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 - 10 • अंक-2666 • उदयपुर, बुधवार 13 अप्रैल, 2022 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

बीदर (कर्नाटक), दिव्यांग जाँच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर

दिव्यांगजनों को समाज की मूलधारा में लाने तथा उन्हें सकलांग बनाने के लिए नारायण सेवा संस्थान जाँच, उपकरण वितरण, कृत्रिम अंग माप व वितरण तथा ऑपरेशन का काम सतत् कर रहा है।

ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर गत फरवरी में पन्नालाल हिरालाल शिशण संस्था में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता श्री भगवत जी खुबा माननीय मंत्री भारत सरकार रहे। शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 37, कृत्रिम अंग वितरण 24, कैलिपर माप वितरण 09, बचे हुए कृत्रिम अंग 03, बचे हुए केलीपर 02 की सेवा हुई। उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्रीमान् राजकुमार जी अग्रवाल (अध्यक्ष अग्रवाल समाज), अध्यक्षता श्रीमान् नागराज जी करपुर (इंजीनियर), विशिष्ट अतिथि श्रीमान् अमर जी हिरेमत (सहायक केन्द्रीय मंत्री), श्री ब्रिजकिशोर जी मालाली (मंत्री, संस्था), श्रीमान् पुनीत जी बलवीर (गुरुद्वारा समिति सदस्य) रहे।

शिविर टीम में श्री हरिप्रदसाद जी (शिविर प्रभारी), श्री गोपाल जी गोस्वामी (सहायक), श्री किशन जी सुथार पटेल (टेक्नीशियन) ने भी सेवायें दी।

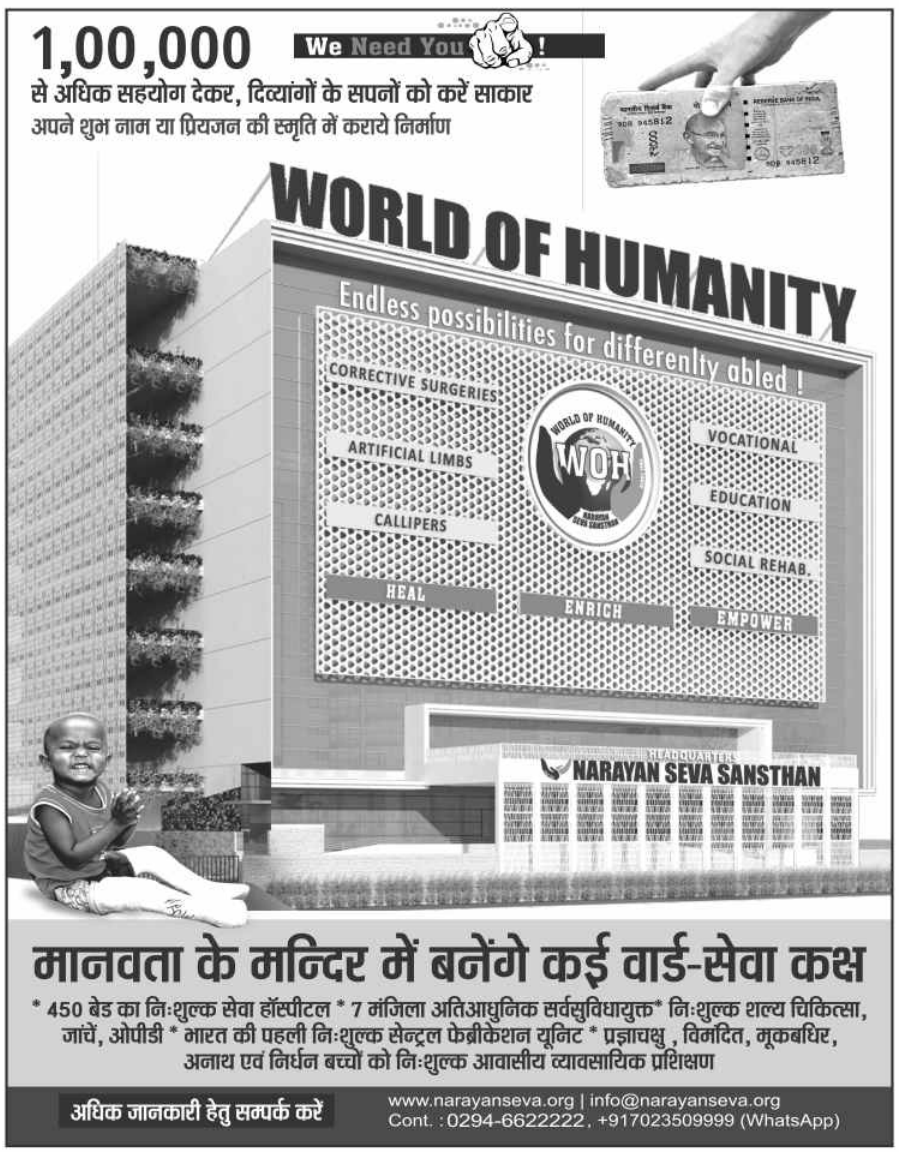
भिण्ड (मध्यपद्रेश), दिव्यांग जाँच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर

दिव्यांगजनों को समाज की मूलधारा में लाने तथा उन्हें सकलांग बनाने के लिए नारायण सेवा संस्थान जाँच, उपकरण वितरण, कृत्रिम अंग माप व वितरण तथा ऑपरेशन का काम सतत् कर रहा है।

ऐसा ही एक और विशाल निःशुल्क दिव्यांग जाँच, उपकरण वितरण तथा कृत्रिम अंग माप शिविर जनवरी 2022 में जिला चिकित्सालय, भिण्ड में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्ता महिला बाल विकास व सक्षम भिण्ड रहे। इस शिविर में कुल रजिस्ट्रेशन 274, कृत्रिम अंग माप 53, कैलिपर माप 36, की सेवा हुई। तथा 14 का ऑपरेशन के लिये चयन किया गया।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री रामदास जी महाराज (आचार्य महामण्डलेश्वर), अध्यक्षता श्री अटल बिहारी जी टॉक (एडवोकेट), अतिथि श्री अजीत जी मिश्रा (मुख्य चिकित्सा, एवं स्वास्थ्य अधिकारी, भिण्ड), श्री डॉ. अनिल जी गोपल (सिविल सर्जन भिण्ड), श्री हर्षवर्धन जी (सचिव

सक्षम), श्री शिवभान सिंह जी (सचिव, महिला बाल विकास भिण्ड), श्री उपेन्द्र जी व्यास (प्रभारी महिला बाल विकास)। कैलीपर्स माप टीम सुश्री नेहा जी अग्निहोत्री (पी.एन.डो.), श्री भगवती जी (टेक्नीशियन), डॉ. गजेन्द्र जी (जांचकर्त्ता) शिविर टीम श्री मुकेश जी शर्मा (शिविर प्रभारी), श्री देवीलाल जी, श्री हरीश जी रावत, (सहायक), श्री अनिल जी पालीवाल (कैमरामेन) ने भी सेवायें दी।



ईमानदारी ही सफलता की कुंजी

पुराने समय में एक राजा के तीन बेटे थे। वह तीनों से ही बहुत प्रेम करता था। जब राजा बूढ़ा हुआ तो वह सोचने लगा कि तीनों बेटों में से अगला राजा किसे नियुक्त किया जाए। बहुत सोच–विचार करने के बाद भी राजा ने अपने तीनों बेटों को बुलवाया।

राजा ने तीनो बेटों को एक–एक बीज दिया और कहा कि अब से छह महीने के बाद जिसका पौधा सबसे अच्छा होगा, उसे राजा घोषित किया जाएगा। इसीलिए अपने–अपने बीज ले जाओ और शाही बाग में एक–एक गमले में इन्हें उगाओ। इनकी अच्छी तरह देखभाल करना।

तीनों राजकुमारों ने अपना –अपना बीज लिया और शाही महल में एक–एक गमले में बीज लगा दिया। तीनों भाइयों ने बहुत अच्छी तरह गमलों में खाद–पानी डाला। धूप–छांव का ध्यान रखा। दो भाइयों के पौधे तो बहुत अच्छी तरह पनप गए। लेकिन, छोटे राजकुमार का पौधा नहीं पनपा। दोनों राजकुमार छोटे भाई के गमले को देखकर उसका मजाक उड़ाते थे, क्योंकि उसके गमले में पौधा पनपा नहीं तो गमला खाली ही था। इसी तरह छह माह बीत गए। राजा ने तीनों राजकुमारों से अपने–अपने गमले लेकर आने के लिए कहा।

तीनों भाई अपने–अपने गमले लेकर राजा के सामने पहुंच गए। छोटे राजकुमार ने राजा को बताया कि उसने बहुत मेहनत की, लेकिन मेरा बीज तो पनपा ही नहीं। राजा ने तीनों गमले बहुत ध्यान से देखे और बोला कि अब समय आ गया है कि मैं तुम्हें बता दूं कि अगला राजा कौन बनेगा?

दोनों बड़े राजकुमार खुश थे। छोटे राजकुमार ने सोचा कि उसका तो पौधा ही नहीं उगा तो मेरा राजा बनना तो मुश्किल है। राजा ने कहा कि अब इस राज्य का उत्तराधिकारी सबसे छोटा राजकुमार होगा।

ये सुनकर दोनों बड़े राजकुमार चौंक गए। राजा ने फिर कहा कि मैंने तुम तीनों को खराब बीज दिए थे। वो उग ही नहीं सकते थे। तुम दोनों भाइयों ने अपने–अपने बीज बदल दिए। लेकिन, छोटे राजकुमार ने ईमानदारी से उसी बीज की देखभाल की और जब बीज नहीं पनपा तो वह उसी गमले को लेकर यहां आया है। उसने ईमानदारी नहीं छोड़ी, लेकिन तुम दोनों ने बेईमानी की है। एक राजा को हमेशा ईमानदार रहना चाहिए। छोटे राजकुमार ने ईमानदारी का साथ दिया है, इसीलिए अब वही इस राज्य का राजा बनेगा।

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

ये भावों की क्रांति। रावण के पास तामसिकता की क्रांति। मारीच को कहा– मैं तुझे मार डालूंगा। यदि तूं मेरे शड़यंत्र में भाामिल नहीं हुआ, एक तो महापापी फिर मारीच को अपने साथ ले लिया। मारीच के बारे में रामचरितमानस में कहा है–वो जानता था रामचन्द्रजी प्रभु विश्णु के अवतार है। वो भाांताकारम् भुजंगभायनम् के अवतार है, वो नील सद ा के अवतार है, वो भांख, चक्र, गदा, पद्म के अवतार है। वो जानता था, जब रावण ने कहा कि–तूने यदि मेरा साथ नहीं दिया। कुमार्ग में साथ नहीं देना चाहिये भले ही मरना पड़े। और मारीच ने सोचा– इधर राम भगवान है। मैं जानता हूँ मनुश्य रूप में लीला करने पधारे है। मैं जानता हूँ ये रावण के मन में बड़ी दुश्टता है। केवल रावण का संहार करने के लिये राम भगवान का अवतार नहीं हुआ, रावण रूपी जो नीचता है, रावण रूपी जो कुबुद्धि है, रावण रूपी जो कुभाव है, रावण रूपी जो कुलक्षण है। ऐसे रावण रूपी विचारों का, एक रावण को मारना क्या ? भगवान राम ने तो कहा–लक्ष्मण अपने पैर की सबसे छोटी अंगुली के एक स्प ा मात्र से रावण को मार सकते हैं। हाँ, रावण को मारना कौनसी बड़ी बात है।

सत्य –सत्य है एकमुखी है,
उसके दो मुख कभी नहीं होते।
दंभ एक ही वह रावण है,
जिसके दस क्या शतमुख होते।।

जीवन की सच्चाई

एक बार कागज का एक टुकड़ा हवा के वेग से उड़ा और पर्वत के शिखर पर जा पहुँचा। पर्वत ने उसका आत्मीय स्वागत किया और कहा–भाई । यहाँ कैसे पधारे? कागज ने कहा–अपने दम पर।

जैसे ही कागज ने अकड़ कर कहा अपने दम पर और तभी हवा का एक दूसरा झोंका आया और कागज को उड़ा ले गया।

अगले ही पल वह कागज नाली में गिरकर गल–सड़ गया। जो दशा एक कागज की है वही दशा हमारी है। पुण्य की अनुकूल वायु का वेग आता है तो हमें शिखर पर पहुँचा देता है और पाप का झोंका आता है तो धरातल पर पहुँचा देता है।'

'किसका मान? किसका गुमान? सन्त कहते हैं कि जीवन की सच्चाई को समझो। संसार के सारे संयोग हमारे अधीन नहीं हैं।

कर्म के अधीन हैं और कर्म कब कैसी करवट बदल ले कोई भरोसा नहीं । इसलिए कर्मों के अधीन परिस्थितियों का कैसा गुमान?'

दिव्यांग, अनाथ, असहाय एवं वंचितजन की सेवा में सतत सक्रिय संस्थान के विभिन्न सेवा प्रकल्पों में करें सहयोग

कृपया अपने परिजनों या स्वयं के जन्मदिन, शादी की वर्षगांठ पुण्यतिथि को बनायें यादगार..

जन्मजात पोलियो ग्रस्त दिव्यांगों के ऑपरेशनार्थ सहयोग राशि

ऑपरेशन संख्या	सहयोग राशि	ऑपरेशन संख्या	सहयोग राशि
501 ऑपरेशन के लिए	17,00,000	40 ऑपरेशन के लिए	1,51,000
401 ऑपरेशन के लिए	14,01,000	13 ऑपरेशन के लिए	52,500
301 ऑपरेशन के लिए	10,51,000	5 ऑपरेशन के लिए	21,000
201 ऑपरेशन के लिए	07,11,000	3 ऑपरेशन के लिए	13,000
101 ऑपरेशन के लिए	03,61,000	1 ऑपरेशन के लिए	5000

निर्धन एवं दिव्यांगों को खिलाएं निवाला

आजीवन भोजन/नाश्ता सहयोग मिति

(वर्ष में एक दिवस 50 दिव्यांग, निर्धन एवं अनाथ बच्चों के लिए भोजन/नाश्ता सहयोग हेतु मदद करें)

नाश्ता एवं दोनों समय भोजन सहयोग राशि	37000/-
दोनों समय के भोजन की सहयोग राशि	30000/-
एक समय के भोजन की सहयोग राशि	15000/-
नाश्ता सहयोग राशि	7000/-

दुर्घटनाग्रस्त एवं जन्मजात दिव्यांगों को दें कृत्रिम हाथ-पैर और सहायक उपकरणों का उपहार

वस्तु	सहयोग राशि (एक नग)	सहयोग राशि (तीन नग)	सहयोग राशि (पाँच नग)	सहयोग राशि (ग्यारह नग)
तिपहिया साईकिल	5000	15,000	25,000	55,000
व्हील चेयर	4000	12,000	20,000	44,000
केलीपर	2000	6,000	10,000	22,000
वैशाखी	500	1,500	2,500	5,500
कृत्रिम हाथ/पैर	5100	15,300	25,500	56,100

गरीब दिव्यांगों को बनाएं आत्मनिर्भर

मोबाइल /कम्प्यूटर/सिलाई/मेहन्दी प्रशिक्षण सौजन्य राशि

1 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि- 7,500	3 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि -22,500
5 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि- 37,500	10 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि -75,000
20 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि- 1,50,000	30 प्रशिक्षणार्थी सहयोग राशि -2,25,000

सम्पादकीय

राष्ट्र रक्षा का दायित्व किसका है ? क्या सरकार के जिम्मे यह है, क्या सेना के जिम्मे है या जनता के ? ये सभी घटक यों तो एक ही इकाई है। मोटे तौर पर इन्हें समवेत रूप में ही देखा जाता है। किन्तु जब भी राष्ट्र रक्षा का प्रश्न आता है तो लोग सेना और सरकार को ही उत्तरदायी मानते हैं हमने राष्ट्ररक्षा के लिये अपने मन में यह बिठा दिया है कि केवल सीमा पर जाकर लड़ना ही राष्ट्र रक्षा है। यह विचार एकांगी है। वास्तव में तो हर देशवासी का दायित्व है देश की रक्षा करना। यह ठीक है कि सभी के राष्ट्र रक्षा के उपक्रम अलग–अलग होंगे, पर उनका परिणाम एक सा होगा। हमें देशवासी के रूप में, राष्ट्र–संतान के रूप में जो भी कार्य मिला है उसे पूरे मन से संपादित करेंगे तो यह भी राष्ट्र सेवा ही है। राष्ट्र की रक्षा या सेवा कोई एक या कोई विशेष कार्य ही नहीं है। राष्ट्र तो अनेक आयामों से सुदृढ़ होता है अतः यह न सोचें कि सैनिक होना या सरकार में रहकर ही राष्ट्र रक्षा संभव है। राष्ट्र रक्षा तो कदम– कदम पर होती है।

कुछ काव्यमय

राष्ट्र रक्षा के लिये हमें,
संकल्पित होना होगा।
अपने कर्तव्यों के बीजों
को हमको बोना होगा।
हर व्यक्ति अपने स्तर पर ही
करता रहे देश का काम।
समृद्ध होगा, सुदृढ़ होगा,
होगा जग में देश का नाम।

क्षमताओं को व्यापक बनाएं

ऊर्जा व उद्देश्य रखने वाले सफलता पाते हैं। जो माता–पिता कठिन परंतु वास्तविक चुनौतियों का सामना करते हैं, वे सफलता का अनुमोदन करते हैं, सफलता को सहज लेते हैं और उनके बच्चे अधिकतम आत्मविश्वासी होते हैं। समय आने पर संसार सभी प्रश्नों का उत्तर पा जाता है। सपनों को जीना आरंभ करने पर शक्ति आती है। प्रत्येक संघर्ष में मील का पत्थर बनने के लिए महत्वाकांक्षा जीवन का प्राणतत्व है। महत्वाकांक्षा सबसे दृढ़ एवं रचनात्मक शक्ति है। जीवन का अर्थ महत्वाकांक्षा है। यह ऊर्जा और दृढ़ता का समन्वय है। जहां स्पष्ट लक्ष्य नैतिक संरचना के साथ होते हैं। जीतना या प्राप्त करना सभी को प्रिय लगता है। जीतना गति की तीव्रता को कई गुना बढ़ाता है। जीतने पर अगली बार की चुनौतियों के लिए और अधिक तैयार होने के लिए अवसर मिल जाता है। जो कुछ भी पहले से है, उससे संतुष्ट न होना ही महत्वाकांक्षा है। क्षमताओं और निपुर्णताओं को व्यापक करने के लिए क्रिया और आगे बढ़ने का प्रयास अनिवार्य है। चुनौतियां लेना महत्वाकांक्षा की प्रक्रिया का एक भाग है। मानव व्यवहार के सभी संवेगों में महत्वाकांक्षा सबसे शक्तिशाली है। इसमें बहुत कुछ खोना भी पड़ता है। चुनौतियां काम को अधिक संतोषजनक बनाती है। महत्वाकांक्षा सभी में पायी जाती है, पर इसका एक पैमाना होता है जिस पर निर्भर करता है कि कितनी दूर जाने की इच्छा है और कितने में प्रसन्नता कायम रह सकती है। महत्वाकांक्षा ऊर्जा व दृढ़ता है परंतु यह लक्ष्यों को पूर्ण करने का आमंत्रण भी है।

ऊर्जा व उद्देश्य रखने वाले सफलता पाते हैं। जो माता–पिता कठिन परंतु वास्तविक चुनौतियों का सामना करते हैं, वे सफलता का अनुमोदन करते हैं, सफलता को सहज लेते हैं और उनके बच्चे अधिकतम आत्मविश्वासी होते हैं।

सुख के सूत्र की यह उड़ान मूल्यवान है। मनुष्य से बड़ा कोई सत्य नहीं है। पुरुषार्थ में आस्था, विश्वास और संघर्ष की विजय का संदेश छिपा रहता है। किसी को पकड़कर कभी कोई शिखर पर नहीं पहुंचता। – **कैलाश 'मानव'**

पाप का गुरु

एक पण्डित जी कई वर्षों तक काशी में शास्त्रों का अध्ययन करने के पश्चात् अपने गाँव लौटे। वहाँ पर एक किसान ने पण्डित जी से पूछा – पाप का गुरु कौन है? किसान का प्रश्न सुनकर पण्डित जी चकरा गए। भौतिक एवं आध्यात्मिक गुरु तो होते हैं, परंतु पाप का भी गुरु होता है, यह बात उनकी समझ और अध्ययन से दूर थी। पण्डित जी को लगा कि उनका अध्ययन अधूरा है, अतः वह पुनः काशी लौटे और अनेक पण्डितों तथा गुरुओं से इस प्रश्न का उत्तर पूछा, परंतु कोई भी उन्हें सही व संतुष्टिदायक उत्तर नहीं दे पाया। अचानक एक दिन उनकी मुलाकात एक वेश्या से हो गई, जिसने उनसे उनकी परेशानी का कारण पूछा तो पण्डित जी ने किसान वाला प्रश्न दोहरा दिया। वेश्या ने उत्तर दिया– पण्डित जी, इस प्रश्न का

उत्तर है तो बहुत आसान, परंतु इसके लिए आपको कुछ दिनों तक मेरे पड़ोस में रहना होगा। पण्डित द्वारा बात स्वीकार कर लेने के उपरान्त वेश्या ने उनके लिए उसके पड़ोस में रहने की व्यवस्था करवा दी। पण्डित जी किसी अन्य के हाथ का बना हुआ खाना नहीं खाते थे, वे आचार–विचार के सिद्धान्तों के पक्के अनुयायी थे। कुछ दिन तो कुशलपूर्वक बीते, परंतु उन्हें उनके प्रश्न का उत्तर नहीं मिला। एक दिन वेश्या ने पण्डित से कहा –आपको खाना बनाने आदि में बहुत परेशानी होती होगी। आप कहें तो मैं नहा–धोकर आपके लिएखाना बना दिया करूँगी तथा दक्षिणा के रूप में प्रतिदिन पाँच स्वर्ण मुद्राएँ भी दिया करूँगी। स्वर्ण मुद्राओं का नाम सुनकर पण्डित के मुँह से लार टपकने लगी। पण्डित जी ने मन ही मन पके–पकाए भोजन और स्वर्ण मुद्राओं के बारे में दोनों हाथों में लड्डू के समान सोचा। इसी लोभ में पण्डित जी अपने नियम, धर्म, व्रत, आचार–विचार सब कुछ भूल गए। पण्डित जी ने वेश्या की बात में हामी भर दी और चेतावनी देते हुए कहा – इस बात का विशेष ध्यान रखना कि मेरी कोठी में आते–जाते तुम्हें कोई देखे नहीं। पहले ही दिन वेश्या ने नाना प्रकार के स्वादिष्ट पकवान बनाकर पण्डित जी के सामने परोस दिए। पकवान देखकर पण्डित जी बहुत खुश हो गए। पर ज्यों ही उन्होंने खाने के लिए हाथ आगे बढ़ाया, त्यों ही वेश्या ने परोसी हुई थाली खींच ली। इस बात से पण्डित जी क्रुद्ध हो गए और बोले –यह क्या मजाक है?

तब वेश्या ने उत्तर दिया –यह मजाक नहीं है, यह तो आपके प्रश्न का उत्तर है। यहाँ आने से पहले आप भोजन तो दूर, किसी के हाथ का पानी भी नहीं पीते थे, परंतु स्वर्ण मुद्राओं के लोभ में आपने मेरे हाथ का बना भोजन करना भी स्वीकार कर लिया, यह लोभ ही तो पाप का गुरु है। पण्डित को उनके प्रश्न का उत्तर मिल चुका था कि लोभी व्यक्ति ही पाप करता है। –**सेवक प्रशान्त भैया**

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

कैलाश को ज्योतिष में तो कोई दिलचस्पी नहीं थी मगर तरह तरह के लोगों से मिलने में उसे बड़ा मजा आता था, व्यक्ति कैसा भी हो, कुछ न कुछ उससे सीखने को मिल ही जाता है। कैलाश, पोस्ट मास्टर के साथ ज्योतिषि के घर की तरफ चल पड़ा। घर छोटा ही था, कमरे में सामने ही ज्योतिषि बैठे थे, कैलाश कमरे के बाहर जूते उतार रहा था, ज्योतिषि की निगाहें उसी को घूर रही थी। ज्यूं ही उसने कमरे में प्रवेश कर प्रणाम किया, ज्योतिषि बोल उठे– इन्स्पेक्टर साहब ! आपका तो दो–तीन दिनों में स्थान परिवर्तन का योग है।

कैलाश ने उनके समक्ष बैठते हुए कहा कि अभी तो उसे यहां आये दो महीने भी नहीं हुए हैं, सिरोही से घर का सामान आये ही 10–15 दिन हुए हैं, झालावाड़ में ढंग से रहना शुरू ही किया है आप मुझे वापस भेज रहे हैं। कैलाश को ज्योतिशि की बात पर रत्ती भर भी यकीन नहीं था मगर अपने स्वभाव के अनुसार विनम्र होते हुए ज्योतिषि की भविष्यवाणी का प्रतिकार करने की कोशिश की।

ज्योतिषि ने कहा–आपके कहने और अनुभव करने से क्या होता है ? आपके मस्तिष्क की रेखाएं सब बता रही हैं। कैलाश ने फिर कहा कि साल भर तो उसे यहां रहना ही है, इतनी जल्दी ट्रान्सफर थोड़े ही हो सकता, उसकी वाणी में उपेक्षा का भाव झलकने लगा था। ज्योतिषि ने मुस्कुराते हुए कैलाश की बात सुन ली और आशीर्वाद स्वरूप अपना हाथ ऊपर उठा लिया। कुछ देर इधर–उधर की बातें करने के बाद कैलाश वापस झालावाड़ रवाना हो गया।

घर पहुँचते पहुँचते अंधेरा हो गया था। हाथ–मुँह धो ताजा हो कर वह भोजन करने बैठा। कल्पना ने भोजन परोसते हुए कहा कि आपके लिये एक चिट्ठी आई हैं, कमला तुरन्त बीच में टोकते हुए बोल उठी – कोई खास बात नहीं है, आप तो भोजन करो।

भोजन के पश्चात् आरामी से उसने चिट्ठी खोली। चिट्ठी पढ़ते ही उसके विस्मय का पारावार नहीं था। उसका स्थानान्तरण सरदार शहर कर दिया गया था। यह पढ़ते ही उसे ज्योतिषि की याद आ गई और वो स्वयं को धिक्कारने लगा कि किस तरह उसने एक महान भविष्यवेत्ता की उपेक्षा कर उसका अपमान किया। उसकी ज्योतिषि के प्रति अगाध श्रद्धा हो गई।

अंश - 063

स्वमूल्यांकन

एक छोटा बच्चा एक बड़ी दुकान पर लगे टेलीफोन बूथ पर जाता हैं और मालिक से छुट्टे पैसे लेकर एक नंबर डायल करता हैं। दुकान का मालिक उस लड़के को ध्यान से देखते हुए उसकी बातचीत पर ध्यान देता है। लड़का– मैडम क्या आप मुझे अपने बगीचे की साफ सफाई का काम देंगी? औरत– (दूसरी तरफ से) नहीं, मैंने एक दूसरे लड़के को अपने बगीचे का काम देखने के लिए रख लिया हैं। लड़का– मैडम मैं आपके बगीचे का काम उस लड़के से आधे वेतन में करने को तैयार हूँ! औरत– मगर जो लड़का मेरे बगीचे का काम कर रहा हैं उससे मैं पूरी तरह संतुष्ट हूँ लड़का– (और ज्यादा विनती करते हुए) मैडम, मैं आपके घर की सफाई भी फ्री में कर दिया करूँगा!! औरत– माफ करना मुझे फिर भी जरुरत नहीं हैं धन्यवाद।

लड़के के चेहरे पर एक मुसकान उभरी और उसने फोन का रिसीवर रख दिया। दुकान का मालिक जो छोटे लड़के की बात बहुत ध्यान से सुन रहा था। वह लड़के के पास आया और बोला– बेटा मैं तुम्हारी लगन और व्यवहार से बहुत खुश हूँ, मैं तुम्हे अपने स्टोर में नौकरी दे सकता हूँ। लड़का– नहीं सर, मुझे जॉब की जरुरत नहीं हैं । आपका धन्यवाद। दुकान मालिक– (आश्चर्य से) अरे, अभी तो तुम उस लेडी से जॉब के लिए इतनी विनती कर रहे थे। लड़का– नहीं सर, मैं अपना काम ठीक से कर रहा हूँ कि नहीं बस मैं ये चेक कर रहा था, मैं जिससे बात कर रहा था, उन्ही के यहाँ पर जॉब करता हूँ। बस में तो अपने काम का स्वमूल्यांकन कर रहा था।

ब्लड प्रेशर की बढ़ने की समस्या को शरीर में इन बदलावों से जाने

आजकल बदलते खानपान और रहन सहन के कारण हाई ब्लड प्रेशर की समस्या आम बात हो गई है। सामान्य स्वास्थ्य वाले व्यक्ति का उच्चतम रक्तचाप 120 तथा न्यूनतम 80 होता है। सेहतमंद रहने के लिए रक्तचाप सामान्य रहना बहुत जरूरी है। तो आइये आज हम आपको बताते हैं कि हाई ब्लड प्रेशर की समस्या होने से पहले शरीर में होते है ये बदलाव।

प्रारंभिक लक्षण में संबंधित व्यक्ति के सिर के पीछे और गर्दन में दर्द रहने लगता हैं। कई बार इस तरह की परेशानी को वह नजरअंदाज कर जाता है, जो आगे चलकर गंभीर समस्या बन जाती है।

यदि आप खुद को ज्यादा तनाव में महसूस कर रहे हैं, तो यह उच्च रक्तचाप का संकेत हो सकता है। ऐसे में व्यक्ति को छोटी–छोटी बातों पर गुस्सा आने लगता है। कई बार वह सही–गलत की भी पहचान भी नहीं कर पाता।

कई बार शरीर में कमजोरी के कारण भी सिर चकराने की परेशानी हो सकती है। ऐसे कोई लक्षण दिखाई दें, तो पहले अपने डॉक्टर से परामर्श लें।

यदि आपको थोड़ा काम करने पर थकान महसूस होती है या जरा सा तेज चलने पर परेशानी होती है या फिर आप सीढ़ियां चढ़ने में काफी थक जाते है, तब भी उच्च रक्तचाप से ग्रस्त हो सकते हैं। यदि नाक से खून आए, तब भी आपको जांच करानी चाहिए। आमतौर पर उच्च रक्तचाप के रोगियों के साथ यह समस्या होती है कि उन्हें रात में नींद आने में परेशानी होती है। हालांकि यह परेशानी किसी चिंता के कारण या अनिंद्रा की वजह से भी हो सकती है। यदि आप महसूस करते हैं कि आपके हृदय की धड़कन पहले के मुकाबले तेज हो गई हैं या आपको अपने हृदय क्षेत्र में दर्द महसूस हो रहा है, तो यह उच्च रक्चाप का भी कारण हो सकता है।

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

खुशियों की बहार आई

मेरा नाम सोनू, उम्र 13 वर्ष है। मेरे पिता जी श्री प्रभुनाथ जी है। हम जिला सिवान बिहार के निवासी है। मेरे दोनों पैरों में पोलियो हो गया है। मेरे पिताजी ने मेरा काफी जगहों पर इलाज करवाया पर कहीं से भी विश्वास पूर्ण जवाब नहीं मिला। एक दिन मैं सड़क पर घिसटते हुए चल रहा था कि एक व्यक्ति ने मुझे बोला कि तुम नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर में चले जाओ, और वहाँ पर निःशुल्क ऑपरेशन किया जाता है। मैं उससे संस्थान का पता लेकर घर गया, और घर वालों को बताया। मेरे पिता जी मुझे संस्थान में लाये। मेरे पैरों का ऑपरेशन हो गया। मैं अब अपने पैरों पर खड़ा हो सकता हूँ। मेरे जीवन में एक खुशी की बहार आ गयी है।

अनुभव अमृतम्

ये निर्बल बच्चों के लिए, ये अनाथ बच्चों के लिए छात्रावास बनाया जाना है। यह भगवान ने आज्ञा दी, व उसके कमरे कुछ बडे कमरे बनेंगे। कुछ छोटे कमरे बनेंगे। उसके लिए रसोई स्टोर बनेंगे, बच्चों की भोजनाशाला बनेगी। बीस हजार रुपये 10ग12 व 10ग15 के कमरे का दान का रखा गया। और उससे बडा कमरा जो 20ग15 अर्थात जो 300 स्क्वायर फिट है, उसका 35,000 रुपये दान रखा गया। जो कक्ष का दान करते हैं, उस पर मार्बल का 3ग2 पत्थर लगेगा, खुदाई द्वारा आपके द्वारा ये दान दिया गया है, ये आपके माता–पिता के अमुक स्थिति में दिया गया है, आपके दादा जी दादी की अमुक कृपा आपके परिवार के सदस्यों के शुभ नाम। ऐसी एक योजना उन्ही परमात्मा ने बनाई, जिन परमात्मा ने अलसीगढ के कैम्प में माननीय कलक्टर साहब को भेजा था, कलक्टर साहब ने जब कहा था, आपका कार्यालय कहाँ है? छात्रावास कहाँ है? मैंने कहा साहब हमारा कोई कार्यालय नहीं है।

पी, एण्ड. टी कलोनी में मेरा आवास है। उसी में भगवान सबकुछ कराता है। नीचे चौक है, एक खुला शटर लगा हुआ ,हॉल है, दो तीन कमरे हैं, शटर लगे हुए हैं, हॉल के बाहर भटटी लगी हुई है। जहाँ कड़ा लगा हुआ है। उस हॉल में कुछ चदद्र बिछे हुए हैं लोहे के। पौष्टिक आहार बनता है, अग्नि देवता की कृपा होती है, सोयाबीन तेल है, आटा है, पौष्टिक आहार बन गया, 100 ग्राम रोज का खावें, डेढ किलो की थैली है।

15 दिन तक एक मेम्बर 100 ग्राम, जिनके घर में 05 मेम्बर है। उनको 05 थैली भगवान दिलवाते हैं। प्लॉट भगवान ने दिलवा दिया, उसी प्लॉट का नक्शा बनाया गया। बंगलौर में आदरणीय सुरेश जी जैन साहब, मूणोत जिनकी गौत्र है। वो मुझे सम्बन्धी के पास ले गये, कहीं से पाँच हजार, कहीं से ग्यारह हजार, कहीं से इक्सीस हजार, दिलवाये। उन्होंने कहा 03 दिन बाद मेरे ससुराल चलेंगे, और कहा बाबू जी धारवाड में भी मेरे पहचान वाले हैं। कपडे का व्यापार करते हैं। मेरे एक कजिन ब्रदर भी वहाँ रहते हैं।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 416 (कैलाश 'मानव')

आपश्री का सहयोग मिले : प्रार्थना

भारत के विभिन्न शहरों में 720 स्नेह मिलन
2026 के अंत तक 720 मिलन समारोह आयोजित करने का संकल्प

960 शिविरों द्वारा निःशुल्क जांच एवं उपचार
2026 के अंत तक 960 आर्टिफिशियल लिम्ब केम्प लगाये जायेंगे।

1200 नई शाखाएं
2026 के अंत तक 1200 नई शाखाएं खोलने का लक्ष्य।

120 कथाएं
2026 के अंत तक विभिन्न शहरों में 120 कथाएं आयोजित की जायेंगी।

वर्ल्ड ऑफ ह्यूमैनिटी
2026 के अंत तक वर्ल्ड ऑफ ह्यूमैनिटी का निर्माण पूर्ण होकर 10 हजार से अधिक लोग लाभान्वित होंगे।

नारायण सेवा केन्द्र
आगामी 5 वर्षों में संस्थान के वर्तमान में संचालित सभी केन्द्रों में रोजगारोन्मुखी प्रशिक्षण आरम्भ किये जायेंगे।

विदेश में सेवा प्रकल्पों का विस्तार

26 देशों में पंजीयन
वर्ष 2026 के अंत तक 26 देशों में संस्थान के पंजीकृत कार्यालय खोलने का लक्ष्य

6 से सेवा केन्द्र का शुभारम्भ
6 से अधिक देशों में केन्द्र स्थापित कर संस्थान सेवाओं को देगा विस्तार

20 हजार दिव्यांगों को लाभ
विदेश के 20 हजार से अधिक जरूरतमंद एवं रोगियों को लाभान्वित करने का होगा प्रयास

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. +91-294-6622222,+91-7023509999 • ई-मेल : mankijeet2015@gmail.com•आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353, • डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-154/2021-2023