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-2435 • उदयपुर, मंगलवार 24 अगस्त, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

खुर्जा (उत्तरप्रदेश) में कृत्रिम अंग वितरण शिविर

नारायण सेवा संस्थान आप सभी की शुभकामनाओं व सहयोग से विश्वभर में दिव्यांग सहायता व सेवा में लिये जानी जा रही है।

देश–विदेश में समय–समय पर शिविर लगाकर कृत्रिम अंगों का वितरण एवं दिव्यांग ऑपरेशन जारी है।

ऐसा ही कृत्रिम अंग वितरण शिविर 12 अगस्त 2021 को नारायण सेवा संस्थान के खुर्जा, जिला– बुलंदशहर, उत्तरप्रदेश आश्रम में संपन्न हुआ।

इस शिविर में 19 दिव्यांगों के लिये कृत्रिम अंग तथा 07 के लिये कैलिपर्स की सेवा हुई। उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री हरपाल सिंह जी (पूर्व विधायक खुर्जा), अध्यक्षता श्री सत्यवीर शास्त्री जी (पूर्व प्रधान महोदय, खुर्जा), विशिष्ट अतिथि श्री जयप्रकाश जी चौहान, श्रीमान राजप्रताप सिंह जी (समाज सेवी), श्री योगेन्द्र प्रताप जी राघव (सेवा प्रेरक एवं संयोजक) कृपा करके पधारे।

टेक्नीशयन टीम में श्री नाथूसिंह जी, शिविर टीम में श्री हरिप्रसाद जी (शिविर प्रभारी), श्री भरत जी भट्ट का पूर्ण योगदान रहा।

भायंदर (मुम्बई) में कृत्रिम अंग वितरण शिविर

नारायण सेवा संस्थान आप सभी की शुभकामनाओं व सहयोग से विश्वभर में दिव्यांग सहायता व सेवा में लिये जानी जा रही है। देश–विदेश में समय–समय पर शिविर लगाकर कृत्रिम अंगों का वितरण एवं दिव्यांग ऑपरेशन जारी है।

ऐसा ही कृत्रिम अंग वितरण शिविर 7 अगस्त 2021 को नारायण सेवा संस्थान के भायंदर (महाराष्ट्र) आश्रम में संपन्न हुआ। इस शिविर में दिव्यांग भाई–बहनों में 06 का ऑपरेशन के लिये चयन, 38 दिव्यांगों के लिये कृत्रिम अंग तथा 45 के लिये कैलिपर्स की सेवा हुई। उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री शांतिलाल जी जाघव (सहायक पुलिस आयुक्त),अध्यक्षता श्री मिलन जी देसाई (वरिष्ठ पुलिस निरीक्षक), विशिष्ट अतिथि श्री उमराव सिंह जी ओस्तवाल (संरक्षक नारायण सेवा संस्थान, भायंदर), श्रीमान कमल चंद जी लोढ़ा (मुम्बई सेवा संयोजक, नारायण सेवा संस्थान), श्री किशोर जी जैन (शाखा संयोजक, भायंदर)श्रीमती मनिषा जी जैन एवं श्री मनीष जी मुनोत (सदस्य शाखा कार्यकारिणी) कृपा करके पधारे। टेक्नीशयन टीम में श्री नाथूसिंह जी एवं श्री भंवर सिंह जी, शिविर टीम में श्री हरिप्रसाद जी (शिविर प्रभारी), श्री ललित जी लौहार (आश्रम प्रभारी, गोरेगांव), श्री मुकेश जी सेन (आश्रम प्रभारी, भायंदर) श्री शरद जी, श्री भरत जी भट्ट एवं महेन्द्र जी जाटव का पूर्ण योगदान रहा।

दीपक के जीवन में उजाला

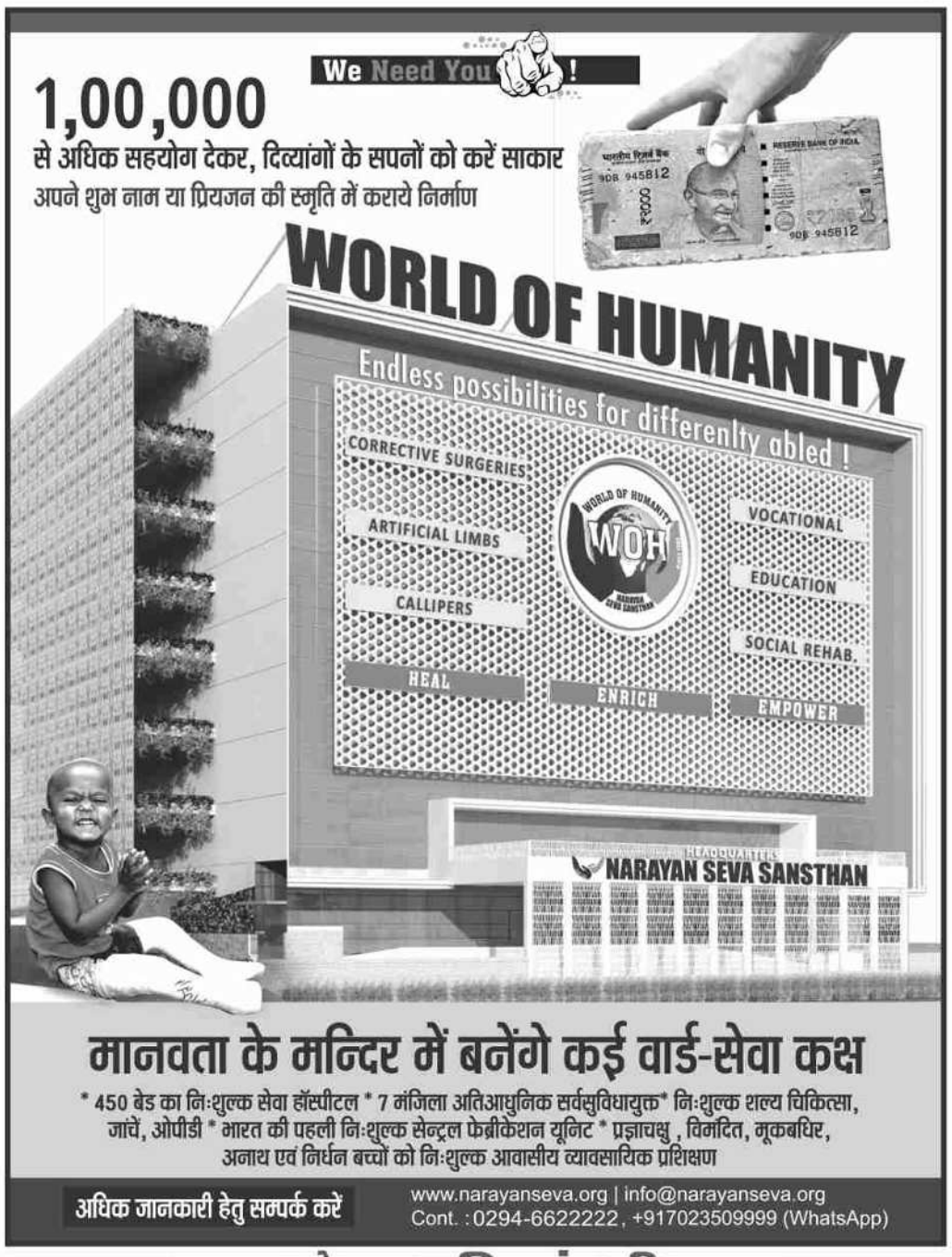
घर में पहली संतान हुई, हर्ष का वातावरण था। किन्तु वह स्थायी नहीं रह पाया। बच्चे ने जन्म तो लिया, लेकिन शारीरिक वि.ति के साथ। बाएं पांव में घुटने के नीचे वाले हिस्से में हड्डी थी ही नहीं। पांव मात्र मांस का लोथड़ा था।

राजस्थान के राजसमंद जिले की खमनोर तहसील के मचींद गांव निवासी किशनलाल की पत्नी राधाबाई ने उदयपुर के बड़े सरकारी अस्पताल में 2014 में पुत्र को जन्म दिया। डॉक्टरों ने शिशु की उक्त स्थिति को देखते हुए घुटने तक बायां पांव काटना जरूरी समझा। उन्होंने माता–पिता को बताया कि यदि ऐसा नहीं किया गया तो बच्चे के शरीर में संक्रमण फैल सकता है।

माता–पिता ने दुःखी मन से जन्म के तीसरे ही दिन बच्चे का पांव काटने की स्वीृति दी। मजदूरी करके परिवार चलाने वाले किशनलाल ने बताया कि करीब 2 माह बाद पांव का घाव सूखा और वे बच्चे को घर ले आए।

पिछले सात साल बच्चे की दिव्यांगता को देखते हुए किस तरह काटे और कैसी पीड़ा झेली इसका वे शब्दों में बयां नहीं कर सकते। ज्यों–ज्यों बच्चा बड़ा होता गया उसका दुःख भी बड़ा होता गया। सन् 2020 में उन्होंने नारायण सेवा संस्थान का निःशुल्क कृत्रिम अंग लगाने का टी.वी. पर कार्यक्रम देखा था। जो उन्हें उम्मीद की एक किरण जैसा लगा।

संस्थान अध्यक्ष प्रशान्त जी अग्रवाल ने बताया कि दीपक को लेकर उसके परिजन संस्थान में आए थे। तब कृत्रिम पैर लगाया गया। उम्र के साथ लम्बाई बढ़ने पर कृत्रिम पांव थोड़ा छोटा पड़ गया। जिसे बदलवाने हेतु शुक्रवार को दीपक अपने मामा के साथ आया। उसे कृत्रिम अंग निर्माण शाखा प्रभारी डॉ. मानस रंजन साहू ने उसके नाप का कृत्रिम पांव बनाकर पहनाया। वह अब खड़ा होकर चल सकता है।



सरहद के पार – दिव्यांग की पुकार

पाकिस्तानी दिव्यांग की कहानी उसके पिता की ही जुबानी

48 घंटे के सफर के बाद दिव्यांग बच्चे को लेकर पाकिस्तान की सरजमीं से नारायण सेवा संस्थान पहुंचे मक्सूल अहमद (दिव्यांग के पिता) अपने दिव्यांग बच्चे– शहबाज अहमद को लेकर उन्होंने कहा– हमारे मरने के बाद इस बच्चे का क्या होगा? इसका कोई तो होना चाहिये? आखिर कब तक ये घिसटती जिन्दगी जीये? टी.वी. पर देखा और चल दिये बच्चे को अपने पांव चलाने के भाव लेकर 'भारत की ओर।'

जेहन में आने से पहले चिन्ता थी कि वहां जाने के बाद क्या होगा। दूसरा देश, नये लोग, सरहदों की खींचतान और एक माता–पिता की दिव्यांग सन्तान।

जो सोचा! उसके विपरीत पाया। रेंगती जिन्दगी में जीने वाले मेरे बच्चे को– गोदी में उठा लिया– संस्थापक कैलाश 'मानव' ने एवं हमें लगाया गले। खुशी तब हुई जो गुण कैलाश जी में देखा वहीं पारिवारिक सत्कार प्रशान्त जी अग्रवाल व संस्थान साधकों में पाये। कई कठिनाइयों के बाद ये भारत पहुंचने की यात्रा पूरी की। आँख में आंसू लिये मक्सूल अहमद बोले कि–पूछे उन माता–पिताओं से जिनके बच्चे दिव्यांग हैं जब धरती पर रेंगता है उनका बच्चा तो सरहदें रास्ते रोक नहीं पाती। हमें खुशी है इस बात कि– दिव्यांगों की सरदह पार भी कोई तो है जो दिव्यांगों की पुकार को सुनता है –

खुदा के बन्दे तो है हजारों,
वनों में फिरते है मारे–मारे।
मैं उसका बन्दा बनूंगा,
जिसको खुदा के बंदों से प्यार है।।

.....इतना ही कहा और आँखों के पौर फिर से गीले हो उठे–मक्सूल अहमद (पाकिस्तान निवासी) के है।

बिना घुटने ही चलने लगा अर्पित

सहारनपुर– (उत्तरप्रदेश) जिले के गाँव भाबसी निवासी श्री धर्मवीर सिंह के पुत्र अर्पित जन्म से ही एक पांव में घुटनों से नीचे तक दिव्यांग था। गरीबी के कारण न उसका इलाज हो सका और न ही उसे पढ़ने के लिये भेजा जा सका। माता– पिता बच्चे की इस हालत और उसके भविष्य का लेकर सदैव चिंतित रहते थे घर का माहौल हर समय उदासी से भरा रहता था। धर्मवीर बताते हैं कि एक दिन उन्हें किसी परिचित ने नारायण सेवा संस्थान में दिव्यांगों की निःशुल्क चिकित्सा, कृत्रिम अंग लगाने और सहायक उपकरण दिये जाने की जानकारी दी। इसके बाद वे बेटे को लेकर उदयपुर आए और संस्थान के डॉ ए.स. चुण्डावत से मिले, जिन्होंने दिलासा देते हुए कहा कि आप बेटे को गोद में उठा कर लाए है किंतु यह अपने पांव पर खड़ा होकर चलते हुए अपने घर में प्रवेश करेगा। कुछ दिनों के इलाज के बाद उसे विशेष कैलीपर पहनाया गया। अर्पित जब पिता के साथ पुनः अपने घर के लिए रवाना हुआ तब वह संस्थान के अस्पताल से चलने हुए ही बाहर निकला। पिता ने कहा मुझे बहुत अच्छा लग रहा है। अब इसके लिए में वो सब कुछ करूंगा, जिसका सपना देखा करता था।

बच्चे हुये अनाथ, मिला का उस साया।
संस्थान ने संभाला, सेवा धर्म निभाया ।।

असहाय निराश्रित मासूम बच्चों को संस्थान में आश्रय–

नाना मीणा का परिवार उदयपुर से 20 किलोमीटर दूर .....काया आमलीघाट नाम के गांव में जैसे तैसे जीवन–यापन कर रहा था.....। निर्धनता का कष्ट सहने में असमर्थ होकर एक दिन नाना मीणा ने आत्महत्या कर ली.....

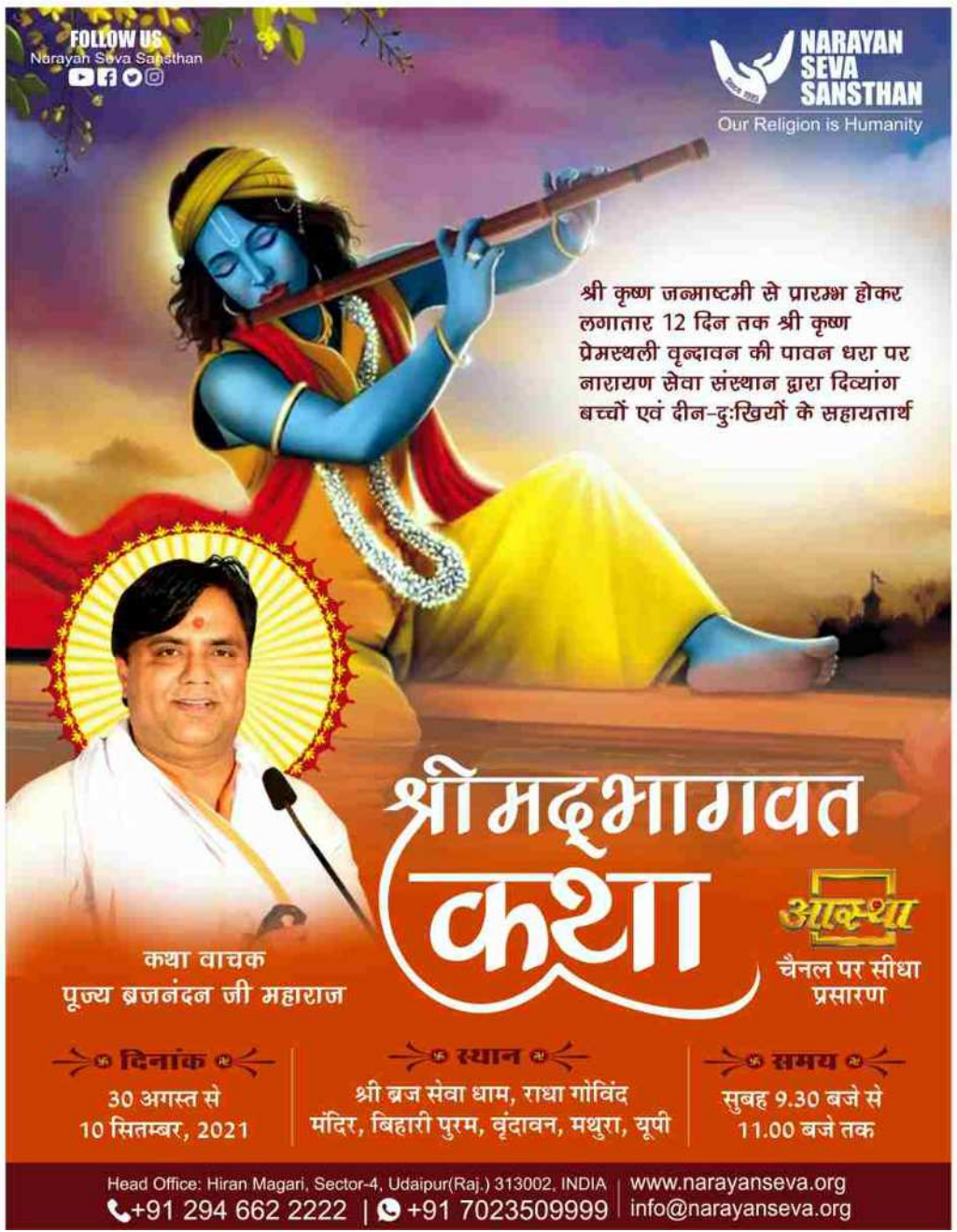
नाना मीणा की विधवा सांवली पर अपने नौ बच्चों के भरण–पोषण का दायित्व आ पड़ा जबकि परिवार में खाने को एक भी दाना नहीं था....गांव वालों ने कुछ दिनों तक इनकी सहायता की फिर भी इन्हें आधे पेट भूखे ही रहना पड़ता था।

इस परिवार की पीड़ा का समाचार संस्थान के मैनेजिंग ट्रस्टी संस्थापक श्री कैलाश जी 'मानव' तक पहुंचा..... करुण– हृदय श्री कैलाश जी मानव सा. ने संस्थान अध्यक्ष प्रशान्त जी को अविलम्ब इस परिवार की यथोचित सहायता सुनिश्चित करने का निर्देश दिया..... श्री प्रशान्त जी ने तत्काल संस्थान के साधकों को आमलीघाट भेजकर सम्पूर्ण जानकारी प्राप्त की.....

संस्थान के प्रतिनिधियों ने मृतक नाना की विधवा सांवली से अपने चार बच्चे संस्थान के निराश्रित बालगृह में भेजने का प्रस्ताव किया।

पहले तो सांवली कुछ झिझकी पर बच्चों के भविष्य की सम्भावनाओं को समझकर मान गई..... संस्थान के प्रतिनिधि सांवली के चार बच्चों– धनराज, धर्मा, मांगीलाल एवं मेवाराम को संस्थान में लेकर आये और बालगृह में प्रवेश दिलवाया।

इन बच्चों की आवास, भोजन एवं शिक्षा की सम्पूर्ण व्यवस्था संस्थान द्वारा निःशुल्क उपलब्ध करवायी जा रही है।



सम्पादकीय

समाज के उत्थान में युवा पीढ़ी का महत्व न केवल प्रासंगिक है वरन् अनिवार्य भी है। आज का युवा सामाजिक संदर्भो के प्रति उदासीन सा है। सामाजिक सरोकारों के प्रति वह असम्बद्ध सा लगता है। इसके कई कारण हो सकते हैं पर उसका यों निर्लेप रहना समाज के लिए अत्यंत नुकसानदेह है।

सामाजिक ढाँचें में जब जब भी क्रांतिकारी परिवर्तन हुए है तो उसका मूलाधार युवा ही रहा है। चाहे वे परिवर्तन सामाजिक हों, राजनीतिक हों या आर्थिक। सभी में युवाओं की भूमिका अग्रणी रही है। आज फिर समाज दोराहें पर खड़ा है। पुरातन व नूतन का भेद एक खाई का रूप लेता जा रहा है तो फिर एक ऊर्जावान व रचनात्मक वातावरण की आवश्यकता है। जो युवा वर्ग ही दे सकता है। आज युवा को न केवल सक्रिय करना आवश्यक है वरन् उसे उत्तरदायी भी बनाना होगा। इसके लिये उसकी कार्यक्षमता व कार्यशैली पर विश्वास करना ही होगा। यह हर बार प्रमाणित हुआ है कि युवाओं ने जब भी बागडोर संभाली है तो परिवर्तन का माहोल बना ही है। आज भी सकारात्मक वातावरण की आवश्यकता है, तो युवा सक्रिय हो।

कुछ काव्यमय

जीवन की सार्थकता

जिसने भी जीवन देखा
और समझा परखा है।
जनम मरण तक चलता,
सांसों का चरखा है।
बस इसका उपयोग करें
है यही गुजारिश।
तभी जगत में होती,
मानवता बरखा है।

- वरदीचन्द राव

अपनों से अपनी बात

निमित्त बनने का सौभाग्य

दिव्यांग बन्धुओं की दिव्यांगता ऑपरेशन से दूर की जाती है, किन्तु इतना मात्र पर्याप्त नहीं है।

नवयुवक सेठ की किराणे की दुकान, सामान से ठसाठस भरी पड़ी थी। एक बैल आया और गेहूँ की बोरी में मुंह मारा। हट्टे-कट्टे सेठ ने तत्काल लकड़ी उठाई और खदेड़ दिया उसे जोरों से। मार कुछ ज्यादा ही लगी उस पशु को।

दूर से नजारा देखकर सन्त ठठा कर हस दिये। आश्चर्यचकित व जिज्ञासु शिष्य की शंका समाधान करते हुए बोले-"वत्स, यही बैल पूर्व जनम मेंइस दुकान का मालिक व इसका पिता था।"

सन्त वाणी में यह कथा पढ़ी थी। कई प्रश्न मानस में तैरने लगते हैं

-इतना मोह, सांसारिक भाणों के प्रति, इतनी कामनाएँ कि दूसरे जन्म में भी मन वहीं जाये बार-बार, हीरे जैसे जीवन को पत्थर की तरह गंवाया जाना.......

प्रभु ने बहुत दिया है प्रत्येक मानव को। मनुष्ययोनि, हवा, श्वास, पानी, भोजन, मकान, पुत्रादिक, बुद्धि, वैभव, शक्ति, ज्ञान, चातुर्य, विवेक........। मनुष्य के पास जो तराजू है न! उसके एक पलड़े में यदि मिलने वाली चीजें रख दी जाय और दूसरे पलड़े में वास्तविक आवश्यकताएँ, तो उपलब्ध सुविधाओं का पलड़ा बहुत झुकेगा, पर हाय रे मानव मन! जो मिला है उसके लिए तो प्रभु को धन्यवाद देते नहीं, और जो न मिला उसकी मांग-मात्र चलती ही नहीं बढ़ती रहती है।

जब भी दो कम्बल ओढ़कर सोएँ, प्रभु से प्रार्थना करें कि हे नाथ! एक कम्बल बख्श तेरे उस बन्दे को भी जो अपने पैरों को पेट में सिकोड़ कर सोया है। हे प्रभु! पूर्ति तो आप ही करते हैं इस ब्रह्माण्ड की, पर ऐसी बना भावना, ऐसा करवा कर्म कि निमित्त बनने का सौभाग्य मुझे भी मिले...।

—कैलाश 'मानव'

सहायता का क्रम

एक युवक ने सड़क के किनारे खड़ी एक अधेड़ उम्र की महिला को देखा। शाम के धुँधलके में भी वह जान गया कि महिला को सहायता की सख्त जरूरत थी। उसने मर्सीडीज के सामने अपनी पुरानी-सी मोटर साईकिल रोकी, महिला के मुख पर एक फीकी-सी मुस्कान उभरी। पिछले एक घंटे से वह वहाँ खड़ी थी, परंतु किसी ने उसकी सहायता नहीं की। जब गरीब से दिखने वाले उस युवक को महिला ने अपनी ओर आते हुए देखा तो सोचा कि कहीं ये मुझे लूटने के इरादे से तो नहीं आ रहा है? महिला के चेहरे पर डर के भाव देखकर युवक ने प्रेमपूर्वक कहा —मैडम, मैं आपकी मदद करने आया हूँ। मेरा नाम मनोहर है।

कार का टायर पंक्चर हुआ था। मनोहर ने कार के नीचे घुसकर जैक लगाने के बाद टायर बदल दिया।

इस क्रम में उसके कपड़े गंदे हो गए थे तथा शरीर पर एक-दो जगहों पर खरोंचें भी आ गईं थीं। महिला ने सहायता के बदले रुपये देने चाहे तो मनोहर ने कहा-मैं तो आपकी सहायता करने के लिए रुका था। जब कभी किसी को सहायता की जरूरत हो तो आप उसकी सहायता कर देना। दोनों अपने-अपने रास्तों पर चल दिए।

कुछ ही दूर जाने के बाद, उस महिला को भूख लगी। उसे थोड़ी ही दूर एक छोटा-सा रेस्टोरेंट दिखाई दिया। उसने वहाँ नाश्ता करने का निश्चय किया। उसकी टेबल पर एक मजिला वेटर (परिवेषिका) जल्दी से आई। वह परिवेषिका गर्भवती थी। परंतु उसके चेहरे पर चिंता के भाव नहीं थे। वह मुस्कुरा कर अपना काम कर रही थी। कार वाली महिला उस परिवेषिका के काम से बहुत प्रभावित हुई। नाश्ता करने के बाद महिला ने परिवेषिका को 100 रुपये दिए। परिवेषिका बाकी रुपये लेने के लिए काउण्टर पर गई।

इसी बीच वह धनी महिला चुपके से चली गई। परिवेषिका जब वापस लौटी तो देखा कि वह महिला टेबल पर एक चिट्ठी के साथ 500-500 के कई नोट रख कर गई थी। उस चिट्ठी पर लिखा था -"मेरी किसी ने मदद की थी, मैं तुम्हारी मदद कर रही हूँ। मदद का यह क्रम टूटने ना देना।" यह देख कर परिवेषिका की आँखें भर आईं। वह जानती थी कि उसके प्रसव के लिए जरूरी रुपयों को लेकर उसका पति कितना चिन्तित था? शाम को वह घर पहुँची। पति बिस्तर पर थकान के मारे सोया हुआ था। वह उसके पास गई और पति के बाल सहलाती हुई बोली - हमारे पैसों की समस्या हल हो गई, मनोहर ! यह कहते हुए उसने सारा वृतान्त मनोहर को कह सुनाया। मनोहर जान गया कि उसके द्वारा की गई मदद, वापस उसके पास अन्य रूप में लौट आई थी।

सच ही कहा गया है –

कल भला, हो भला।

— सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश का कुतुहल सामाप्त होने का नाम ही नहीं ले रहा था, उसने अपने चेहरे पर मुसकान लाते हुए वह प्रश्न पूछ ही लिया जो इतनी देर उसने धैर्यपूर्वक दबाये रखा था-किस खुशी में लाये हैं ये फूल आप? वह बोला- खुशी में नहीं दुःख में लाया हूं। कैलाश का कुतुहल शांत होने की बजाय और बढ़ गया, पूछ बैठा-मैं समझा नहीं। वह बोला 180 नो रिप्लाई, 190 नो रिप्लाई, 197 नो रिप्लाई, कोई फोन काम नहीं कर रहा। इसका मतलब सब सेवाओं का देवलोक गमन हो गया है, ये फूल उन्हें श्रद्धांजलि देने ही लाया हूं, उसने फिर कहा – ये भी कम पड़ते हों तो और लेकर आऊं।

विरोध प्रदर्शन के इस शांति प्रिय तरीके से कैलाश अत्यन्त प्रभावित हुआ। गांधीगिरी की अवधारणा तो काफी वर्षो बाद देखने में आई मगर इसका प्रयोग किसी न किसी रूप में हर काल में होता रहा है। कैलाश ने अब अत्यन्त विनीत होते हुए उससे प्रार्थना की कि – हमारी इतनी इज्जत तो खराब मत करो। तब उसने कहा कि आप तो इसके भी काबिल नहीं हो।

यह वो जमाना था तब जनसेवाओं के हर क्षेत्र में सरकारी एकाधिकार था। आज तो निजी क्षेत्र के पदार्पण के कारण हर सेवा में जबर्दस्त प्रतिस्पर्धा है और उपभोक्ता के सामने ढेरों विकल्प हैं। आज तो दुनिया के किसी भी कोने में फोन मिलाओ और तुरन्त बात हो जाती है मगर तब किसी निकटस्थ गांव, कस्बे या शहर तक में बात करने हेतु घंटों लग जाते थे।

लोग ट्रंक काल बुक करा कर बैठ जाते थे और फोन मिलने का इन्तजार करते रहते थे। फोन नहीं मिलता तो लोग बार-बार ट्रंक इन्क्वायरी पर फोन करके ऑपरेटरों की मिन्नतें करते। कभी कहीं मौत-मरण की सूचना देनी होती तो ऑपरेटर भी इधर-उधर से, किसी तरह कनेक्शन जोड़ कर बात करवा देते। तब ऑपरेटर होना भी किसी हस्ती से कम नहीं होता था। कोई ऑपरेटर किसी का दोस्त या मिलने वाला होता तो यह उसके लिए किसी उपलब्धि से कम नहीं होता था।

अंश - 93

सतर्क रहे! सुरक्षित रहे!
कोरोना वायरस से सावधान रहे
क्योंकि सावधानी ही बचाव है।
कोरोना को धोना है।
नारायण सेवा संस्थान
#CoronaVirus

तिरंगा आहार

प्राकृतिक रूप से रंगीन फल–सब्जियों को खाने से न केवल पोषक तत्व अधिक मिलते हैं बल्कि इनमें भरपूर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट्स भी होते हैं जो शरीर की इम्युनिटी बढ़ाकर अंदर से मजबूत करते हैं। जानते हैं तीन रंग वाले आहार के फायदों के बारे में –

1 **केसरिया में एंटी ऑक्सीडेंट्सः** केसरिया यानी नारंगी रंग डाइट जैसे गाजर, पपीता, सेब, भुट्टा, कद्दू, टमाटर, नारंगी, नींबू आदि में बीटा कैरोटिन और एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं। संतरों में विटामिन–सी और ए होता है। ये सेल्स के लिए भी फायदेमंद होता है। इनमें मौजूद कंपाउड उच्च रक्तचाप और डायबिटीज से बचाव करने वाले माने जाते हैं।

2 **प्रोटीन से भरपूर सफेद :** मशरूम, गोभी, शलगम, मूली, लहसून, डेयरी प्रोडक्ट्स आदि हैं। इनमें कैल्शियम, पोटेशियम, आयरन और विटामिन ए अधिक होता है। इनसे इम्युनिटी भी बढ़ती है।

3 **हरे में आयरन अधिक :** हरे रंग वाले फल–सब्जियों में फाइटो केमिकल्स होते हैं, जो पेट के लिए अच्छे होते हैं। पालक, मेथी, खीरा, लौकी, मूली–सरसों, चुकंदर–चौलाई की पत्तियों में फाइबर और आयरन ज्यादा होता है। यह शरीर और आंखों की कमजोरी को दूर करने में सहायक है।

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

अनुभव अमृतम्

आप भी शिविर में भाग लीजिये। अच्छा, बैठिये आपका तो बड़ा काम है। आप कहाँ के रहने वाले है? रहने वाले बाम्बे के है मूलतः। बाम्बे से सिरोही आये, चाय पीजिये। नहीं नहीं नहीं। हमने नियम बना के रखा है पानी के अलावा कुछ भी नहीं लेते– साहब। बहुत प्रयत्न किया, पर महाराज हमारे नियम भंग हो जायेगा। आप तो अध्यात्म शिविर में, स्वाध्याय शिविर में आइयेगा। अच्छा, ये नियमावली ये कैसी लीला रचा रहे हो। खाना, पीना बंद है फिर भी आनन्द है। है, ये पत्रक है– उसका। बीस दिन बाद आयेंगे–महाराज जी, लगन लग गयी। पूरणमलजी को कहा– पूरणमलजी अच्छा कार्य लगता है। गीताजी पर प्रवचन देते हैं। हाँ, मैं भी चलूंगा, छूट्टी ले लेंगे। और अठावलेजी महाराज के आने का दिन हो गया। बस स्टेण्ड गये, कार से आने वाले थे। दो–तीन घण्टा लेट हो गये। खूब उत्सुकता से प्रतीक्षा करते रहे। पचास–साठ और भी लोग होंगे। महाराज जी आये, स्वागत किया। डाकबंगले में ठहराया, मैं वहीं पे बैठा था। दो–तीन घण्टा आये हुए हो गये थे, उनके और भी शिष्य जो पहले आ गये थे सिरोही। उनमें एक हरिभाई साहब, हरिभाई भी थे। मैंने उनकी तारीफ की। मैंने कहा– महाराज जी आपके शिष्य तो बहुत अच्छे हैं। उनकी आँखों में दो बूंद अश्रु टपक पड़े बोले– बहुत कठिनता से कैलाशजी शिष्यों को पाया है। भगवान ने बहुत तपस्या कराई है।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 220 (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, टेन नम्बर JDHN01027F

Bank Name	Branch Address	RTGS/NEFT Code	Account
State Bank of India	H.M.Sector-4	SBIN0011406	31505501196
ICICI Bank	Madhuban	ICIC0000045	004501000829
Punjab National Bank	KalajiGoraji	PUNB0297300	2973000100029801
Union Bank of India	Udaipur Main	UBIN0531014	310102050000148

संस्थान को दिया गया दान-सहयोग आयकर अधिनियम 1961 की धारा 80G के अन्तर्गत 50 प्रतिशत नियमानुसार छूट के योग्य है।

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