शत्रु को मित्र बना लेना ही समझदारी है

पुर्वकाल में नमुचि दैत्यों राजा था,उसका इन्द्र के राथ बड़ा भयंकर वैर हुआ। एक समय की बात है–इन्द्र युद्ध छोड़कर कहीं जा रहे थें। यह देखकर दैत्यराज नमुचि भी उनके पीछे लग गया। उसे आया देख इन्द्र भय से व्याकुल हो गये और ऐरावत हाथी को छोड़कर समुद्र के फेन में घुस गये। फिर वज्र में फेन लपेटकर उस फेनसे ही इन्द्र ने अपने शत्रु का संहार कर डाला। जब नमुचिकी मृत्यु हो गयी,तब उसके छोटे भाई मयने अपने बड़े भाई के घातक का विनाश करने के लिये बड़ी भारी तपस्या की। उसने अनेक प्रकार की माया प्राप्त की,जो देवताओं के लिये अत्यन्त भयंकर थी। उसने सम्पूर्ण लोकों को शरण देने वाले भगवान् विश्णु से भी वर प्राप्त किया। मय दानी और प्रियभाशी था। उसने इन्द्र को जीतने के

लिये अग्नि और ब्राहणों को पूजन आरम्भ किया। वह याचकों को मुँहमॉगी वस्तुऍ देने लगा। वन्दीजन सदा उसकी स्तुति करते थे। इन्द्रने वायु से अपने मायावी शत्रु मयकी गतिविधि जान ली। तब वे ब्राहण का वेश बनाकर उसके पास गये और बोलों–दैत्यराज मैं याचक हूँ, मुझे मनोवाछित वर दीजिये। मैंने सुना है आप दाताओं के सिरमौर हैं। अतः आपके पास आया हूँ। मयने उन्हें ब्राहण जानकर कहा–दिया हुआ ही समझो। सामने याचक को पाकर दाता यह विचार नहीं करते कि थोड़ा दूँ या अधिक। उसके यों किहने पर इन्द्र बोले–मैं तुम्हारे साथ मित्रता चाहता हूँ। यह सुनकर मय दैत्य ने कहा–विप्रवर ऐसे वरसे क्या लाभ। आपके साथ मेरा वैर तो है नहीं। तब इन्द्र ने अपने वास्तविक रूपकों प्रकट किया। इन्द्रको पहचान कर मयके मन में बड़ा विस्मय हुआ।

सखे यह क्या बात है? तुम तो वज्रधारी हो। तुम्हारे योग्य यह कार्य नहीं है। इन्द्रने हॅसकर मयको हृदय से लगाया और कहा–विद्वान् पुरूश किसी भी उपाय से अपने अभीश्ट कार्य की सिद्धि करते है। तब से मयके साथ इन्द्र की गहरी मैत्री हो गयी। मय सदा के लिये इन्द्र का हितैशी हो गया।

ब्रहापुराण

यही जज्बा रहा तो मुश्किलों का हल भी निकलेगा
जमीं बंजर हुई तो क्या वहीं से जल भी निकलेगा
ना हो मायूस ना घबरा अंधेरों से मेरे साथी
इन्हीं रातों के दामन से सुनहरा कल भी निकलेगा

शिक्षा के लिए दान कर दी सवा करोड़ की जमीन

खुद भले ही अच्छी शिक्षा हासिल नहीं कर सके, लेकिन गांव के बच्चों को बेहतर शिक्षा दिलाने के लिए गांव में स्कूल–कॉलेज के निर्माण के लिए आठवीं पास किसान कमल सिंह धाकड़ ने अपनी करीब सवा करोड़ रूपये कीमत की 17 बीघा जमीन को दान कर दिया। आज इसी जमीन पर मॉडल स्कूल व शासकीय कॉलेज संचालित हो रहे है।

मध्यप्रदेश के विदिशा जिले की नटेरन तहसील स्थिति गांव सेऊ निवासी किसान कमलसिंह धाकड़ आज पूरे क्षेत्र के लिए मिसाल बन चुके है। 51 वर्शीय कमल सिंह बताते है कि वर्श 2010 में वे ग्राम पंचायत सेऊ के सरपंच भी थे। उस समय केंद्रीय योजना के तहत नटेरन में मॉडल स्कूल मंजूर हुआ था, लेकिन नटेरन में भवन के लिए शासकीय जमीन उपलब्ध नहीं थीं। गांव का कोई व्यक्ति जमीन देने को तैयार नहीं था। इस स्थिति में यह स्कूल दूसरे क्षेत्र में शिफ्ट करने की बात होने लगी थी। उनकी जमीन नटेरन गांव से लगी हुई थी, जब उन्हें यह बात पता चली तो उन्होनें स्कूल के लिए अपनी पांच बीघा जमीन दान करने की पेशकश की,जिसे प्रशासन ने स्वीकार कर लिया। वर्श 2013 में जब प्रदेश के तत्कालीन मुख्यमंत्री शिवराजसिंह चौहान एक यात्रा में नटेरन आए तो उन्होने अपनी पांच बीघा जमीन का दानपत्र उन्हे सौंप दिया।

कमलसिंह बताते हैं कि दो साल के भीतर इस जमीन पर भवन बनकर तैयार हो गया। आज इस स्कूल में करीब 400 बच्चे पढ़ रहे है। इसी तरह तीन साल पहले नटेरन में शासकीय कॉलेज के लिए जमीन नहीं मिल रही थी। अधिकारियों ने उनसे जमीन देने का आग्रह किया। उन्होनें अपनी 12 बीघा जमीन कॉलेज के लिए दे दी। इस जमीन पर अब भवन बनकर तैयार है। इसके अलावा वे माकेटिंग सोसायटी के लिए एक बीघा और कोर्ट भवन के लिए भी पांच बीघा जमीन दान कर चुके है।जमीन दान करने के पीछे मेरी भावना गॉव के बच्चो को बेहतर शिक्षा उपलब्ध कराना है।मेरे पिता जी ओर फिर मेरे भाइयों ने इस पर कभी आपत्ति नही की खुशी मिलती है जब देखता हूँ कि गॉव के बच्चो बेहतर स्कूल–कॉलेज में बढ़ रहे है।

❑ **कमलसिंह धाकड़,**
दानदाता किसान, विदिशा, म.प्र.

जितना अधिक छोटा यह अन्तराल होगा उतना अधिक हम हमारे आधुनिक दिनों में दस्तावेज के सटीक रूप से संरक्षण में अपनी विश्वसनीयता को रख सकते हैं,

नेत्र कुम्भ चिकित्सालय

सी-136, निराला नगर, लखनऊ

संचालन : किंगजार्ज चिकित्सा विश्वविद्यालय एवं अन्त्योदय हेल्थ मिशन 1 अप्रैल 2019 से 31 जनवरी 2020 तक लाभन्वित रोगी विवरण

	माह दिसम्बर 2020 तक	माह जनवरी 2020	योग सत्र 19–20
नेत्र परीक्षण	3412	238	3650
चश्मा वितरण	1990	165	2155
मोतियाबिन्दु आपरेशन	78	07	85
पैथॉलॉजी	132	29	161

आलोक :–नेत्र एवं पैथॉलाजिकल जॉच केवल 20/– के पजीकरण शुल्क मे उपलब्ध है।

भाऊराव देवरस सेवा न्यास स्वास्थ्य सेवा प्रकल्प

(अ) सुदूर ग्रामीण अंचल एवं शहरी क्षेत्र की 6 सेवा बस्तियों में स्वास्थ्य केन्द्रों का संचालन

1 अप्रैल 2019 से 31 जनवरी 2020 तक लाभान्वित रोगी विवरण

क्र.	सेवा केन्द्र	दिवस	माह दिसम्बर 2019 तक में लाभान्वित रोगी	माह जनवरी 2020 में लाभान्वित रोगी	कुल लाभान्वित रोगी
1.	वेदान्त आश्रम, पपनामऊ	सोमवार	512	45	557
2.	सेवा समर्पण संस्थान बिन्दौवा	मंगलवार	1511	00	1511
3.	अम्बेदकरनगर	बुधवार	611	17	628
4.	51 शक्तिपीठ (बीकेटी)	गुरुवार	480	32	512
5.	अर्जुनपुर (बीकेटी)	शुक्रवार	00	00	00
6.	माधव सेवा आश्रम	शनिवार	321	31	352
	कुल लाभान्वित रोगी		**3435**	**125**	**3560**

(ब) माधवराव देवड़े स्मृति रुग्ण सेवा केन्द्र, सी-91, निरालानगर, लखनऊ

1.	एलोपैथिक	प्रत्येक कार्यदिवस	7939	928	8867
2.	होम्योपैथिक	प्रत्येक कार्यदिवस	4648	569	5217
	कुल लाभान्वित रोगी संख्या		**12587**	**1497**	**14084**

(स) रुग्ण सेवा केन्द्र, माधव सेवा आश्रम, लखनऊ

1.	होम्योपैथिक	प्रत्येक कार्यदिवस	**2977**	**270**	**3247**

1 अप्रैल 2019 से 31 दिसम्बर 2019 तक कुल लाभान्वित रागी स. 18999

माधव सेवा आश्रम रायबरेली रोड, लखनऊ में प्रान्तशः ठहरने वाले लाभान्वित बन्धुओं की संख्या

क्र.	सेवा केन्द्र	माह दिसम्बर 2019 तक	माह जनवरी 2020 तक	योग सत्र 19–20
1.	उत्तर प्रदेश	52726	6348	59074
2.	उत्तराखण्ड	374	46	420
3.	बिहार	34492	3843	38335
4.	झारखण्ड	4164	256	4420
5.	उड़ीसा	561	43	604
6.	मध्य प्रदेश	2702	52	527
7.	छत्तीसगढ़	475	52	527
8.	राजस्थान/गुजरात	122	04	126
9.	महाराष्ट्र	317	92	409
10.	नेपाल	565	51	616
11.	दिल्ली/पंजाब/हरियाणा	247	12	259
12.	पश्चिम बंगाल	782	46	828
13.	अन्य प्रान्त	702	38	740
	योग	**98229**	**11242**	**109471**

एम्स पावर ग्रिड विश्राम सदन
सफदरजंग, नई दिल्ली में
प्रान्तशः ठहरने वाले
लाभार्थियों की संख्या
1 दिसम्बर 2019 से
31 जनवरी 2020 तक

भारतीय राज्य / देश	दिसम्बर 2019 तक	जनवरी 2020	कुल योग 2019–20
बिहार	3149	265	3414
उत्तर प्रदेश	2770	337	3107
मध्य प्रदेश	659	84	743
झारखण्ड	480	78	558
राजस्थान	399	19	418
पश्चिम बंगाल	383	44	427
उत्ताराखण्ड	431	54	485
हरियाणा	22	89	237
नेपाल	305	27	332
उड़ीसा	107	18	125
जम्मू और कश्मीर	160	34	194
छत्तीसगढ़	45	9	54
असम	76	9	85
गुजरात	17	11	28
हिमाचल प्रदेश	19	8	27
महाराष्ट्र	18	00	18
दिल्ली	33	27	60
त्रिपुरा	27	4	31
पंजाब	23	00	23
मनीपुर	06	3	9
अरुणाचल प्रदे ा	11	00	11
आंध्र प्रदेश	00	00	00
चंडीगढ़	00	00	00
केरल	26	00	26
सिक्किम	09	00	09
तेलंगाना	00	00	00
बांग्लादेश	00	2	2
तमिलनंडु	24	00	24
अफ़ग़ानिस्तान	00	00	00
मिजोरम	02	00	02
कुल	**9407**	**1042**	**10449**

राज्यानुसार
एम्स पावर ग्रिड विश्राम सदन
पटना, बिहार में प्रान्तशः
ठहरने वाले लाभार्थियों की संख्या
1 दिसम्बर 2019 से
31 जनवरी 2020 तक

भारतीय राज्य / देश	दिसम्बर 2019 में	जनवरी 2020 में	कुल योग
बिहार	1543	842	2385
उत्तर प्रदेश	12	11	23
मध्य प्रदेश	00	00	00
झारखण्ड	24	05	29
राजस्थान	00	00	00
पश्चिम बंगाल	3	01	04
उत्ताराखण्ड	00	00	00
हरियाणा	00	00	00
नेपाल	13	06	19
उड़ीसा	00	00	00
जम्मू और कश्मीर	00	00	00
छत्तीसगढ़	00	00	00
असम	00	00	00
गुजरात	00	00	00
हिमाचल प्रदेश	00	00	00
महाराष्ट्र	00	00	00
दिल्ली	00	02	02
त्रिपुरा	00	00	00
पंजाब	00	00	00
मनीपुर	00	00	00
अरुणाचल प्रदेश	00	00	00
आंध्र प्रदेश	00	00	00
चंडीगढ़	00	00	00
केरल	00	00	00
सिक्किम	00	00	00
तेलंगाना	00	00	00
बांग्लादेश	00	00	00
तमिलनंडु	00	00	00
अफ़ग़ानिस्तान	00	00	00
मिजोरम	00	00	00
कुल	**1595**	**867**	**2462**

जुकाम और खांसी,रोग नहीं रोग का लक्षण

योग एंव प्राकृतिक चिकित्सा के अनुसार सर्दी जुकाम और खांसी कोई बीमारी नहीं अपितु रोग का प्रारंभिक लक्षण है। अक्सर सर्दी–जुकाम 3 दिन रहता है और इस प्रकृति प्रदत्त शुद्धिकरण प्रक्रिया से शरीर में जमे विकार पैदा करने पदार्थ बाहर निकल जाते है। परंतु अधिक दिन तक सर्दी–जुकाम शरीर को हानि पहुंचाता है। लेकिन योग एंव प्राकृति चिकित्सा से इसे ठीक करना चाहिए। एलोपैथिक और एंटीबायोटिक दवाओं से हमें बचना चाहिए, क्योंकि बाद में इनके दुश्परिणाम निकल कर आते है।

विकार पैदा करने वाले पदार्थों का बाहर निकालना निकलना ही उचित है। इन्हे शरीर में दबाना ठीक नहीं है। ऋतु परिवर्तन के समय प्रायः सर्दी,जुकाम,खांसी की शिकायतें बढ़ जाती है। ठंढ में इसका प्रकोप अधिक होता है। यदि आप नित्य योगाभ्यास करते हैं, अपने खान–पान और जीवनशैली का ध्यान रखते हैं तो आप हमेशा इन परेशानियों से बचे रहेगें। सर्दी–जुकाम तो कभी और किसी को भी हो सकता है,पर यदि यह आपको बार–बार सता रहा है तो आपका शरीर यह बताने का प्रयास कर रहा है कि आपकी रोगप्रतिरोधक क्षमता कमजोर हो रही है और अपने ऊपर विशेश ध्यान देने की आवश्यकता है।

लपरवाही के कारण जो लोग साधारण सर्दी–जुकाम को लंबे समय तक नजर अंदाज करते रहते हैं,बाद में यही जुकाम बिगड़ने पर निमोनिया,ब्रोंकाइटिस,दमा तथा टींवी का रूप ले लेता है।

कारणःसर्दी–जुकाम,खांसी के वैसे तो कई कारण हो सकते हैं। उनमें से एक है प्रदूशण। साथ ही गरिश्ठ आहार,अम्ल प्रधान पेय पदार्थ, अधिक चाय,काफी एंव धूम्रपान, कब्ज बने रहना या पेट साफ नहीं होना एक प्रमुख कारण है। ठंढ के समय में अधिक गर्म पानी से नहाना,हमेशा बहुत सारे गर्म कपड़े पहने रहना स्वास्थ्य के लिए हाानिकारक होता है। इससे त्वचा कमजोर पड़ जाती है,सर्दी सहन नहीं हो पाती जिससे जुकाम हो जाता है।

सर्दी–जुकाम,खांसी में दूध,दही और चावल का सेवन बंद कर देना चाहिए। वायु प्रदूशण से बचने के हर उपाय करने चाहिए।

गाजर का रस,मौसमी फल,अंकुरित अनाज व सलाद का अधिक से अधिक सेवन करना चाहिए।

योग उपचारः भस्त्रिका प्राणायाम सूर्यभेदी प्राणायाम 2 से 5 मिनट,जलनेति क्रिया,कुंजल,नाड़ी शोधक प्रणायाम 5 से 10 मिनट,सुर्य नमस्कार 6 से 12 बार,कपालभाति क्रिया 2 से 5 मिनट, अग्निशार क्रिया 2 से 5 मिनट, शशांक आसन 5 से 10 वार,पश्चिमोत्तानासन 6 से 12 बार,कोणासन 6 से 10 बार, उश्ट्रासन 6 से 12 बार,शलभासन 6 से 12 बार,,धनुरासन 5 से 10 बार,मत्स्यासन 5 से 10 बार। हरेक प्राणायाम,आसन व क्रिया में समय,संख्या व ठहराव का चुनाव अपनी क्षमतानुसार ही करें। जो योगाभ्यास आपने पहले नहीं किया है उसे केवल उचित मार्गदर्शन में ही करें।

घरेलू उपचारः आधा चम्मच शहद, आधा चम्मच नींबू का रस मिलाकर सुबह,दोपहर,शाम ले सकते है। अथवा आधा चम्मच अदरक का रस और आधा चम्मच नींबू का रस दिन में तीन बार ले सकते है। बिना किसी दुश्परिणाम के शीघ्र लाभ होगा। योग के साथ–साथ प्राकृतिक चिकित्सा एंव तीन दिन का सात्विक उपवास काफी लाभप्रद है। सात्विक उपवास अर्थात् केवल जलाहार,रसाहार,फलाहार का ही सेवन बिना नमक व बिना अग्नि पर पकाया हुआ।

❑ **आचार्य कृष्ण देव**
योग विशेशज्ञ

अभी तो इस बाज की असली उड़ान बाकी है
अभी तो इस परिंदे का इम्तिहान बाकी है
अभी अभी मैंने लांघा है समुंदरों को
अभी तो पूरा आसमान बाकि है

सदस्यता शुल्क

पुनश्चः, जिन बन्धुओं की वार्षिक सदस्यता शुल्क देय हो गये हैं तथा जो आजीवन ग्राहक बनना चाहते हैं उन सभी से प्रार्थना है कि अपेक्षित शुल्क भेज कर हमें अनुगृहीत करें।

सेवा संवाद

ग्राहक सदस्यता प्रपत्र

सेवा में,

प्रबन्धक,
'सेवा संवाद'
भाऊराव देवरस सेवा न्यास
सी–91, निरालानगर, लखनऊ–226020

महोदय,

मैं/हमारी संस्था आपकी मासिक पत्रिका सेवा संवाद का वार्षिक जीवन सदस्य बनने का इच्छुक हूँ/है। इस निमित्त वार्षिक शुल्क 200/– अथवा आजीवन शुल्क 2000/– रुपये **'सेवा संवाद'** के पक्ष में नकद/बैंक ड्राफ्ट/चेक सं. .....दिनांक.....बैंक.....द्वारा भेज रहा हूँ/रही है। कृपया स्वीकारें। प्राप्ति की रसीद तथा पत्रिका हमारे निम्न पते पर प्रेषित करने की कृपा करें।

ह0 आवेदक

हमारा पता है :

नाम : .....
पता : .....
जिला : .....
प्रदेश : .....
मोबाइल : .....

आलोक : चेक/ड्राफ्ट 'सेवा संवाद' के पक्ष में जारी करें अथवा बैंक ऑफ इण्डिया, निरालानगर, लखनऊ के खाता सं. 680610110000102(IFSC: BKID0006806) में सीधे जमा कर जमा पर्ची की छायाप्रति के साथ सूचित करें।

आप भी लिखें

सेवा संवाद के आप सुधी पाठक हैं, आपके विचार, सुझाव हमारे लिए सदैव प्रेरणादायी रहे हैं। सेवा सम्बन्धी आलेख, सेवा के प्रेरक प्रसंग, सेवा कार्य के उल्लेखनीय व्यक्तित्व, सेवा सस्थानों का परिचय एवं उनके कार्य, सेवा को प्रोत्साहित करने वाली घटनाएं, काव्य–गीत, कथा–कहानी आदि विषयों पर सामग्री प्रकाशित करना हमारा उद्देश्य हैं। अस्तु आप से प्रार्थना है कि हमारी सीमाओं को ध्यान में रखते हुए अपना आलेख एक पेज में चित्र सहित टाइप किया वर्ड फाईल (**World File**) में भेजकर हमारा सहयोग करने का कष्ट करें। प्रत्येक अंक में प्रकाशित आलेखों पर आप अपनी प्रतिक्रिया प्रेषित करें।

हमारा पता है–

सेवा संवाद
सी–91, निरालानगर, लखनऊ 226020 (उ.प्र.0)
E-Mail: sewasamwad@gmail.com / sevasamvad@outlook.com
मो0 7081241700, 9454049918

शोक सम्वेदना

लखनऊ के प्रसिद्ध उद्योगपति भाऊराव देवरस सेवा न्यास के ट्रस्टी राष्ट्रभक्त, उदार व्यक्तित्व, जनप्रिय, सेवाभावी, विद्याप्रेमी अनेक सामाजिक संगठनों के संरक्षक,विद्या भारती एंव राष्ट्रीय स्वंयसेवक संघ विचार परिवार के सक्रिय सहयोगी कार्यकर्ता श्री राम निवास जैन 05 मार्च 2020 को गोलाकवासी हो गए। उनके निधन से न्यास की अपूरणीय क्षति हुई है। अपने जीवन काल में उनके द्वारा सम्पादित कार्य सेवा–योगदान चिर स्मरणीय रहेगाा। उनके निधन से शोकाकुल न्यास परिवार एंव सेवा चेतना सेवा संवाद पत्रिका के हम सभी जन उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए परम् पिता से प्रार्थना करते है कि दिवंगत आत्मा को मोक्ष प्रदान कर शोक संतप्त परिवार को इस असहनीय वेदना को सहन करने में समर्थ बनाएं।

❑ **श्री शरद जैन**
ए–2 सिन्धुनगर, कृष्णा नगर, लखनऊ

ऊँ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात् पूर्णमुदच्यते पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते।।

ऊँ शान्तिः शान्तिः शान्तिः

प्रेम का प्रभाव

जॉन होपकिन्स विश्वविद्यालय के प्रोफेसरों ने विद्यार्थियों को एक शोध कार्य दिया कि वे एक आपराधिक झुग्गी बस्ती में जायं और वहां रहने वाले 12 से 16 वर्श 200 किशोरों के परिवेश और परिवरिशका अध्ययन करके उनके भविश्य का अनुमान लगायें।

विद्यार्थियों ने सर्वेक्षण–अध्ययन–विश्लेशण करके निश्कर्श निकाला कि इनमें से लगभग 10 प्रतिशत बच्चे भविश्य में किसी–न–किसी मामले में जेल जा चुके होंगे।

24 साल बाद नये विद्यार्थियों को फिर वहॉ भेजा गया कि वे पता लगायें कि पिछले शोध का नतीजा कितना सही रहा। नवीन शोधार्थियों को लगभग 170 बच्चे,जो अब वयस्क बन चुके थे, यहॉ–वहॉ मिल गये, लेकिन उन शोधर्थियों को यह जानकर आश्चर्य हुआ कि उनमें से केवल 4 ही कभी–न–कभी जेल गये थे। आखिर शोध का परिणाम इतना गलत कैसे हो गया! अक्सर शोधाथियों को उन लोगों से एक ही जवाब मिलता था,'एक भली शिक्षित थीं, जो हमें पढ़ाया करती थीं। लेकिन अब उन शिक्षिका के पते–ठिकाने की जानकारी किसी को नहीं थी।आखिरकार खोज करनेपर पता लगा कि अब वे शिक्षिका एक वृद्धा श्रममें रहती हैं।

वहॉ जाकर जब उन शिक्षिका से पूछा गया कि इन बच्चों में आप इतना बड़ा परिवर्तन कैसे ला सकें?

तो वे बोली,मैं यह कैसे कर सकती थी!

फिर स्मृतियों की गहराई में जाकर कुछ सोचते हुए वे बोली, मैं उन बच्चों को बहुत प्रेम करती थी।

देश को नेता नहीं, नायक की आवश्यकता : मोहन भागवत

नईदुनिया ,गुनाः
राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (आरएसएस) के सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत ने कहा है कि आज देश को नाते की नहीं, नायक की आवश्यकता है। आज हर व्यक्ति सामने आकार नेता बनने का प्रयास करता है,यह ठीक नहीं है।

भागवत शनिवार सुबह मध्य प्रदेश के गुना में छतरपुरिया गार्डन में संघ के युवा संकल्प शिविर को संबोधित कर रहे थे। उन्होंन कहा कि जब तब समाज नहीं बदलाता ,देश का भविश्य नहीं बदल सकता। आज हमें स्वयं कुछ न करते हुए सब कुछ प्राप्त करने की अपेक्षा करने की गलत आदत बन गई हैं। अगर भवसागर से पार होना है, तो केवल प्रार्थना से काम नहीं चलेगा। आपके सद्कर्म भी करने होगें। इसी प्रकार अगर आप राश्ट्र का उत्थान चाहते है, तो आपको इसके लिए प्रयास भी करने होंगें।

उन्होने कहा कि कुछ लोग कभी सामने नहीं आते हैं लेकिन वह नींव के पत्थर का काम करते हुए देश के हित में अपना जीवन लगा देते है। उनका नाम भी कोई जानता,लेकिन उनके प्रयासों के कारण देश का नाम और ख्याति लगातार बढ़ रही है। आज हमें उन लोगों की पद्धति का अनुसरण करने का प्रयास करना चाहिए।

एक–दूसरे की राह आसान बनाना ही इनका टारगेट

नौकरी की तलाश की,कोटे से भी नहीं मिल सकी तो खुद ही नौकरी देने की ठानी और खोल दी फैक्ट्री। दोनों पैरों से दिव्यांग सलमान ने अपनी कमजोरी को ताकत बनाया और अपने जैसे दूसरे लोगों का सहारा बन गया। आज 30 दिव्यागों को रोजगाार दे रहा है। इस साल 100 का टारगेट है। मुरादाबाद,उप्र निवासी दिव्यांग युवक सलमान ने सशक्त होकर दूसरे दिव्याकों को सशक्त करने का बीड़ा उठाया है। जिला मुख्यालय से काशीपुर हाइवे पर करीब 22 किमी दूर मौजूद गांव हमीरपुर में रहने वाले सलमान जन्म से दोनों पैरों से दिव्यांग है। कर्मचारी चयन आयोग (एसएससी) की परीक्षा उत्तीर्ण करने के लिए कई साल तक कोशिश करते रहे,सफलता नहीं मिली तो हार नहीं मानी।

पिछले साल दिसंबर में नौकरी की आस छोड़कर खुद काम करने और अपनी तरह के लोगों को रोजगार देने की ठान ली। इसके लिए उन्होंने अपने गांव में पांच लाख रूपये लगाकर किराए के मकान में टारगेट नाम से कंपनी खोली। चप्पल और डिटर्जेंट बनाने का काम शुरू कर दिया। छह महीने से सलमान ने मार्केटिंग शुरू की। अब उनका कारोबार साथियों का वेतन निकालकर लाभ में पहुंच गया है। उनके कारखाने में अब तक 30 दिव्यांग रोजगार से जुड़ गए है। उनको स्वरोजगार भी सिखाया जा रहा है,ताकि खुद आत्मनिर्भर हो सकें।

❑ **सलमान,**
संस्थापक, टारगेट फैक्ट्री, मुरादाबाद

व्रत–त्योहार, मार्च 2020

दिनांक	दिन	व्रत–त्योहार
1	रविवार	गोरूपणी शश्ठी
2	सोमवार	होलाश्टक आरम्भ
3	मंगलवार	दुर्गाश्टमी,अन्नपूर्णाश्टमी
6	शुक्रवार	आमल की एकादशी,रंगभरी 11
7	शनिवार	शनिप्रदोश व्रत
8	रविवार	हजरत अली जयन्ती
9	सोमवार	होलिका दहन,स्नान–दान–व्रत की पूर्णिमा,चैतन्यमहाप्रभु
10	मंगल	होली,धुरण्डी
11	बुधवार	संत तुकाराम जयंती
12	गुरूवार	संकश्टी गणेश चतुर्थी
13	शुक्रवार	रंग पंचमी,श्रीजयन्ती
15	रविवार	श्रीशीतलासप्तमी
16	सोमवार	श्री शीतलाश्टमी,कालाश्टमी
19	गुरूवार	पापमोचनी एकादशी व्रत स्मार्त
20	शुक्रवार	पापमोचनी एकादशी व्रत वैश्णव
21	शनिवार	शनि प्रदोश व्रत
22	रविवार	मासशिवरात्री व्रत
23	सोमवार	श्राद्ध की अमावस्या
24	मंगलवार	स्नान–दान की अमावस्या
25	बुधवार	नवरात्रारम्भ,चन्द्रदर्शन झूलेलाल जयन्ती,गुडी पडवा
27	शुक्रवार	सरहुल झारखण्ड
28	शनिवार	श्रीवैनायकी श्रीगणेश चतुर्थी
30	सोमवार	स्कनद शश्ठी

हमेशा जीत और हार आपकी सोच पर निर्भर करती है,
मान लो तो हार होगी, ठान लो तो जीत होगी !

पावन स्मृति

(पुण्य भूमि भारत में जन्म लेकर जिन्होंने जीवन पर्यन्त मानव की सेवा और मानवता की रक्षा में अपना सर्वस्व समर्पित कर कीर्तिमान स्थापित किया, अपने बहुआयामी कार्यों द्वारा जीवन के विविध क्षेत्रों में आलोक स्तम्भ बनकर हमारा मार्ग दर्शन किया तथा जो आज भी हमारे प्रेरणा स्रोत हैं ऐसे उन तमाम दिव्य महापुरुषों की पावन स्मति में श्रद्धा समन समर्पित है–सम्पादक)

दिनांक	दिवस	महापुरूष का नाम
1मार्च	बलिदान दिवस	क्रान्तिवीर गोपीमोहन साहा
2 मार्च	जन्म–दिवस	राष्ट्रवादी इतिहासकार पुरूषोत्तम नागेश ओक
3 मार्च	पुण्य तिथि	स्वतंत्रता सेनानीःलाला हरदयाल
3 मार्च	जन्मदिवस	करगिल युद्व का सूरमा संजय कुमार
4 मार्च	पुण्य तिथि	सैनिक शिक्षा के पुरोधा धर्मवीर डॉ मुन्जे
4 मार्च	पुण्य तिथि	क्रान्तिकारी की मानव कवच तोसिको बोस
6 मार्च	बलिदान दिवस	धर्मवीरःपण्डित लेखराम
8 मार्च	जन्मदिवस	महान विट्ठलभक्तःसन्त तुकाराम
9 मार्च	पुण्य तिथि	नारी संगठन को समर्पित सरस्वती ताई आप्टे
10 मार्च	इतिहास–स्मृति	जब भारती बन्दी अन्दमान पहुॅचे
11 मार्च	जन्मदिवस	सिन्ध का क्रान्तिवीरःहेमू कालाणी
11 मार्च	बलिदान दिवस	सम्भाजी का हिन्दुत्व के लिए बलिदान
12 मार्च	पुण्य तिथि	चन्द्रशेखर आजाद के साथी डा0 भगवानदास माहौल
14 मार्च	बलिदान दिवस	पेशावर पर भगवा लहराया
14 मार्च	जन्मदिवस	वैदिक गणिक के संन्यासी प्रवक्ता
15 मार्च	जन्मदिवस	समर्पित व्यक्तित्वःसुनील उपाध्याय
16 मार्च	जन्मदिवस	जिन्होंने अटल जी को स्वयंसेवक बनाया
18 मार्च	प्रकाशन–तिथि	स्वाधीनता का गौरव ग्रन्थ
20 मार्च	बलिदान दिवस	वीरता की प्रतिमूर्ति अवन्तीबाई लोधी
20 मार्च	जन्म–तिथि	कला प्रेमी संगठक डा0शैलेन्द्रनाथ श्रीवास्तव
21 मार्च	जन्म–तिथि	विश्वविख्यात खगोलशास्त्रीःआर्यभट
21 मार्च	जन्म–तिथि	विश्वनाथ के आराधकःबिस्मिल्ला खॉ
21 मार्च	पुण्य तिथि	गान्धी जी के जीवन में कस्तूरबा का योगदान
23 मार्च	बलिदान दिवस	इन्कलाब जिन्दाबाद
23 मार्च	जन्म–तिथि	कृष्ण प्रेम में दीवान मीराबाई
24 मार्च	बलिदान दिवस	पांचाल क्षेत्र में क्रान्ति क संचालक नवाब खाऩ
25 मार्च	बलिदान दिवस	गणेशशंकर विद्यार्थी का बलिदान
26 मार्च	जन्मदिवस	मनीषी चिन्तकःकुबेरनाथ राय
27 मार्च	बलिदान दिवस	क्रान्तिवीर काशीराम जिनहें डाकू समझा गया
28 मार्च	पुण्य तिथि	समग्र मानवता के धर्माचार्य आचार्य आनन्दऋषि
28 मार्च	जन्म–तिथि	नयी कविता के प्रमुख हस्ताक्षर भवानी प्रसाद मिश्र
30 मार्च	जन्म–तिथि	आदर्श कार्यकर्त्ताः अप्पा जी जोशी

नई किरण पद्मश्री ऊषा चौमर

25 जनवरी को अलवर (राजस्थान) में अपने घर में दैनिक कामकाज में व्यस्त थी कि सायं 5:45 बजे उनका मोबाइल फोन बजा। फोन दिल्ली से गृह मंत्रालय से था। फोन करने वाले अधिकारी ने उन्हें बधाई देते हुए कहा कि उनका चयन पद्मश्री सम्मान के लिए हुआ है। लेकिन पद्म सम्मान क्या होता है, यह उन्हें नहीं पता था। जब उस अधिकारी ने इसके बारे में बताया तो वह बहुत खुश हुईं। इसकी जानकारी उन्होंने सबसे पहले सुलभ शौचालय के संस्थापक डॉ. बिन्देश्वर पाठक को दी। बता दें कि ऊषा को यहां तक पंहुचाते में डॉ. बिन्देश्वर की ही मुख्य भूमिका है। उल्लेखनीय है कि ऊषा अलवर में दो दशक तक सर पर मैला ढोने का काम कर चुकी हैं। 1967 में भरतुपर में जन्मीं ऊषा का विवाह 10 साल की उम्र में हो गया था। विवाह के बाद वह अपनी ससुराल अलवर आ गईं। दूसरे दिन ही उन्हें परिवार के परपंरागत काम (मैला सफाई) में लगा दिया गया। ससुराल के सभी लोग सफाई का ही काम करते थे,इसलिए वह भी बिना हिचक उसमें लग गईं। 2003 में एक दिन ऊषा और कुछ अन्य महिलाएं सड़क किनारे सफाई कर रही थीं,तभी डॉ. पाठक की नजर उन पर पड़ी। उन्होंने उन लोगों को सफाई का काम छोड़ने की सलाह देते हुए और कुछ करने को कहा। इस पर ऊषा ने सकुचाते हुए कहा,"साहब! हम लोगों को और कोई काम कौन देगाा?"

डॉ. पाठक ने कहा कि सुलभ संस्थान आप लोगों को काम देगा। इसके बाद अलवर में "नई दिशा" नाम से एक संस्था शुरू की गई। इसमें महिलाओं को पापड़,मोमबत्ती आदि बनाने के साथ–साथ सिलाई और ब्यूटी पार्लर का प्रशिक्षण दिया गया। जो भी माल तैयार होता था उसे सुलभ संस्थान खरीद लेता था। इस तरह इन लोगों ने सफाई का काम छोड़ दिया। आज 'नई दिशा' से 115 महिलाएं जुड़ी हैं। ये लोग अनेक चीजें तैयार करती है। और अब बाजार में ही उनकी खपत हो जाती है। हर महिला प्रतिमाह 20,000 से 25,000रू. कमा लेती है। ऊषा को 2007 में 'सुलभ इंटरनेशनल सोशल सर्विस ऑर्गनाइजेशन' का अध्यक्ष बनाया गया। इसके नाते वे पांच देशों की यात्रा कर चुकी है।अब वह पद्मश्री ऊषा चौमर हो गयी।

बुढ़ापा–जीवन का एक मीठा फल

बुढ़ापा जीवन का एक परिपक्व एंव मीठा फल होती है। इसे बोझ नहीं समझना चाहिये। बुढ़ापे में ज्ञानकी परिवक्वता, अनुभव की मिठास, चिन्तनकी उपयोगिता और जीवन जीने की गहराई होती है। बुढ़ापे में अगर क्रोध एंव अंहकार से निजात पा ले तो स्वास्थ्य ठीक रहना है और व्यक्ति आनन्द एंव प्रेम से सराबोर रहता है। आत्मारूपी महल में एक साथ सुमति एंव कुमति का संगीत सुनायी देता है। कुमति ने आपके जीवन को दुखी बना दिया है, जबकि सुमति त्याग, वैराग्य एंव ज्ञान–ध्यान की भावना जगाकर जीवन को सुखमय, प्रेममय एंव शान्तिमय बना देती है।

❑ **श्रीमती कुशल गोगिया**

विश्वासघात का दण्ड

चन्द्रवंश में नन्द नाम से प्रसिद्ध एक महाराजा थे, जो समुद्रपर्यन्त पृथ्वी का धर्म पूर्वक पालन करते थे। उनके एक पुत्र हुआ, जिसका नाम धर्मगुप्त था। नन्दने राज्य की रक्षा का भार अपने पुत्र पर रख दिया। और स्वयं इन्द्रियों को वश में करके आहार पर विजय पाकर तपस्या के लिए तपोवन में चले गये। पिता के तपोवन चले जाने पर राजा धर्मगुप्त ने सारी पृथ्वी का पालन किया। वे धर्मों के ज्ञाता और नीतिपरायण थे। उन्होनें अनेक प्रकार के यज्ञों द्वारा इन्द्र आदि देवताओं का पूजन किया और ब्राहाणों को धन एंव बहुत–से क्षेत्र प्रदान किये। उनके शासन काल में समस्त प्रजा अपने–अपने धर्म का पालन करती थी। उनके राज्य में कभी चोर आदि से किसी को कष्ट नहीं प्राप्त हुआ। एक दिन धर्मगुप्त उत्तम घोड़े पर सवार हो वन में गये। वहीं रात हो गयी। विनयशील राजा ने वहीं सांय–सन्ध्या की उपासना करके वेदमाता गायत्री का जप किया। तत्पश्चात् सिंह, व्याघ्र आदि के भय से वे एक वृक्ष पर बैठे। उस वृक्ष के पास एक रीछ आया, जो सिंह के भय से पीड़ित था। वन में विचरने वाला एक सिंह उस रीछ का पीछा कर रहा था। रीछ वृक्ष पर चढ़ गया। वहॉ उसने महान् बल–पराक्रम से सन्पन्न राजा धर्मगुप्त को बैठे देखा। उन्हें देखकर रीछ बोला–'महाराज! भय न करो। हम दोनों रातभर यहीं रहेंगे, क्योंकि वृक्ष के नीचे बड़ा भयंकर सिंह आया हुआ है। महामते। तुम आधी रात तक निर्भय होकर नींद लो, मैं सजग होकर तुम्हारी रक्षा करता रहूगॉ। उसके बाद जब मैं सो जाऊॅ, तब शेष आधी रात तक तुम मेरी रक्षा करना।' रीछ की यह बात सुनकर धर्मगुप्त सो गये। उस समय सिंह ने रीछ से कहा–'यह राजा तो सो गया है, अब तुम इसे मेरे लिये नीचे गिरा दो।' तब धर्मज्ञ रीछने सिंह को उत्तर दिया–'वनचारी मृगराज! तुम धर्म कों नहीं जानते। अहो! विश्वासघात करने वाले प्राणियों को संसार में बड़ा कष्ट भोगना पड़ता है। मित्र द्रोहियों का पाप दस हजार यज्ञों के अनुष्ठान से भी नष्ट नहीं होता। ब्रहाहत्या आदि पापों का तो किसी प्रकार निवारण हो सकता है, परंतु विश्वासघातियों का पाप कोटिजन्मों में भी नष्ट नहीं हो सकता है। सिंह! मैं मेरू पर्वत को इस पृथ्वी का बड़ा भारी भार नहीं मानता, संसार में जो विश्वासघाती है, उसी को मैं भुतल का महान् भार समझता हूॅ।

रीछ के ऐसा कहने पर सिंह चुप हो गया। तत्पश्चात् धर्मगुत्त जागे और रीछ वृक्ष पर सो गया। तब सिंह ने राजा से कहा–इस रीछ को नीचे छोड़ दो।' तब राजा ने अपने अंक में सिर रखकर सोये हुए रीछ को पृथ्वी पर ढकेल दिया। राजा के गिराने पर रीछ वृक्ष की डाली पकड़ता लटक गया। वह पुण्यवश वृक्ष से नीचे नहीं गिरा। अब वह राजा के पास आकर क्रोधपूर्वक बोला–राजान्! मैं इच्छानुसार रूप धारण करने वाला ध्यानकाष्ठ नामक मुनि हूॅ। मेरा जन्म भृगुवंश में हुआ है।

मैंने स्वेच्छा से रीछ का रूप धारण किया है। मैंने तुम्हारा कोई अपराध नही किया था। फिर सोते समय तुमने मुझे क्यों ढकेला? जाओ, मेरे शाप से बहुत शीघ्र पालन होकर पृथ्वी पर विचरो। इस प्रकार राजा को विश्वासघात का दण्ड मिला।

– स्कन्दपुराण

गौ माता की बुद्धिमानी

घटना अगस्त सन् 1115 ई0 की है। कैमोर पहाड़ी की सुरम्य घाटी तथा शिखरों के नीचे सतना जिले की अमरपाटन तहसीलका एक गॉव है–'ताला'। यह गांव प्राकृतिक सौन्दर्य से परिपूर्ण है। गॉव के दक्षिण में कैमोर पहाड़ घने वनोंसे आच्छादित है तथा गॉव के उत्तर में बीहर नदी बहती है, अतः चारे और पानी की पर्याप्त उपलब्ध होने के कारण अधिकांश लोग कृशि एंव गोपालन करते हैं।

इसी गांव में एक ब्राहाण–परिवार रहता है, जो आस्तिक तथा गोप्रेमी है। इनकी दो गायें हैं, जिन्हें चरवाह जंगल में चरने के लिए गॉव के अन्य पशुओं के साथ ले जाता है। उनमें से एक गाय गर्भ धारण किये थी,जो जल्दी ही ब्योनेवाली थी। घरके लोग यह न जान सके कि गाय आज ही बच्चा जनेगी,इसलिए उसे रोजकी भॉति ही 16 अगस्त,15 को भी सबेरे चरने के लिए जंगल भेज दिया गया।

गााय दोपहर के बाद पशुओं के समूह से न जाने कब अलग हो गयी तथा घने जंगलो में कहीं खो गयी और चरवाहा के खोजने पर भी नहीं मिलि। शाम को गााय जब घर नहीं लौटी तो घर के सारे लोगों ने चिन्तित होकर गॉव के आस–पास ढूॅढा, पर गाय नहीं मिली। दूसरे दिन 17 अगस्त,15 को मुखिया 7–8 लोगों के साथ जंगल में गाय ढूॅढ़ने गये, पर वहॉ भी गाय नहीं मिली सभी–लोग निराश लौट आये। पूरी रात बारिश होती रही अतः गाय के अनिश्ट की आंशका से परिवार के अत्यन्त चिन्तातुर हो गये। तीसरे दिन 17 अगस्त,15 को सांयकाल गाय जंगली की तलहटी में अकेली पशुसमूह के पास आयी और पशुओं से अलग खड़े चरवाहे को देख जोर से रॅभाने लगी। चरवाहेने उस गाय को देख नाम लेकर पुकारा, तब वह चरवाहे के पास आ गयी। चरवाहे देखा कि गाय का पेट खाली है, यह कहीं बच्चा जनकर आयी है। इसके बाद वह गाय जंगल की ओर दौड़ पड़ी, तो चरवाह भी गाय के पीछे–पीछे कुछ दूर गया, पर अचानक वर्षा शुरू हो जाने से गाय को सांय काल अन्य पशुओं के साथ घर ले आया। गाय को देखकर घर के सभी लोग अत्यन्त प्रसन्न हुए और उस गौमाता की विधिवत् पूजा–अर्चना की। हाथ–पॉव धोकर गौमाता की आरती की, खिलाया–पिलाया। परंतु गाय घर के मुखिया को जब–जब देखती, जोर–जोर से रॅभाती, सींग से सहलाकर जंगल की ओर इशारा करती, पर लोग समझ नहीं पा रहे थे। सब यही कहते कि गाय का बच्चा जंगल में जानवर आदि खा गये होंगें। इस प्रकार रातभर पानी बरसता रहा,मेघा गरजते रहे, गाय सारी रात बॉय–बायॅ करती रही। अगले दिन प्रायः अर्थात 11 अगस्त,15 को मुखिया जी ने उस गाय को जब खोल दिया, तब वह सीधे जंगल की ओर भागी। मुखिया जी गॉव के दो गोपालकों लेकर जिज्ञासा–वश उसके पीछे–पीछे चल पड़े। किसी को प्रभु के विधान का क्या पता? वह गाय जंगल की ओर तेजी से दौड़ी जा रही थी और जब ये लोग उतना तेज नहीं चल पाते तो गाय खड़ी हो जाती और जब वे पास आ जाती तो वह पुनः आगे

दौड़ने लगती। इस प्रकार वह गाय उन्हें घर से लगभग 4–5 किलोमीटर दूर घने जंगलो में ले गयी, जहॉ एक टीलेपर पथरीले झाड़ियों से आच्छीदित सर्वतः सुरक्षित गुफा में उसकी बाछिया बैठी थी। टीलेपर चढ़कर गायने जैसे ही आवाज दी,त्यों ही उस गुफा से वह बाछिया निकल आयी और अपनी मॉका दूध पीने लगी। ये लोग यह दृश्य देखकर आनन्दविभोर हो गये। बरबस प्रभु का आभार माना। वह बछिया जहॉ बैठी थी, उस स्थान को इन लोगों ने देखा तो और चकित हो गये। टीले के पूर्वी छोपर एक 5 फुट ऊॅचा पत्थर, उसके पूर्व 25–30 फुट गहरी खाई और उत्तर की तरफ उसी पत्थर से लगा एक पत्थर है। उसके समीप ही एक नाला है। दक्षिण की तरफ भी एक पत्थर है पश्चिम की ओर वह खुला है उसकी बनावट चूल्हे–जैसी है। चुल्हे के भीतर 5–6 फुट ऊॅचा एक पलाशका पेड़ है। उसी के पत्तों से वह चूल्हा ढका था, जिससे पानी की बूॅदे अन्दर नहीं जा सकती थीं। इसी कारण भीषण वर्षा में बछिया सुरक्षित बैठी रह गयी। इतने सुरक्षित स्थान में गाय के बच्चा जनने की बुद्धिमानी से सभी लोग आश्चर्यान्वित थे।

तत्पश्चात् सभी लोग गाय एंव बछिया को लेकर वापस घर आये। जो भी देखता, सुनता वह गायके प्रति श्रद्धावनत हो शत–शत नमन करता। सच है–

एकत्र पृथ्वी सर्वा सषैलवनकानना।
तस्या गौर्ज्यायसी साक्षादेकत्रोभयतोमुखी।।

❑ रघुवंश त्रिपाठी

काले हीरे की धरती पर अनानास की मिठास

धनबाद के हरिपद ने दिया मंत्र ,नेपाल से लाए दो पौधे की शुरूआत हर माह कमा रहे हजारों रूपये

❑ संजय सिंह
निरासा, धनबाद

कोयला के रूप में काले हीरे की धरती निरासा प्रखंड के मोरूंग डुंगरी गांव के हरिपद हेंब्रम की माली हालात उतनी बढ़िया नहीं थी। उनके आसपाास रहने वाले अन्य किसानों की भी यही हालत थी। इस बीच हरिपद को नेपाल जाने का अवसर मिला तो वहां उन्होने अनानास की खेती देखी ओर सीखी। गांव लौटकर उन्होने इसकी खेती शुरू की और आसपास के डेढ़ दर्जन किसानों को भी इसके लिए प्रेरित किया। धीरे–धीरे अनानास की खेती का दायरा बढ़ता गया। अब यहां किसान हर साल इससे अच्छी कमाई कर रहे है। हरिपद का योजना खेती में और भी नए प्रयोग करने की हे, ताकि किसानों को रोजगाार के लिए गांव छोड़ कर बाहर नहीं जाना पड़े।

कोयलांचल की खेती वर्षा जल पर निर्भर है। धान और गेहूं मुख्य फसल है। किसान परिवार के हरिपद हेंब्रम को ईस्टर्न कोल फील्ड

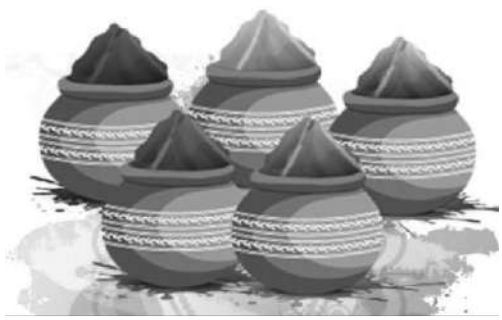
लिमिटेड में कार्यरत ससुर के साथ 15 साल पहले नेपाल जाने का मौका मिला था। हरिपद ने वहां अनानास की खेती दिखी।नेपाल किसानों ने उन्हें अनानास के दो पौधे दिए। दन पौधें से उन्होने अनानास का खेती शुरू की। उन्हें परिणाम का तनिक भी अनुमान नहीं था,लेकिन उन्हें हिम्मत और मेहनत पर भरोसा था। गांव में पहली बार अनानास लगाया। उपज अच्छी मिली तो उत्साह बढ़ा और उन्होंने धीरे–धीरे इसकी खेती का दायरा बढ़ाया उनके प्ररित होकर दूसरे किसान भी पूछने लगे। अब हरिपद ने किसानों को अनानास के पौधे देना शुरू किया।

देखते ही देखते कई लोग इस खेती से जुड़ गए। अब उनके साथ चैनपुर गांव के रमेश चंद्र महतो, अलाउद्दीन अंसारी,गोम रतन मरांडी भी अनानास उगा रहे है। रमेश चंद्र महतो बताते हैं कि फरवरी से मार्च के बीच अनानास का फल लगना शुरू होता है और अप्रैल–मई में फसल तैयार हो जाता हो जाती है। निरसा और धनबाद के व्यापारी घर आकर अनानास ले जाते है। अब किसान गर्मी में 20 से 25 हजार रूपये तक कमा ले रहे है।

अंगूर में सफल नहीं हुए तो पटल पर लगाया दिमागः दो साल पहले हरिपद हेंब्रम ने अंगूर की खेती शुरू की थी। हालांकि यहां की मिट्टी उपयुक्त नहीं होने के कारण कामयाबी नहीं मिली,लेकिन उन्होने हार नहीं मानी। अब निरसा के किसानों को पटल की खेती सिखाने की ठानी है। खुद भी पटल लगाएंगे और दूसरे के खेतों में भी पटल लगाएंगे और दूसरे के खेतों में भी इसे लगवाने की तैयारी कर रहे है।

बिन नारी के पुरुष अधूरा, नारी का सम्मान करें।
अबला नहीं है, वह सबला है, नारी का उत्थान करें।
देव से लेकर मानव तक की, जन्मदात्री नारी है,
माँ, सहचरि, भगिनी, पुत्री है, नारी का गुणगान करें।

सेवा संवाद के सुधी पाठकों, विज्ञापन दाताओं, शुभ चिंतको को रंगों का त्योहार होली की बहुत–बहुत शुभकामनायें।



भाऊराव देवरस सेवा न्यास

सी–91, निराला नगर, लखनऊ – 226020 (उ.प्र.)
फोन–फैक्स : 0522-4001837, 2789406, E-mail : bdsnyas@yahoo.co.in

सहकार निवेदन

पिछले 24 वर्षों में न्यास के सेवा कार्यों में जो उत्तरोत्तर वृद्धि हुयी है, उसमें किसी न किसी रूप में आपका ही स्नेह सहयोग रहा है। न्यास के पास आर्थिक संसाधनों की बहुत कमी है। न्यास द्वारा संचालित सेवा कार्य प्रभावित न हो अतः आयस्रोत को बढ़ाना होगा। न्यास द्वारा प्रस्थापित **कार्पस फण्ड** से प्राप्त होने वाली ब्याज राशि भी पूरी नहीं होती। अतएव लक्ष्य तक पहुँचने हेतु कार्पस फण्ड भी बढ़ाना होगा। समाज सेवा के क्षेत्र में गौरव को बढ़ाने वाले इस महत कार्य में जन-जन का सहयोग एवं सहकार अपेक्षित है। आप सभी उदारमना सेवाभावी महानुभावों के सहकार से ही यह न्यास सेवारत है।

न्यास के सेवा कार्यों हेतु आप इस प्रकार से सहयोग कर सकते हैं–

1. **सचल चिकित्सा सेवा के लिए–** रु. 11,000/- की मासिक धनराशि का सहयोग करके, एक सेवा बस्ती में अपनी ओर से निःशुल्क चिकित्सा सुविधा एवं औषधि का वितरण कराना।
2. **नेत्र चिकित्सा शिविर के लिए–** रु. 2000/- की धनराशि का सहयोग करके एक **मोतियाबिन्द पीड़ित** नेत्र रोगी का आपरेशन करवाकर नेत्र ज्योति प्रदान करना।
3. **विकलांग सहायता शिविर के लिए–** रु. 1,000/- से 6,000/- तक की राशि दे करके, एक विकलांग बन्धु की सहायता में उनके लिए कृत्रिम अंग, उपकरण, वैशाखी, ट्राईसाइकिल, ह्वील चेयर आदि की व्यवस्था कराना।
4. **कार्पस फण्ड (स्थायी निधि) के लिए–** रु. 10,000/- से अधिक की धनराशि का अर्पण करके, न्यास द्वारा संचालित सेवा कार्यों में उत्प्रेरक बनना।
5. **छात्रवृत्ति के लिए–** प्राथमिक रु. 3000/-, माध्यमिक रु. 5000/-, हाईस्कूल रु. 7000/-, इंटरमीडिएट रु. 8000/-, आईटीआई/डिप्लोमा रु. 10,000/-, स्नातक रु. 10000/-, परास्नातक रु. 12000/-, प्रतियोगी परीक्षाएँ रु. 15000/-, इंजीनियरिंग रु. 18000/- मेडिकल के छात्रों को रु. 20000/- की वार्षिक छात्रवृत्ति का सहयोग करके न्यास के माध्यम से पूर्वांचल और वनवासी क्षेत्र के बालकों के लिए वार्षिक छात्रवृत्ति भिजवाना।
6. **सेवा चेतना अर्द्धवार्षिक पत्रिका के लिए–** रु. 1,200/- की आजीवन सदस्यता ग्रहण करके तथा पत्रिका की विज्ञापन दरों के आधार पर अपनी क्षमतानुसार विज्ञापन के रूप में सहयोग करके सहायता करना।
7. **सेवा संवाद मासिक के लिए–** रु. 2,000/- की आजीवन एवं रु. 5,000/- की संरक्षक सदस्यता ग्रहण करके सहयोग करना।
8. **माधव सेवा आश्रम के लिए–** रु. 5,00,000/- का दान कर, एक कक्ष के निर्माण के द्वारा अपने किसी सम्बन्धी की स्मृति को स्थायी बनायें।

न्यास को सेवा कार्यों के लिए दिया गया दान आयकर अधिनियम की धारा 80G(5)(vi) के अन्तर्गत नियमानुसार करमुक्त है। अप्रवासी भारतीय भी दान दे सकते हैं। कृपया अपनी दानराशि चेक व ड्राफ्ट **भाऊराव देवरस सेवा न्यास** के पक्ष में जो **लखनऊ** में देय हो, अपने पैन नं. व पते के साथ भेज सकते हैं।

समाज सेवा-कार्यों हेतु आपसे अनुरोध है कि न्यास को यथा सम्भव अधिकाधिक सहयोग करें। दान की राशि आप सीधे हमारे खाते में भी जमा कर सूचित कर सकते हैं।

बैंक ऑफ इण्डिया, निरालानगर, लखनऊ बैंक खाता सं. **680610100009948 IFSC: BKID0006806**

भारतीय स्टेट बैंक, निरालानगर, लखनऊ बैंक खाता सं. **30448433657 IFSC: SBIN0003813**

आशा है सेवा के इस पुनीत कार्य में आप सभी अवश्य सहभागी बनेंगे।

पंडित दीनदयाल उपाध्याय स्वास्थ्य सेवा केन्द्र

ग्राम परतोष, अमेठी (उ.प्र.)

अनुरोध

जिनकी कथनी और करनी में सदैव एकरूपता रही हो, जिन्होंने अपना सम्पूर्ण जीवन मातृभूमि के चरणों में अर्पित कर दिया हो, जो अकृत्रिमता से दूर, सहज, स्वाभाविक, सादा रहन-सहन और उच्च विचारों के धनी रहे हों, ऐसे समाज सेवी, कुशल संगठक, राष्ट्रभक्त श्रद्धेय पं. दीनदयाल उपाध्याय का जन्म 25 सितम्बर 1916 ई. को नगला चन्द्रभान, फरह, मथुरा (उ.प्र.) में हुआ था। बाल्यकाल से ही वे संवेदनशील रहे। उनके हृदय में समाज के निर्बल, पिछड़े, बनवासी, ग्रामीण, अनाश्रित, वृद्ध, अनपढ़-बालक, रोगी-पीड़ित सभी के प्रति मानवीय करुणा थी, उनके एकात्म मानव दर्शन और अन्त्योदय की भावना तथा समाज और राष्ट्र को समुन्नत करने के स्वप्न को साकार बनाने तथा आगे बढ़ाने की पवित्र भावना के साथ पंडित दीनदयाल जी की जन्मशती पर उनके प्रति आदर-सम्मान व्यक्त करने के लिए ग्राम परतोष, जिला अमेठी में पं. दीनदयाल उपाध्याय स्वास्थ्य सेवा केन्द्र की स्थापना का निर्णय लिया गया। इस निमित्त 20400 वर्गफुट जमीन क्रय कर ली गई है। अगला महत्त्वपूर्ण चरण निर्माण कार्य का है, जिसके लिए सहयोगी बन्धुओं से आर्थिक सहकार प्राप्त हो रहे हैं। इस महान यज्ञ कार्य में आहुति के लिए आप भी अपने सहकार से अनुगृहीत करें, यही आपसे विनती और प्रार्थना है।

कृपया अपनी सहयोग राशि भाउराव देवरस सेवा न्यास के पक्ष में चेक/ड्राफ्ट जो लखनऊ में देय हो, भेजने की कृपा करें। अथवा RTGS/NEFT के लिए Antyodaya Health Mission (Bhaorao Deoras Seva Nyas) A/c No. 680610110009463 Bank of India, Nirala Nagar Lucknow (IFSC Code: BKID0006806)में धनराशि जमा कराकर अपने पैन नं. एवं पते के साथ कार्यालय के पते (सी-91, निरालानगर, लखनऊ-226020 दूरभाष 0522-4001837 मो. 9450020514) पर हमें सूचित करें।

– राजेश (संयोजक)

मो. 9793120738

भाऊराव देवरस सेवा न्यास को दिया गया दान आयकर अधिनियम की धारा 80G(5)(vi) के अन्तर्गत नियमानुसार करमुक्त है। न्यास का PAN AAATB1049G है।

कोर्ट की शर्त, पेड़ सूखे तो फिर जाओगे जेल

❑ शिवप्रताप सिंह जादौन

मप्र के मुरैना जिले में एक ऐसा जंगल भी है,जहां लगे पेडों को देखने पुलिस भी पहुंचती है। ऐसा नही है कि यह पुलिस का पर्यावरण संरक्षण के लिए पेड़ – पौधों के लिए प्रेम हो बल्कि ड्यूटी कि लिए ये पुलिस की मजबूरी है। दरअसल, ये पेड़ हैं जमानत के ,जिन्हें आपराधिक मामलों में आरोपितों ने हाईकोर्ट के आदेश पर लगाया है। यदि इन पेड़ो के रख रखाव में लापारवाही बरती जाती है तो आरोपितों की जमानत निरस्त हो सकती है, यह कोर्ट की शर्त है, जिसके आधार पर जमानत दी गई है। इसलिए आरोपित भी हर हफ्ते इन पेड़–पौधों को सुरक्षित रखने के लिए न सिर्फ पैसे खर्च करते हैं बल्कि समय–समय पर खुद निताई–गुढाई के साथ खाद पानी भी देते है। मुरैना की देवरी पंचायत के अंतर्गत बने पितृवन में जमानत के रूप में ऐसे लगभग 200 पेड़ लगाए जा चुके है। मुरैना जिले से करीब 5 किमी दूर क्वारी नदी के किनारे देवरी पंचायत के बीहड़ है। बीहड़ में करीब 4 साल पहले प्रशासन और शहर के समाजसेवियों की पहल पर एक ऐसा जंगल तैयार किया गया है,जहां लोग अपने पूर्वजों और जीवन के यादगाार दिनों की स्मृति में पौधे लगाते हैं। इन पौधों की देखरेख कल्पवृक्ष सेवा समिति द्वारा की जाती है। पितृतव नाम से संरक्षित किए गए इस स्थान पर अब तक 2 हजार पौधे लगाए जा चुके हैं। 2 हजार पौधों में 200 पौधे ऐसे है, जिन्हे दुश्कर्म,जालसाजी,मारपीट और दहेज प्रताड़ना के मामलों में आरोपियों ने लगाया है। यह पेड़ असल में इन लोगों की कोर्ट में जमानत के रूप में है।

ग्वालियर हाईकोर्ट खंडपीठ ने बीते पांच माह में एक दर्जन के करीब आदेश जारी किए हैं, जिसके तहत देवरी पंचायत में 200 के करीब पेड़ लगे है। यह पेड़ पितृवन में कल्पवृक्ष सेवा समिति द्वारा पाले पोसे जा रहे है। जिसका खर्च इन पेड़ों को लगाने वाले आरोपित उठा रहे है। हर हफ्ते इनकी देखरेख की चिंता आरोपियों को यहां खींच लाती है। पेड़ खराब न हो जाएं या सुख न जाएं, इसकी चिंता भी आरोपित करते हैं और हर हफ्ते यहां आते है। पूरी तन्मयता से इनकी देखभाल करते है।

"कामयाब लोग अपने फैसले से दुनिया बदल देते है,

जबकि नाकामयाब लोग दुनिया के डर से अपने फैसले बदल देते है"

समाचार पत्र पंजीयन केन्द्रीय कानून,1956 आठवें नियम के अन्तर्गत अपेक्षित सेवा संवाद लखनऊ नामक समाचार पत्र से संबन्धित स्वामित्व और बातों का ब्योराः

प्रपत्र-4

1.	प्रकाशन स्थान	:	लखनऊ(यू.पी.)
2.	प्रकाशन अवधि	:	मासिक
3.	मुद्रक का नाम	:	जितेन्द्र अग्रवाल वास्ते सेवा संवाद लखनऊ
	क्या भारत का नागरिक है?	:	हॉ
	(यदि विदेशी है तो मूल देश)	:	xxxxxx
	पता–		
4.	प्रकाशक का नाम	:	जितेन्द्र अग्रवाल वास्ते सेवा संवाद
	क्या भारत का नागरिक है?	:	हॉ
	यदि विदेश है तो मूल देश	:	xxxxxx
	पता–	:	सी.91 निराला नगर लखनऊ–226020
5.	संपादक का नाम	:	डा. शिव भूषण त्रिपाठी
	क्या भारत का नागरिक है?	:	हॉ
	(यदि विदेशी है तो मूल देश)	:	xxxxxx
	पता–	:	सी 91 निराला नगर लखनऊ–226020
6.	उन व्यक्तियों के नाम व पते जो समाचार–पत्र के स्वामी हो, तथा समस्त पूंजी के एक प्रतिशत से अधिक के साझेदारी या हिस्सेदार हों।	:	सी–91 भाऊराव देवरस सेवा न्यास निराला नगर लखनऊ–226020

मैं जितेन्द्र अग्रवाल एतद्द्वारा घोषित करता हूँ कि मेरी अधिकतम जानकारी एंव विश्वास के अनुसार ऊपर दिए गए विवरण सत्य हैं।

दिनांक : 1 मार्च, 2020

ह0/– जितेन्द्र अग्रवाल
(प्रकाशक के हस्ताक्षर)

विकास एवं सुशासन से

महिलाओं को मिला मान-सम्मान

प्रधानमंत्री उज्ज्वला योजना के अंतर्गत गरीब महिलाओं को 1 करोड़ 47 लाख निःशुल्क गैस कनेक्शन वितरित कर प्रदेश पहले स्थान पर।

कन्या भ्रूण हत्या को रोकने तथा बालिका के प्रति सकारात्मक सोच विकसित करने के लिए मुख्यमंत्री कन्या सुमंगला योजना प्रारम्भ।

मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजनान्तर्गत निर्धन परिवारों की पुत्रियों के विवाह हेतु सहायता धनराशि रु. 35 हजार से बढ़ाकर रु. 51,000 की गयी।

प्रधानमंत्री मातृ वन्दना योजना से 23 लाख 76 हजार माताएं लाभान्वित।

निराश्रित महिला पेंशन हेतु आयु सीमा की बाध्यता समाप्त 21 लाख 69 हजार निराश्रित महिलाओं को पेंशन।

181 महिला हेल्पलाइन व रेस्क्यू वैन सभी जिलों में संचालित।

छात्राओं को आत्मरक्षा का प्रशिक्षण देने के लिए समस्त जनपदों में ऑपरेशन आत्मरक्षा चलाया गया।

महिला हेल्पलाइन 1090 सेवा में 2.66 लाख शिकायतें प्राप्त हुई, इनमें से 98.80% शिकायतों का निस्तारण।

पहली बार हर जिले में एंटी रोमियो स्क्वॉयड का गठन।

विकास एवं सुशासन से

उत्तर प्रदेश है देश में नम्बर 1

प्रधानमंत्री आवास योजना (ग्रामीण व शहरी) में प्रथम स्थान।

स्वच्छ भारत मिशन के अन्तर्गत शौचालय निर्माण में प्रथम स्थान।

सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्योगों की स्थापना में प्रथम स्थान।

खाद्यान्न, गेहूं, गन्ना, आलू, हरी मटर, दुग्ध, आम एवं आँवला उत्पादन में प्रथम स्थान।

डी.बी.टी. के माध्यम से कृषि निवेशों पर किसानों को अनुदान के भुगतान में प्रथम स्थान।

ग्राम्य विकास योजनाओं में सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन के लिये पुरस्कार।

'स्वच्छ सर्वेक्षण ग्रामीण' के आधार पर सर्वाधिक जन भागीदारी के लिये पुरस्कार।

कौशल विकास नीति लागू करने वाला पहला राज्य।

राज्य स्वास्थ्य नीति लागू करने वाला पहला राज्य।

ई-मार्केटप्लेस (जेम) पर सर्वाधिक खरीददारी के लिये जेम टॉप बायर का पुरस्कार।

ई-प्रोक्योरमेंट में प्रथम स्थान एवं 'बेस्ट परफार्मिंग स्टेट' पुरस्कार।

बी.एल.सी. घटक (Beneficiary Led Construction) में प्रथम स्थान।

ई-टेण्डरिंग प्रणाली के शत-प्रतिशत कार्यान्वयन हेतु पुरस्कार।

सबका साथ-सबका विकास-सबका विश्वास

सूचना एवं जनसम्पर्क विभाग, उत्तर प्रदेश