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-2534 • उदयपुर, गुरुवार 02 दिसम्बर, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

आपका अपना नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

सूर्य चलने लगा अकेला

नरेश साहू के घर 6 साल पहले दूसरे बेटे ने जन्म लिया। परिवार को खुशी के साथ साथ दुःख भी हुआ। नवजात बालक का दांया पैर बांए पैर की अपेक्षा लगभग 7 इंच छोटा होने के साथ ही घुटने में किसी प्रकार का जोड़ नहीं था। यह स्थिति आगे जाकर इसके लिए बड़ी मुश्किल बनने वाली थी। दुर्ग (छत्तीसगढ़) जिले की पथरिया तहसील के भेड़ेसरा गांव में रहने वाले गरीब किसान नरेश साहू ने अपने इस बेटे को 2–3 साल की उम्र होने पर रामपुर के एम्स सहित अन्य शहरों के अस्पतालों में दिखाया लेकिन कोई स्थाई उपाय नहीं मिला।

सूर्यकांत नामक इस बच्चे को पड़ोस के ही एक स्कूल में दाखिल करवाया गया। बच्चा पांव छोटे–बड़े होने के कारण चल नहीं पाता था। उसे गोद में अथवा साइकिल पर स्कूल छोडना पड़ता था। किसी ने कैलिपर तो किसी ने कृत्रिम पांव लगवाने की सलाह दी लेकिन गरीबी के चलते यह व्यवस्था नहीं हो सकी। तभी परिवार के किसी मित्र ने उन्हें उदयपुर के नारायण सेवा संस्थान ले जाने की यह कहते हुए सलाह दी कि वहां निःशुल्क कृत्रिम पांव, कैलिपर अथवा उपचार जो भी सम्भव होगा वह संतोषजनक ढंग से हो जाएगा।

पिता नरेश साहू बच्चे को लेकर 19 सितम्बर को संस्थान में आए जहां डॉ. अंकित चौहान ने उसके पांव की स्थिति को देखते हुए इसका विकल्प विशेष कैलिपर को ही मानते हुए बच्चे को कैलिपर विभाग के हेड डॉ. मानस रंजन साहू के पास भेजा। जिन्होंने सूर्यकांत के लिए अत्याधुनिक मॉड्यूलर एक्सटेंशन प्रोस्थेसिस सहित विशेष डिजाइन का कैलिपर तैयार कर लगाया। जो बाएं पैर के बराबर ही था।

बच्चे की उम्र बढने के साथ उसके वजन को झेलने और उसे चलने में यह एक्सटेंशन प्रोस्थेसिस बड़ी मदद करेगा। कुछ दिन सहारे के साथ चलने के बाद नरेश अब खुद चलता है। पिता ने बताया कि वह अकेला ही स्कूल जाता और लौटता है। संस्थान ने उनके परिवार की चिंता को तो दूर किया ही बालक को भी आत्मविश्वास से भर दिया।

आकोला (महाराष्ट्र) में दिव्यांग जांच ऑपरेशन चयन तथा कृत्रिम अंग माप शिविर

नारायण सेवा संस्थान आप सभी की शुभकामनाओं व सहयोग से विश्वभर में दिव्यांग सहायता व सेवा के लिये जानी जा रही है। देश–विदेश में समय–समय पर शिविर लगाकर कृत्रिम अंगों का वितरण जारी है। ऐसा ही एक कृत्रिम अंग वितरण शिविर 17 व 18 नवम्बर 2021 को नारायण सेवा संस्थान के खण्डेलवाल भवन अलसी, प्लॉट आकोला में संपन्न हुआ। शिविर सहयोगकर्त्ता नारायण सेवा संस्थान शाखा आकोला द्वारा शिविर में 195 का रजिट्रेशन दिव्यांगों के लिये कृत्रिम अंग वितरण 175, कैलीपर्स वितरण 20, की सेवा हुई।

उक्त शिविर में मुख्य अतिथि श्री गोपाल जी खण्डेलवाल (अध्यक्ष खण्डेलवाल समाज आकोला), अध्यक्षता श्री सभापति जी शुक्ल (डायरेक्टर दमामी नेत्र चिकित्सालय), विशिष्ट अतिथि श्रीमती मंजू देवी गोयना (समाज सेवीका), श्री दिपक जी बाबू भरतीया (उधोगपति गौरक्षण अध्यक्ष), श्री रणधीर जी सावरकर (विधायक आकोला), श्री हरीश जी मानधणे (शाखा संयोजक नारायण सेवा संस्थान आकोला), श्री सुभाष जी लोढ़ा (सदस्य), श्री शिव भगवान जी भाला (उधोगपति समाजसेवी), श्री नाथूसिंह जी, नरेश जी वैष्णव (टेक्नीशियन), शिविर टीम श्री हरिप्रसाद जी लढ़ा (शिविर प्रभारी), श्री मुकेश जी त्रिपाठी, श्री भरत जी भट (सहायक), श्री प्रणीण जी (विडियोग्राफर), श्री फतेहलाल जी (फोटोग्राफर) ने भी सेवायें दी।

दो तरह के दंश

प्राचीन काल में भारत के किसी राज्य का एक राजा अत्यंत बुद्धिमान और कुशल शासक था। उसने अपने दरबार में उच्च कोटि के विद्वानों तथा धर्म मर्मज्ञों को स्थान दिया हुआ था। रोजाना वह राजकाज के साथ ही विभिन्न विषयों पर चर्चा तथा विचार–विमर्श किया करता था। एक दिन उसने दरबारियों से प्रश्न किया, 'इस संसार में सबसे तेज काटने वाला कौन है?' उत्तर में किसी ने बर्र, किसी ने मधुमक्खी, बिच्छू, सर्प आदि को तेज काटने वाला बताया।

किंतु राजा को इन उत्तरों में समाधान दिखाई नहीं दिया। तब उसने अपने वयोवृद्ध और अनुभवी महामंत्री की ओर देखा, जो मौन था। राजा ने उससे कहा, 'मंत्रीवर! आपने सबके उत्तर सुने किंतु आपने कुछ नहीं बताया।' मंत्री बोले, 'राजन! मेरे विचार में विषधर जीवजन्तुओं की अपेक्षा सर्वाधिक तेज काटने वाले मानव ही होते हैं और वे दो प्रकार के होते हैं, निंदक और चाटुकार।' मंत्री के इस उत्तर पर सभा में सन्नाटा छा गया।

राजा सहित सभी की दृष्टि अपनी ओर देखकर बात को स्पष्ट करते हुए मंत्री ने कहा, 'राजन! ईर्ष्या और द्वेष आदि के विष से भरा हुआ निंदक मनुष्य को पीछे से काटता है, जिसके प्रभाव से आत्मा तिलमिला उठती है और दूसरा चाटुकार व्यक्ति हितैषी बनकर अपनी वाणी में खुशामद का मीठा जहर भरकर सम्मुख ही व्यक्ति के मन में उतारता है। परिणामस्वरूप वह अहंकार से चूर–चूर होकर अपने दुर्गुणों को ही गुण मानकर पथभ्रष्ट हो जाता है। वह सत्यासत्य का निर्णय किए बिना ही बुरे कर्म या विकर्म करता हुआ आत्मा के पतन की ओर बढ़ता चला जाता है। चाटुकार अथवा मायावी की बातों से मनुष्य की आत्मा अपनी सुधबुध खो बैठती है तथा अपने लाभ–हानि के अन्तर को भूलकर मनुष्य कुमार्ग के गर्त में गिर पड़ता है।' सभा में मंत्री के इस जवाब का तालियों से स्वागत हुआ और राजा भी उसके जवाब से संतुष्ट हुआ।

प्रसन्नता है प्रेम का झरना : कैलाश मानव

बन्धुओं माताओ– बहिनों आप देखते हैं कुछ खड़ताल रखे हैं इसलिए रखता हूँ मेरा मन प्रसन्न होता है। मीरा बाईजी ने भक्तिमति मीरा बाई, मेवाड़ की पटरानी मीरा बाई, डेगाना की ननिहाल की मीरा बाई, नागौर जिले की मीरा बाई उन्होंने भक्ति का एक इतिहास रच दिया।

नौकर मत बनना, चाकर बन जाना। गिरधर माने चाकर राखो जी नौकर बनोगे तो कोई कदर नहीं होगी। चाकर तो ऐसे चाकर भी बन जाओगे भीमसेन जी की कृपा मिल गई यदि तो भीमसेन जी जैसा साहस आ जायेगा।

भीमसेन जी कभी भययुक्त नहीं हुऐ। भयमुक्त रहे। एकबार माता के आँखों में आँसू देखा भीमसेन जी ने बोले माता कुन्ती, आपके आँखों में आंसू ? बोले – बेटा जिस घर में अपन यहाँ रह रहे हैं।

एक राक्षस पहले गाँव के बहुत लोगों को मार डालता है तो गाँव के लोगों ने ये कहाँ के भाई हर महिने हमारे परिवार में से एक जना छकड़ा भरकर के सारा सामान लेकर के जैसे गेहूँ है, तेल है, घी, शक्कर है लेकर के आ जायेगा तो आपका पेट भर जायेगा तो आप हमारे को मारा मत करो। तो भी वो क्या जो छकड़ा लेकर के जाता था उसको भी मार डालता था। तो कुन्ती ने कहा आज वारा अपन घर में रुका है उनका है और वो रो रहे हैं। बेटा कह रहा है माता मुझे जाने दे मैं नहीं भी रहा तो कोई फर्क नहीं पड़ेगा पर मेरी माँ, मेरी जननी, मेरी अन्तरमन मेरी धरती से भारी माँ आप तो रह जाओगे पिता ने कहाँ बेटा मुझे जाने दे मैं बूढ़ा हो गया।

भीमसेन जी ने कहाँ माता मैं जाऊंगा यही गदा लेकर घूमा दो।

ऐसे भीमसेन जी स्वयं छकड़ा लेकर के गये और राक्षस को हमेशा के लिए मार दिया। गाँव को हमेशा के लिए आनन्दित कर दिया।

सम्पादकीय

छल, कपट व झूठ जीवन के नकारात्मक पहलू हैं। जीवन में जब भी नकारात्मकता का प्रवेश होता है तभी हमारा आभामंडल सिकुड़ने लगता है। हमारी आत्मीय चमक फीकी होने लगती है। हमारी केवल और केवल सकारात्मक विचारों की नींव पर खड़ी इमारत है। इसकी दृढ़ता बनाये रखने के लिए नकारात्मकता की दीमक से बचाना जरूरी है।

दुनिया के इतिहास को देखें तो छल, कपट या झूठ से जिसने भी सफलता अर्जित की है, उसकी सफलता कहाँ टिक पाई है। उदाहरण तो ऐसे हैं कि उस सफलता के बाद ऐसी गिरावट आई कि अर्जित तो गया ही, साथ में संगृहीत भी नहीं रहा। छल, कपट और झूठ कभी भी लम्बे समय तक चल नहीं सकते। यहाँ तक कि इन बुराइयों का प्रयोगकर्त्ता भी हर समय सशंक रहता है। वह भी प्रतिक्षण इस भय में जीता है कि कहीं पोल न खुल जाए। जो सफलता भय पर आधारित होगी, वह कैसे टिकेगी। इसलिए इनसे बचना ही उपाय है।

कुछ काव्यमय

छल व्यवहार चले नहीं,
ईश्वर के दरबार।
कपट झूठ त्यागे बिना,
मिले न प्रभु का प्यार।।
छल से पाई सफलता,
कितना देगी साथ।
साथ सत्य का छूटता,
होते तभी अनाथ।।
कहते हैं होते नहीं,
कभी झूठ के पैर।
फिर कैसे अपने सधे,
गैर रहेंगे गैर।।
हमने सुना कि कपट का,
ना चलता व्यापार।
औरों की तो हानि है,
खुद का बंटाधार।।
कचरा फेंको कपट का,
फेंक दीजिये झूठ।
छल से सींचोगे अगर,
जीवन होगा ठूंठ।।

- वरदीचन्द राव

अपनों से अपनी बात

बीत गई सो बात गई

'व्यक्ति को पृथ्वी की तरह सहनशील तथा क्षमाशील बनना चाहिए। क्रोध तो शांति और स्वास्थ्य का शत्रु है। इसलिए इसे कभी भी अपने ऊपर हावी नहीं होने देना चाहिए। यह एक ऐसी अग्नि है जिसमें क्रोध करने वाला तो जलेगा ही दूसरों को भी जलाएगा।' बन्धुओं! क्रोध को प्रेम से, पाप को सदाचार से, लोभ को दान से और झूठ को सत्य से ही जीता जा सकता है।

भगवान बुद्ध एक कस्बे में प्रवचन कर रहे थे। सभी श्रावक शांति से बुद्ध की वाणी तन्मयता से सुन रहे थे, सभा में एक ऐसा श्रोता भी था जो स्वभाव से अति क्रोधी था। बुद्ध की बातें उसे बेतुकी लगी। वह कुछ देर सुनता रहा, फिर अचानक उठा और क्रोधित होकर बोला, 'तुम पाखंडी हो, बड़ी–बड़ी बातें ही करना जानते हो। जनसमुदाय को भ्रमित कर रहे हो। तुम्हारी ये बातें आज ना प्रासंगिक हैं और न कोई मायने रखती हैं।' यह कटुवचन सुनकर भी गौतम बुद्ध शांत रहे। उसकी बातों से न तो वे दुःखी

हुए और न ही किसी तरह की कोई प्रतिक्रिया व्यक्त की। यह देखकर वह व्यक्ति और आग बबूला हो गया। वह बुद्ध के मुंह पर थूककर वहां से चल दिया।

जब उस व्यक्ति का क्रोध शांत हुआ तो वह बुद्ध के प्रति अपने बुरे व्यवहार को लेकर पछतावे की आग में जलने लगा। दूसरे दिन वह प्रवचन स्थल पर पहुंचा लेकिन वहां बुद्ध नहीं थे। बुद्ध तो अपने शिष्यों के साथ पास वाले गांव की ओर विहार कर चुके थे। वह बुद्ध को ढूंढते हुए उसी गांव में पहुंचा जहां वे प्रवचन दे रहे थे। वह बुद्ध के चरणों में गिर पड़ा और बोला मुझे क्षमा करें प्रभु। बुद्ध ने पूछा, 'कौन हो भाई? क्यों क्षमा मांग रहे हो?' उसने कहा, 'क्या आप भूल गए मैं वही हूं जिसने कल आपके साथ दुर्व्यवहार किया था। मैं शर्मिंदा हूं, अपने दुष्ट आचरण के लिए। आपसे क्षमायाचना करने आया हूं।' भगवान बुद्ध ने उसके कंधे पर प्रेमपूर्वक हाथ रखते हुए कहा, 'बीता हुआ कल तो मैं वही छोड़कर आ गया, तुम अभी भी वहीं अटके हुए हो, तुम्हें अपनी गलती का आभास हो गया, तुमने पश्चाताप कर लिया, तुम निर्मल हो चुके हो, अब तुम वर्तमान में प्रवेश करो।' बुरी बातें, बुरी घटनाएं याद करते रहने से वर्तमान और भविष्य दोनों बिगड़ जाते हैं। बीते हुए कल के कारण आज को खराब मत करो।

उस व्यक्ति के मन से सारा बोझ उतर गया। उसने बुद्ध के चरणों में पड़कर क्रोध न करने और क्षमाशील बनने का संकल्प लिया। बुद्ध ने उसके सिर पर आशीष का हाथ रखा। उसी दिन से इस व्यक्ति के जीवन में परिवर्तन आ गया और वह सबका प्रिय हो गया।

–कैलाश 'मानव'

अपेक्षाएं ही मन का बोझ

यदि हम किसी समस्या को थोड़े समय के लिए भी मनोमस्तिष्क में रखते हैं, तो कोई फर्क नहीं पड़ता, लेकिन हम देर तक उसके बारे में सोचेंगे तो वह दैनिक जीवन पर असर डालने लगेगी।

इससे हमारा काम और पारिवारिक जीवन बोझिल होकर प्रभावित होने लगेगा। इसलिए सुखी जीवन के लिए जरूरी है कि समस्याओं और अपेक्षाओं का बोझ सिर पर हमेशा न लादे रखें। इसे बनाए रखने के बजाए समाधान ढूंढें और जीवन को सार्थक और आनंदमय बनाएं।'

प्रायः लोग कहते हैं कि मन भारी

है अथवा मन पर बोझ है। आखिर मन पर यह बोझ होता क्यों है? इस पर यदि मन का ही मंथन करें तो उत्तर स्वतः उभर आएगा। दरअसल, जब व्यक्ति जरूरत से ज्यादा अपनी अपेक्षाएं बढ़ा लेता है, तभी मन बोझिल हो उठता है और ऐसा होने पर अनावश्यक रूप से जीवन जटिल हो जाता है। मन कभी–कभी इसलिए भी दुःखी अथवा बोझिल हो जाता है जब आपके आसपास के लोग आपकी अपेक्षा के अनुसार व्यवहार नहीं करते लेकिन आपको दुःखी नहीं होना चाहिए क्योंकि दूसरों के प्रति आपका व्यवहार सही है।

आप किसी याचक को कुछ देते हैं और वह बिना आपका आभार जताए अपनी राह चला जाता है तो मन दुःखी हो जाता है किंतु मन व्यर्थ में दुःखी हो रहा है। आपका कर्तव्य आपने पूरा किया। कुल–मिलाकर अपेक्षाएं ही दुःख का कारण हैं। अपना कर्म करते रहें, किसी भी कार्य को बोझ न समझें, फिर देखिए जीवन आनंद से भर जाएगा।

स्वामी रामतीर्थ जापान में थे। वहां प्रवचन से पहले उनके हाथ में पानी का ग्लास था। उन्होंने शिष्यों से पूछा, 'इसका वजन कितना होगा?' उत्तर मिला, 'लगभग १००–१५० ग्राम।' उन्होंने फिर पूछा, 'अगर मैं इसे थोड़ी देर ऐसे ही पकड़े रहूं तो क्या होगा?' शिष्यों ने जवाब दिया, 'कुछ नहीं।'

'अगर मैं इसे एक घंटे पकड़े रहूं तो?' रामतीर्थ ने दोबारा प्रश्न किया। 'शिष्यों ने कहा, 'आपके हाथ में दर्द होने लगेगा।' उन्होंने फिर प्रश्न किया, 'अगर मैं इसे सारा दिन पकड़े रहूं तो?' शिष्य बोले, 'आपकी नसों में तनाव आ जाएगा।' रामतीर्थ ने कहा, 'अब ये बताओ क्या इस दौरान इस ग्लास के वजन में कोई फर्क आएगा?' जवाब था– 'नहीं।' तब रामतीर्थ बोले– 'यही नियम जीवन पर भी लागू होता है।

— सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

1996 में प्रशान्त का विवाह ब्यावर के समाजसेवी ओमप्रकाश गुप्ता की पुत्री वन्दना के साथ हो गया। उदयपुर से बारात लेकर ब्यावर गये। सभी परिजन व ईष्ट मित्र तो साथ थे ही डॉ. आर.के.अग्रवाल तथा राजमल भाईसा भी समय निकाल कर ब्यावर आये।

1997 में चैनराज लोढा भी इस असार संसार को विदा कर स्वर्गारोहण कर गये। खुशी इस बात की थी कि उनके जीते जी पोलियो होस्पीटल बन गया था और चलने लग गया था।

धन संग्रह अभी भी चुनौती बना हुआ था। एक विचार यह भी आया कि अस्पताल में इलाज हेतु आने वाले सम्पन्न लोगों से शुल्क लेना शुरु किया जाय मगर ऐसे लोगों की गिनती उंगलियों पर गिनने जैसी थी। चिकित्सा हेतु आने वाले रोगियों में 99 प्रतिशत गरीब तथा अत्यन्त गरीब तबके के थे। किसी एकाध सम्पन्न रोगी से 5–7 हजार का शुल्क ले भी लिया तो उससे कोई फर्क पड़ने वाला नहीं था। अन्ततः यही तय किया कि अस्पताल में चिकित्सा निःशुल्क ही की जायेगी।

इस बीच कैलाश ने राजकीय सेवा से स्वैच्छिक सेवानिवृति हेतु आवेदन कर दिया। कैलाश से उसके जयपुर एवं उदयपुर स्थित अधिकारी बहुत प्रसन्न थे, वे नहीं चाहते थे कि कैलाश समय पूर्व सेवानिवृति ले। उन्होंने कैलाश को मना किया, यह भी कह दिया कि रोज ढाई–तीन घन्टे भी नौकरी पर उपस्थित हो जायेगा तो वे काम चला लेंगे। कैलाश के लिये 3 घन्टे निकालना भी मुश्किल था, अस्पताल में रोगियों की आवक बहुत बढ़ गई थी। जयपुर में तब जी.एल.मीणा, डायरेक्टर फाइनेन्स थे, उन्होंने कहा कि वे उसे पदोन्नत कर देते हैं, आवेदन वापस ले लो।

अंश - 172

अस्थमा में दूध–गुड़ लेने से मिलेगी राहत

हमारे प्राचीन चिकित्सा शास्त्रों में सर्दी के दिनों में गर्म दूध के साथ गुड़ लेने के लिए कहा गया है। अस्थमा के रोगी इसे लेते हैं तो बीमारी में आराम मिलता है। अनिद्रा और पेट संबंधी रोगों में भी आराम देता है।

पोषकता भरपूर

प्रोटीन, पोटैशियम, गुड़ फैट, फॉस्फोरस, मैग्नीशियम, आयरन, विटामिन–बी, कैल्शियम, कॉपर और जिंक आदि इसमें मिलता है।

सिरदर्द को समझें

कई लोगों में अक्सर सिरदर्द की समस्या रहती है। यह परेशानी रोज, सप्ताह या माह मे एक बार भी हो सकती है। पेनकिलर से राहत मिल जाती है, लेकिन डॉक्टर्स का कहना है कि सिरदर्द किसी भी बीमारी का लक्षण हो सकता है। इसलिए मन से दवा लेने से समस्या गंभीर हो सकती है। दिमाग में किसी प्रकार के ट्यूमर, संक्रमण, बुखार या स्ट्रोक आदि से भी सिरदर्द होता है। अचानक असहनीय दर्द होने के अलावा, खांसने, छीकने या झुकने के दौरान दर्द होकर ठीक हो जाए तो भी दिखाए।

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

अनुभव अमृतम्

जर्जर तन चिपका पेटां रा
गाल खाल रा खाड़ा रे।
कठे अंगरख्या, कठे पगरख्या।
आधा फिरे उगाड़ा रे।।

महाराज, एक जीप में 29 करीबन बहुत आश्चर्य होता है इतने बैठ कैसे गए? अभी बिठाना चाहें तो मेरे लिए तो बहुत संभव ही नहीं हैं। हाँ उस जमाने में बैठ गए। हाँ 1986 हां 34 साल पहले की घटना है, 34 साल पूरे हो गए। अच्छी तरह से याद है कि मेरे पैर भी ऊपर करके एक निवार की डोरी से बांध दिये थे ताकि नीचे 2–3 साधक बैठ गए थे। कैसा दृश्य? कैसी शक्तियाँ? हे! परमात्मा आप की शक्तियों को साक्षात अनुभव किया हम ने। उदयपुर से झाड़ोल होकर के झाड़ोल तहसील से फिर कोटड़ा तहसील की यात्रा पानरवा की।

यात्रा में लोगों ने कहा महाराज रास्ता बहुत उबड़ खाबड़ है। साहब ध्यान सूं जाजो। ड्राईवर साहब ध्यान सूं ले जाजो, और जैसे ही कोई नाला आता तो रूकते। भाई जिनके पैरों में ऐसे पैर ऊँचें नहीं है ऊपर डंडे से बांधे हुए नहीं है वो रूक जावे भाई उतर जावे। और धक्का दीजिए जीप गाड़ी को। वाह दो जीप गाडियों में पौष्टिक आहार

नन्हा मुन्ना बालक टाबर
नंग धडंगा डोले रे,
कुणतो वांका दु:खड़ा देखे,
कुण मुखड़ा सूं बोले रे।।

जिव्या भी नहीं है महाराज बहुत कच्चे मकान है एक गारे की कोठी हैं पर वो खाली पड़ी है चक्की भी है। हाथ से मक्का को पीसने की मक्का को दलने की, कैसा जीवन? दो ढाई घंटे लगे।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 299 (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