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

दैनिक समाचार–पत्र

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

मन के जीते जीत सदा

• वर्ष - 9 • अंक-2432 • उदयपुर, शनिवार 21 अगस्त, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

नारायण सेवा द्वारा सिरोही में 62 गरीब परिवारों को राशन दिया

नर को नारायण का स्वरूप मानते हुए असहाय, दिव्यांग, मूक बधिर एवम् दूसरी लहर कोरोना महामारी के चलते बेरोजगार हुए गरीब कामगारों को नारायण सेवा संस्थान उदयपुर की शाखा सिरोही द्वारा निःशुल्क राशन का वितरण किया गया।

पूरे भारतवर्ष में 50000 परिवारों को राशन निःशुल्क जा रहा है। सिरोही शाखा के अंतर्गत 62 गरीब परिवारों को निःशुल्क राशन दिया गया। सिरोही शाखा संयोजक अदाराम जी भाटिया ने बताया कि श्री कैलाश जी सुथार संरपच झाड़ोली ने कार्यक्रम का शुभारंभ किया। मुख्य अतिथि श्री नरेन्द्र सिंह जी ने संस्थान गतिविधियों का अवलोकन किया। संस्थापक चैयरमेन कैलाश जी 'मानव' ने बताया कि संस्थान 36 वर्षो से दीन–दुःखियों की निःस्वार्थ सेवा कर रहा है। इस वर्ष कोरोना काल में संस्थान घर–घर भोजन सेवा, ऑक्सीजन सिलेंडर, एम्बुलेंस सेवा, कोरोनाकिट, निःशुल्क हाइड्रोलिक बेड भी उपलब्ध करवाने का संकल्प लिया इस दौरान हजारों कोरोना संक्रमित को निःशुल्क सेवा उपलब्ध करवायी जा रही हैं। संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि संस्थान ने ऐसे जरूरतमंदों के लिए नारायण गरीब परिवारों तक राशन पहुंचाने का लक्ष्य निर्धारित किया है।

इसी क्रम में उदयपुर शहर के विभिन्न आदिवासी क्षेत्र में शिविर लगाकर निःशुल्क राशन वितरण किया जा रहा है। प्रत्येक किट में 15 किलो आटा, 5 किलो चावल, 4 किलो दाल, 2 किलो तेल, 2किलो शक्कर, 1 किलो नमक एवं आवश्यक मसाले दिए गए। सिरोही आश्रम की पूरी टीम ने चयनित परिवारों को राशन वितरण में सहयोग प्रदान किया।

इंडियन बैंक ने कृत्रिम अंगों के लिए दी मदद

इंडियन बैंक ने सोमवार को अपने 115 वें स्थापना दिवस पर नारायण सेवा संस्थान के मानव मंदिर में दुर्घटना से अपंग हुए दिव्यांगों के सेवार्थ कृत्रिम अंगों के लिए सहयोग राशि भेंट की।

संस्थान अध्यक्ष प्रशांत जी अग्रवाल ने बताया कि इंडियन बैंक उदयपुर के ज़ोनल मैनेजर राजेंद्र कुमार जी, डिप्टी मैनेजर नवीन जी टांक, मुख्य प्रबंधक अनिल जी नेगी और संस्थान निदेशक वंदना जी अग्रवाल की उपस्थिति में 5 दिव्यांगजनों को आर्टिफिशियल लिंब सीएसआर एक्टिविटी के तहत लगाए गए।

कृत्रिम अंग पाकर लाभान्वित खिलखिला उठे। डॉ मानस रंजन जी साहू ने सभी को प्रोस्थेटिक के निर्माण और उपयोग की जानकारी दी। इस मौके पर बैंक से विजय जी जैन, अरुण कुमार जी तथा संस्था के जितेंद्र जी गौड़ व संतोष जी सेनापति मौजूद रहे।

कोरोना से बेहाल, भूख से परेशान

मेरा नाम प्रेम है। मैं किराणे की दुकान पर 8000 रुपये की नौकरी करता था। घर में 2 बच्चे और पत्नी है। कुछ दिन पहले मुझे बुखार आया।

दूसरे दिन बच्चे को सर्दी–जुकाम हुआ और तीसरे दिन पत्नी को बुखार आ गया। खाने का स्वाद भी जाता रहा। हम सब घर वाले टेस्ट करवाने गए। दूसरे दिन हम सब की कोरोना रिपोर्ट पॉजिटीव आ गई। हम सभी घर में होम आइसोलेट हो गए। हॉस्पिटल से दवाई आ गई।

घर आई भोजन थाली–

अब हमारे सामने समस्या यह थी कि खाना कौन बनाए? तभी पता चला कि पड़ोस में नारायण सेवा की गाड़ी रोज फ्री खाना दे जाती है। हमने भी संस्थान से 4 थाली भोजन का आग्रह किया। अच्छी सी पैकिंग में स्वादिष्ट भोजन हमारे घर भी शुरु हो गया। 14 दिन तक रोज भोजन आया हमारे घर। दवाई और भोजन की बदौलत हम सभी परिजन ठीक है। मैं संस्थान का जितना साधुवाद करूं उतना कम है।

सेवा की कहानी : श्री कैलाश मानव की जुबानी

मनुष्य की सेवा को जिन्होंने ईश्वर की सेवा माना एक हादसे से प्रेरणा, खड़ी की सेवा की 566 शाखाएं

—दैनिक भास्कर से साभार

मेरा जन्म 2 जनवरी 1947 को उदयपुर के छोटे से शहर भींडर में हुआ । पिता मदन लाल जी अग्रवाल तथा माता सोहनी देवी जी भक्तिमय जीवन जीते थे। पिता बर्तन की छोटी सी दुकान चलाते थे जिससे जरूरत पूर्ति जितनी आय होती थी। बावजूद इसके वे गरीबों और जरूरतमंदो की मदद करने में सबसे आगे रहते थे। माता – पिता के कारण ही मुझे बचपन से साधु – संतों का सान्निध्य मिला । इसी दौर में महान व्यक्तियों के जीवन पर आधारित पुस्तकें पढ़ी। यहीं कारण थे जिन्होंने मेरे मन में मानव के प्रति करुणा – दया और सेवा का बीज बोया। पढ़ाई में तो अच्छा था ही, सो सिरोही पोस्ट ऑफिस में बाबू की नौकरी लग गई।

1976 की बात है तब सिरोही जिले के पिंडवाड़ा कस्बे में एक बस दुर्घटनाग्रस्त हुई थी। हादसे में मेरे इष्ट मित्र के घायल होने की सूचना मिली तो मौके पर पहुंचा। देखा स्वास्थ्य केन्द्र में इलाज के अभाव में 40 घायल तड़प रहे थे। 7 लोगों की मौत हो चुकी थी। किसी तरह घायलों को सिरोही अस्पताल पहुंचाया लेकिन वहां भी पर्याप्त सुविधा नहीं थी। किसी को ब्लड की जरूरत थी तो किसी के पास इलाज के पैसे नहीं थे। नौकरी से छुट्टी लेकर मैंने घायलों की सेवा की। रोजाना अस्पताल जाकर देखता था कि इन्हें ठीक से उपचार मिल रहा है या नहीं। एक दिन अस्पताल में मेरी मुलाकात किशन भील से हुई उसने परोसे गए भोजन का कुछ हिस्सा अलग रखा था। पूछने पर बोला कि मैं भूखा हूँ लेकिन मेरा बेटा और भाई भी साथ है। हमारे पास पैसा नहीं है। इसलिए यह भोजन उनके लिए बचाया है। तभी मेरे मन में प्रश्न उठा कि ऐसे बहुत सारे लोग होंगे, इनकी मदद कैसे की जाए ?

फिर मैने अपने रिश्तेदारों और परिचितों और को नारायण सेवा लिखे हुए कुछ कंटेनर दिये और आग्रह किया कि वे इसमें रोजाना थोड़ा–थोड़ा आटा डालें। इस तरह जमा हुए आटे से मैं और पत्नी तड़के चार बजे उठकर चपातियां बनाते थे। फिर साइकिल पर एम. बी. अस्पताल के मरीजों व अन्य जगह जरूरतमंदों को भोजन करवाने जाता था। बस यही से शुरू हुआ ''नारायण सेवा संस्थान'' का सफर । एक बार उदयपुर जिले में अकाल पड़ा तो इससे नारायण संस्थान के नाम पर मैंने सम्पन्न लोगों से कपड़े दवाइयाँ, और भोजन सामग्री देने को कहा। यह सामग्री ग्रामीण तथा आदिवासी क्षेत्रों लगे शिविरों में अकाल प्रभावितों को बांटने जाता था।

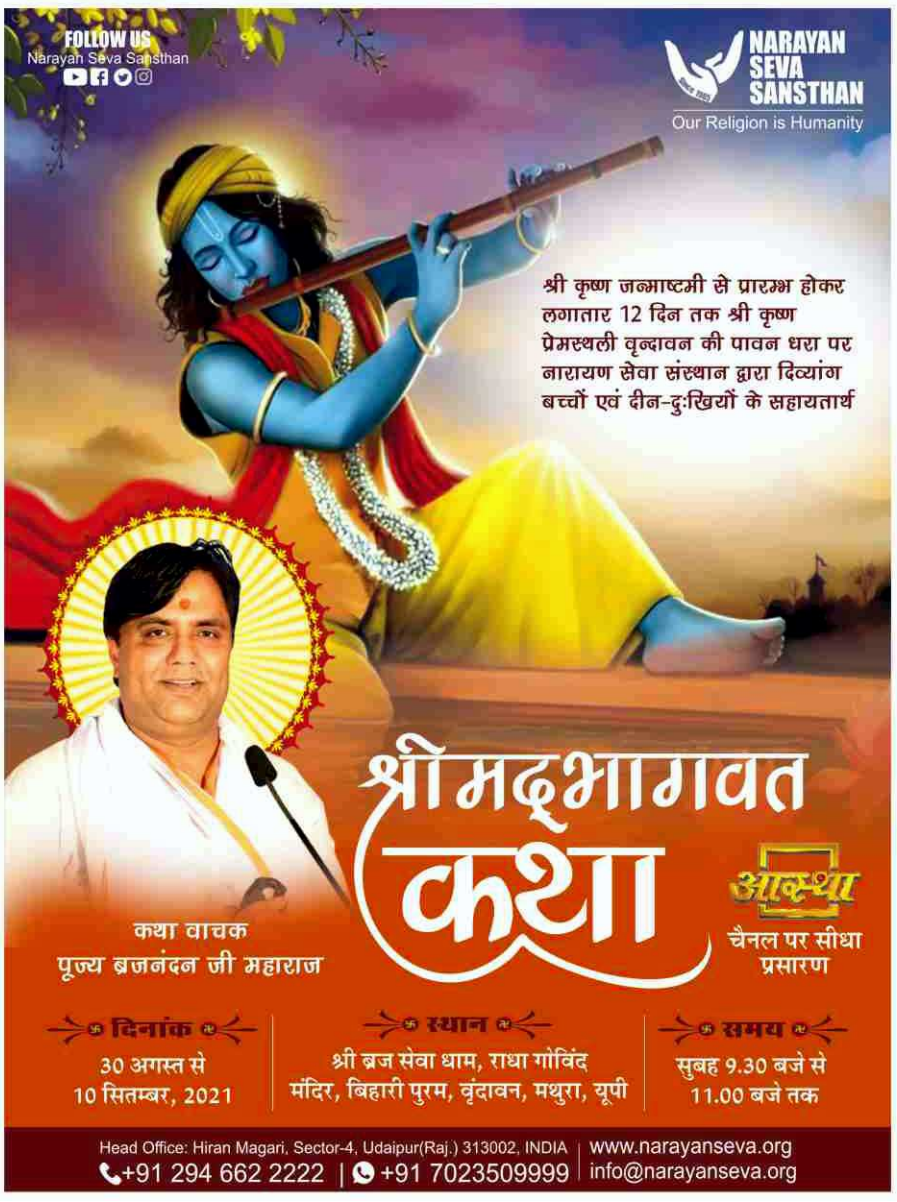
एक बार की बात है शिविरों में भोजन परसोते समय पोलियोग्रस्त एक व्यक्ति लगभग रेंगता हुआ आया और मुझसे मदद मांगी। कुछ इंतजाम करके मैं उसे इलाज के लिए मुम्बई ले गया । तभी मन में एक भाव और जागा कि अब दिव्यांगों की भी हर सम्भव मदद करनी चाहिए। इसके बाद पोलियोग्रस्त कई बच्चों का मैंने मुम्बई में इलाज करवाया चूंकि मुम्बई में इलाज करवाना बहुत ही मंहगा पडता था। इसलिए उदयपुर में अस्पताल का सपना देखा।

1997 में मुम्बई के कारोबारी चैनराज लोढ़ा के वित्तीय सहयोग से 151 बिस्तर वाले '' मानव मन्दिर '' अस्पताल की नींव रखी यहां पोलियो पीड़ितों का निःशुल्क ऑपरेशन व इलाज होने लगा। मैंने एक ही लक्ष्य रखा कि दिव्यांगों को आत्मनिर्भर बनाना है। कैंसर रोग विशेषज्ञ डॉ. आर. के. अग्रवाल साहब और बिसलपुर के राजमल जी जैन साहब ने इस सेवा में बहुत योगदान दिया।

1985 से 2020 तक चार लाख से अधिक दिव्यांगों को मुफ्त ट्राइसाइकल, इतने ही लोगों को व्हीलचेयर दे चुके हैं। देश भर से पोलियो करेक्टिव सर्जरी व बेहतर इलाज के लिए आने वाले दिव्यांगों की सेवा के लिए 1100 बेड का अस्पताल है और लोगों को कृत्रिम हाथ पैर लगवाये जा चुके हैं। फिजियोथेरेपी, कैलिपर, कृत्रिम श्रवण यंत्र, दृष्टिहीनों के लिए छड़ी, और कृत्रिम अंग निःशुल्क दिये जाते है। दिव्यांगों बेसहारा मरीजों का ऑपरेशन दवाई, मरीजों के साथ आने वालों का रहना, पौष्टिक भोजन सबकुछ मुफ्त है। यहां पर 125 डॉक्टर और नर्सिंग स्टॉफ द्वारा प्रतिदिन दसियों सर्जरी की जाती है दिव्यांग मरीजों को मोबाईल रिपेयरिंग, कम्प्युटर, सिलाई प्रशिक्षण भी हम देते हैं। ताकि वे अपने आजीविका अर्जित कर सकें। नारायण संस्थान अभी तक 2400 दिव्यांगों और निर्धन जोड़ों की शादी करवा चुका है। मैने सपने में भी नहीं सोचा था कि मेरी मानव सेवा की पहल 34 वर्षो में देश भर 4 लाख से ज्यादा दिव्यांगों को नया जीवन देगी। प्रभु की कृपा से अब तक 3.70 करोड़ लोगों को भोजन करवाने का अवसर मिला है।

1990 में आदिवासी और ग्रामीण इलाकों के बेघर बच्चों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने के लिए एक अनाथालय भी बनाया गया है। दिव्यांगों की सेवा करने वाले नारायण सेवा संस्थान की देश में 480 तथा विदेश में 86 शाखाएं है। इसकी गिनती आज दुनिया भर के चोटी के गैर लाभकारी संस्थान में होती है। यूं तो मुझे कई पुरस्कार मिले लेकिन राष्ट्रपति डॉक्टर श्री अब्दुल कलाम जी ने व्यक्तिगत क्षमता में उत्कृष्ट सेवा के लिए वर्ष 2003 में राष्ट्रीय पुरस्कार दिया। वहीं पद्श्री पुरस्कार से 2008 में सम्मानित किया गया।

दस वर्ष पूर्व चैन्नई के अस्पताल में आंखों का ऑपरेशन करवाया था, इंफेक्शन में मेरी आँखों की रोशनी पूरी तरह चली गई। इसके बावजूद भी रोगियों से उनके इलाज खाने पीने व रहने के बारे में जानकारियां जब तक पूछ लेता हूँ, मेरा मन नहीं मानता।



सम्पादकीय

हिम्मत या साहस वह मनोभाव है जो व्यक्ति में जब प्रकट होता है तो उसे शरीर से समर्थ, मन से मजबूत और भावों से भरा–भरा सा कर देता है। किसी ने कवि ने कहा भी है – 'बिन हिम्मत कीमत नहीं।' सच ही तो है कि जिसमें हिम्मत नहीं वह क्या काम का ? हिम्मत केवल हमें संकटों से पार ही नहीं करती वरनृ जीन की कला भी सिखाती है। जो इंसान भौतिक रूप से भले ही हार गया हो, पर यदि उसने हिम्मत नहीं हारी तो कभी भी खड़ा होकर विजय को गले लगा सकता है। एक प्रचलित कहावत हे – 'हिम्मते मर्दां, मददे खुदा।' यानी ईश्वर भी उन्हीं की सहायता करेगा जिसमें हिम्मत शेष है। जिसने हिम्मत हार ली उसके लिए तो ईश्वरीय सहयोग भी निर्मूल्य ही है। यदि कोई धारा हमें किनारे तक जाने में बाधा बनी खड़ी हो तब कोई कवि कहता है –'हिम्मत से पतवार संभालो, फिर क्या दूर किनारा।' वस्तुतः व्यक्ति पार जाने के लिए भले ही बाहुबलया संसाधन का सहारा ले परन्तु असली ताकत तो हिम्मत ही होती है। वही हिम्मत अभावों में भी संघर्ष की प्रेरणा देती है।

कुछ काव्यमय

मन की तरंगें जब,
सेवा के तुरंग पर चढ़कर,
सैर करने निकलती है।
तो करुणा की भावनाएं
साथ–साथ चलती है।
तब होता है,
सेवा का अनुष्ठान।
तभी समाविष्ट होते हैं
भक्त में भगवान।

- वरदीचन्द राव

अपनों से अपनी बात

क्रोध घातक है

क्रोध में आदमी को कुछ नहीं सूझता। वह अपनी ही क्षति कर बैठता है। अतएव क्रोध का शमन कर ही किसी बात का निर्णय करें।

उमर खलीफा अपनी न्यायप्रियता, धर्म और धैर्यपूर्ण स्वभाव के लिए प्रसिद्ध थे। वे धर्म की रक्षा हेतु युद्ध लड़ने से भी पीछे नही हटते थे। एक बार उन्हें एक अधर्मी व्यक्ति से युद्ध करना पड़ा। युद्ध में उन्होंने उसे धाराशायी कर दिया और म्यान से अपनी तलवार निकाल ली। जैसे ही उस व्यक्ति पर वे प्रहार करने वाले थे, उस व्यक्ति ने उन्हें गाली दी। उमर खलीफा ने उस व्यक्ति को छोड़ दिया तथा तलवार म्यान में डाल ली।

उमर खलीफा अब शांत होकर खड़े हो गए। यह देखकर वहाँ उपस्थित सभी लोग हतप्रभ थे उन्होंने उनसे कहा कि – मौका अच्छा था, आपने उसे छोड़ क्यों दिया? अच्छा होता आप उस व्यक्ति को मार ही देते। उमर खलीफा ने उत्तर दिया–इसके गाली देने पर मुझे क्रोध आ गया था।

मैंने सोचा पहले मैं अपने क्रोध को तो मार लूँ, फिर इसे मार दूँगा। मैं क्रोध में किसी व्यक्ति पर आक्रमण नहीं करना चाहता था। अब मैं शांत हो गया हूँ, अतः इससे पुनः लड़ने के लिए तैयार हूँ। वह व्यक्ति भी खड़ा सुन रहा था उमर खलीफा के पैरों में गिर पड़ा। सर्वप्रथम क्रोध को मारना जरूरी है, क्योंकि क्रोध दूसरों को बाद में जलाता है, पहले यह क्रोध करने वाले व्यक्ति को ही जला देता है। क्रोधकी आग अत्यन्त विनाशकारी है।

अगर हम किसी व्यक्ति को जलाने के लिए उस पर जलता हुआ कोयला फेकेंगे तो वह व्यक्ति तो बाद में जलेगा, पहले हमारा हाथ ही जलेगा। ठीक इसी तरह क्रोधाग्नि दूसरों के लिए बाद में घातक सिद्ध होती है, पहले वह क्रोध करने वाले के लिए ही आत्मघाती बन जाती है।

– कैलाश 'मानव'

सहारा क्यों

व्यक्ति का कर्तव्य होता है कि वह किसी की सहायता का मोहताज बनने की बजाय वह स्वयं दूसरों का सहारा बने। केवल दूसरों पर या भाग्य पर ही निर्भर रहने वाला व्यक्ति सदैव विपत्तियों में फंसता है। ईश्वर भी उन्हीं की मदद करता है जो अपनी मदद खुद करते हैं।

एक बार एक भिक्षुक किसी दिन जंगल में लकड़ियाँ बीनने गया। लकड़ियाँ बीनते–बीनते उसने एक लोमड़ी देखी जिसके पीछे के दोनों पैर टूटे हुए थे। वह इस प्रकार की वेदना में थी कि चलना या घिसटना तो दूर की बात, वह तो हिल–डुल भी नहीं पा रही थी। इस दृश्य को देखकर उस भिक्षुक के मन में आश्चर्य हुआ कि यह लोमड़ी अपना जीवन कैसे जीती होगी? यह तो अपना शिकार भी नहीं पकड़ सकती होगी तो इसका पेट कैसे भरता होगा? इसे खाने को कौन देता होगा? वह ये सब बातें सोच ही रहा था कि अचानक से उसने एक शेर की दहाड़ सुनी। दहाड़ सुनते ही वह भिक्षुक तुरन्त एक पेड़ पर चढ़ गया। पेड़ पर बैठे–बैठे उसने देखा कि वह शेर अपने मुंह में शिकार लेकर आ रहा था और आकर शेर ने वह शिकार लोमड़ी के सामने रख दिया तथा वह लोमड़ी उस शिकार को खाने लगी। दूसरे दिन वह भिक्षुक पुनः कौतुहलवश पेड़ पर चढ़कर लोमड़ी को देखने लगा। उस दिन भी एक दिन पूर्व वाला ही नजारा था। इस प्रकार उस भिक्षुक ने लगातार दस दिन तक वो ही नजारा देखा कि शेर शिकार लेकर आता था और लोमड़ी को वह शिकार दे देता, वह लोमड़ी शिकार ले लेती। अर्थात् शेर लोमड़ी का पेट भर रहा था। इस सम्पूर्ण घटनाक्रम से उस भिक्षुक के मन में भावना जागृत होती है कि भगवान जिसे पालना चाहता है, भोजन खिलाना चाहता है, वह चाहे कैसी भी निरीह या दयनीय अवस्था में क्यों न हो, वह कभी भूखा नहीं रहता है। इस भाव को मन में बिठाकर उसने निश्चय किया कि मुझे भी कोई कार्य करने की जरूरत नहीं है। जो लोमड़ी को भोजन खिला सकता है, वह मुझे भी खाने का अवश्य ही उपलब्ध करवा देगा। वह जंगल में गया और किसी पेड़ के नीचे परमात्मा के भरोसे भोजन की इच्छा एवं आशा में बैठ गया। उसके मन में था कि ईश्वर ने जैसे लोमड़ी को भोजन भेजा, मुझे भी भेज देगा। भोजन की आशा में एक दिन बीत गया परंतु भोजन नहीं आया। ऐसे करते–करते तीन दिन बीत गये परंतु उसके लिये कोई भोजन नहीं आया। चौथे दिन तो उसकी हालत खराब हो गयी, लेकिन फिर भी कोई भोजन नहीं आया। पांचवे–छठे दिन तो उसे लगने लगा कि कहाँ फँस गया? परमात्मा तो मेरा ध्यान ही नहीं ले रहा है। क्या मुझे कोई खाना नहीं मिलने वाला? उसी समय वहाँ से एक संत महात्मा गुजर रहे थे। भिक्षुक ने उस संत–महात्मा के पैरों में गिरकर पूरा वृतान्त सुना दिया और पूछा कि ईश्वर ने जब उस लोमड़ी के भोजन की व्यवस्था कर दी तो मेरे भोजन की व्यवस्था, ईश्वर ने क्यों नहीं की? भिक्षुक की बात सुनकर महात्मा ने व्यंग्यपूर्वक उत्तर दिया कि परमात्मा ने तुम्हें लोमड़ी और शेर का जो दृश्य दिखाया था, उसके अनुसार परमात्मा तुम्हें शेर बनाना चाहता था, परंतु तुम तो लोमड़ी बनना चाहते हो। परमात्मा चाहता था कि तुम शेर बन कर औरों को खिलाओ, उनका पेट भरो, परंतु तुम तो किसी अन्य पर आश्रित होना चाहते हो। इस दुनिया में अधिकांश लोग अपने आपको लोमड़ी बनाए रखना चाहते हैं, चाहे वे साधन सम्पन्न ही क्यों न हो? लेकिन कुछ लोग ऐसे भी हैं जो शेर के समान दूसरों का पेट भर रहे हैं। जो दूसरों को खिलाने में मजा है, वह खुद खाने में नहीं है।

जिन्दगी निकल गई तो
जीने का ढंग आया।
और शमाँ बुझ गई तो
महफिल में रंग आया।।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

बीसलपुर से आसपास के गांव में सत्तू वितरण हेतु निकलने का समय सुबह 6 बजे का निश्चित था। कैलाश इसके पूर्व ही पहुँच जाता था मगर कभी ट्रेन के लेट होने या अन्य कारणों से देरी हो जाती तो वह दौड़ कर पहुँचने का प्रयास करता। यह क्रम चलता रहा, हर रविवार को वह वहां पहुँच जाता और दीन–दुखियों में सत्तू आदि के वितरण में अपना योगदान कर प्रफुल्लित होता।

साल भार में उसकी नियुक्ति उदयपुर ही स्थित अन्य कार्यालय में हो गयी। पहले वह नगर क्षेत्र में था अब उसका स्थानान्तरण ग्रामीण क्षेत्र में हो गया। जिसका कार्यालय अम्बामाता में था। हिरण मगरी से. 5 और अम्बामाता दोनों शहर के दो छोर थे। रोज सुबह–शाम साईकिल से इतनी दूरी तय करना अत्यन्त दुरूह कार्य था, साईकिल चलाते–चलाते वह थक जाता। कोई अन्य उपाय भी नहीं था। इस बीच वह अपने परिवार को भी उदयपुर ले आया था।

कुछ समय पश्चात हिरण मगरी से. 5 से अम्बामाता जाने हेतु लम्बे टेम्पो चलने लगे। कैलाश के लिये ये टेम्पो वरदान के रूप में उपस्थित हुए। उन दिनों होस्टल के छात्रों का बहुत आतंक था। छात्र टेम्पो में बैठ जाते और पैसे भी नहीं देते। इस कारण कई टेम्पो वाले उधर आने से कतराते भी थे। टेम्पो कभी मिलते, कभी नहीं मिलते। नहीं मिलते तो उसकी साईकिल तो थी ही। कुछ दिनों में यह समस्या समाप्त हो गई तो टेम्पो नियमित रूप से मिलने लगे।

अंश - 91

विंटर आई फ्लू के लक्षण

सामान्य फ्लू की बीमारी के अलावा आई फ्लू के मामले भी काफी देखे जाते हैं। वैसे तो यह किसी भी उम्र के व्यक्ति को हो सकती है लेकिन बच्चों और युवाओं में ज्यादा होती है। एडिनी वायरस से फैलने वाला यह संक्रमण आंखों पर ज्यादा दुष्टप्रभाव छोड़ता है।

प्रमुख लक्षण –

आंखें लाल होने के साथ इनमें दर्द व सुबह उठते ही आंखो का चिपकना प्रमुख व प्रारंभिक लक्षण है। इसके अलावा आंखों से गाढ़ा तरल या पानी आना, धूप के संपर्क में आते ही देखने में परेशानी व जलन होना अन्य लक्षण है। मौसमी रोग होने के कारण कुछ लोगों में बुखार के साथ भी आई फ्लू के लक्षण नजर आते हैं। वहीं कुछ में आई फ्लू के कारण कान में या आसपास दर्द होता है।

प्रमुख वजह –

यह भ्रम है कि आई फ्लू से पीड़ित व्यक्ति की आंख में देखने से यह फैलता है। असल में मरीज से जुड़ी संक्रमित चीजों को इस्तेमाल में लेने और छूने से यह फैलता है। भीड़भाड़ वाली जगह में किसी संक्रमित व्यक्ति से भी रोग फैल सकता है। एक के अलावा दोनों आंखें भी इससे ग्रस्त हो सकती है।

इलाज –

एंटीवायरल आईड्राप एंटीबायोटिक व दर्द निवारक दवा 3–5 दिन के लिए देते हैं।

सावधानी बरतें –

मरीज अपनी चीजों को आसपास मौजूद व्यक्तियों से साझा न करें। बिना डॉक्टरी राय के कोई नुस्खा दवा या आई ड्राप प्रयोग न करें। कॉन्टैक्ट लैंस न लगाएं। घर से बाहर निकलना पड़े तो काला चश्मा लगाएं।

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

अनुभव अमृतम्

क्यों विचार करते हो कंजूस, क्यों बुराई करते हो? क्यों बुराई देखते हो? खुद री बुराई देखो नी भई। एक अंगुली दूसरों की तरफ बढ़ाई तो तीन अंगुलियाँ आपणी तरफ भी आई री है। छाती री तरफ आई री है। हाँ, कैलाश थारे में तीन बुराई, अणा में एक बुराई देख रियो है। दूसरे दिन एक बजे चलने लगता हूँ तो और चलो चलो। अरे! बाऊजी कैलाशजी भाईसाहब कल गये। मैं बहुत अचरज में आ बुरा जो देखन मैं चला, बुरा मिलिया कोई, जो दिल खोजा आपणा, मुझसे बुरा ना कोई।गया। मैंने कभी देखा ही नहीं, कभी किसी रोगी के पास खड़ा ही नहीं हुआ।

रिश्तेदार के पास भी जावा रो टाईम नही मिलतो तो अणाऊं कोई जाण– पहचाण नी। अरे भाई सब में परमात्मा है? अरे! कैलाश अणारे पतलो कम्बल है, हांजे में एक और कम्बल लान देऊं म्हारे घरऊं। जरूर लावजो। बहुत अच्छा। यही होना चाहिये। इनकी ठंड को आपने अनुभव किया। और कमलाजी को मैंने कहा– अरे! उनके बासाहब ने रोटी नी भावे जो भी मिले जो, सब्जी नी भावे। कमलाजी कियो– मैं वणा देऊं। मैं बा साहब रे लेन आ जाऊं। उस समय सात साल की कल्पना, तीन साल का प्रशान्त। रोटी, पालक की सब्जी, आलू की सब्जी लेन आया। सामने एक टीबी हॉस्पीटल, पोस्टऑफिस के सामने, पोस्ट ऑफिस की लाईन में आगे थोड़ा आगे जा के टीबी हॉस्पीटल गयी कमला जी।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 212 (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) प्रकाशक : कैलाश चन्द्र अग्रवाल 483, सेवाधाम, सेवानगर, हिरण मगरी, से. 4, उदयपुर (राज.) स्वामित्व : नारायण सेवा संस्थान प्रकाशन स्थल : ई, डी-71 बप्पा रावल नगर, हि.म. सेक्टर-6, उदयपुर
मुद्रक : न्यूट्रेक ऑफसेट प्रिंटर्स, 13, भोपा मगरी, बी.एस.एन.एल. एक्सचेंज के पास, हिरण मगरी, सेक्टर - 3 उदयपुर (राज.) के लिए नारायण प्रिंटिंग प्रेस, सेवा महातीर्थ, लियो का गुडा, उदयपुर
सम्पादक : लक्ष्मीलाल गाडरी, मो. 8278607811, 9119398965 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com • आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023