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-2386 • उदयपुर, मंगलवार 06 जुलाई, 2021 • प्रेषण दिनांक : प्रतिदिन • कुल पृष्ठ : 4 • मूल्य : 1 रुपया

समाचार–जगत्
सकारात्मक व जनहितार्थ खबरें

सेवा–जगत्
मन से सेवा, नारायण सेवा

पीड़ित किसान परिवार को मदद

आठ दिन पहले गंगाखेड़ क्षेत्र के कतकरवाड़ी में किसान मंचक कतकड़े के घर में भीषण आग लग गई थी। आग ने उनके घर और उनकी आजीविका बकरियों और उनके दो चूजों को नष्ट कर दिया और दो बैलों को क्षति पहुंचाई। गरीब परिवार संकट में आ गया। कोरोना के कारण, उन्हें शिकायत दर्ज करने के लिए वाहन भी नहीं मिल सके।

मदद की आशा से गरीब किसान परिवार के सदस्य डेप्युटी कलेक्टर सुधीर जी पाटिल के कार्यालय में गए और उन्हें अपनी स्थिति व क्षति की जानकारी दी। यह महसूस करने हुए इस किसान को कानून के ढ़ांचे के भीतर मदद नहीं मिलेगी, सुधीर पाटिल ने धर्मार्थ संगठन, नारायण सेवा संस्थान उदयपुर जो हर मुश्किल में जरूरतमंद को सहायता के लिए तैयार रहता है। परभणी जिला संयोजिका श्रीमती मंजू दर्डा से संपर्क किया और उनसे मदद का अनुरोध किया। इस पर उन्होंने पीड़ित किसान परिवार को खाद्यान्न, बर्तन, कपड़े आदि सामान दिया। इस अवसर पर पूजा जी दर्डा, सखाराम जी बोबड़े, राहुल जी सबने एवं हर्ष जी आंधले भी उपस्थित थे।

खुश हुई रूकी जिंदगियां

संस्थान की ओर से रूकी हुई जिंदगियों को सक्रिय करने के लिए निःशुल्क कृत्रिम अंग माप, ऑपरेशन चयन तथा वितरण शिविर लगाये गये। शिविर में जब उन्हें चलने– फिरने व उठने – बैठने की उम्मीद नजर आई तो दिव्यांगजन खुश हो उठे।

बड़ोदरा :–

अजन्ता मेरिज हॉल में सम्पन्न शिविर में 107 दिव्यांगों ने भाग लिया। जिनमें से 3 का निःशुल्क ऑपरेशन के लिए चयन हुआ। जबकि 26 के कृत्रिम अंग व 28 के लिए कैलीपर बनाने का पी.एण्ड. ओ. नेहाजी अग्निहोत्र, टेक्नीशियन भंवर सिंह जी व किशन लाल जी ने माप लिए। अतिथियों ने 15 दिव्यांगों को बैसाखी का वितरण किया। आश्रम प्रभारी जितेश जी व्यास ने बताया कि शिविर में अतिथि के रूप में समाज सेवी महेन्द्र भाई चौधरी, श्रीमती लीला जी बालचंदानी व देवेश भाई थे। शिविर श्री देवजी भाई पटेल व श्री गजेन्द्र भाई साखर के सहयोग– सौजन्य से सम्पन्न हुआ।

छतरपुर :–

यहां आयोजित शिविर में 168 दिव्यांग बन्धु– बहनों ने भाग लिया। जिनमें से डॉ. आर. के. सोनी ने 27 का निःशुल्क सर्जरी के लिए चयन किया। जब कि 12 के लिए कृत्रिम हाथ–पैर व 39 का कैलीपर बनाने का माप लिया गया।

शिविर प्रभारी हरिप्रसाद जी लढ्ढा के अनुसार कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि रोटरी प्रांतपाल के. के. श्रीवास्तव, श्रीमती कंचन अरुणराय, श्री आनन्द जी अग्रवाल, श्री रामकुमार गुप्ता व श्रीमती मंजू राय थे। शिविर संचालन में लोगर जी डांगी, मुन्ना सिंह जी व मोहन जी मीणा ने सहयोग किया।

कांगड़ा –

ज्वाला जी– कांगड़ा (हि.प्र.) में सम्पन्न शिविर में डॉ. गजेन्द्र जी शर्मा ने कुल मौजूद 108 दिव्यांगों में से 2 का सर्जरी के लिए 28 का कृत्रिम अंग के लिए व 40 का कैलीपर बनाने के लिए चयन किया। सहयोग टेक्नीशियन नरेश जी वैष्णव ने किया। विशिष्ट अतिथि सर्वश्री रमेश चन्द्र जी बाला, रसील सिंह जी मन कोटिया, संजय जी जोशी, सौरव जी शर्मा व पंकज जी शर्मा थे।

मकराना :–

नागौर (राजस्थान) जिले के मकराना में दिव्यांग जांच, चयन एवं कृत्रिम अंग माप शिविर सम्पन्न हुआ। इसमें 116 दिव्यांगजन ने भाग लिया। इनमें से डॉ. एस.एल. गुप्ता ने 237 का निःशुल्क सर्जरी के लिए चयन किया। टेक्नीशियन श्री भंवर सिंह जी ने 20 दिव्यांगों के कृत्रिम अंग व 7 के कैलीपर बनाने के लिए नाप लिए शेष दिव्यांगों को उनकी जरूरत के मुताबिक सहायक उपकरण दिए गए। मुख्य अतिथि श्री महेश जी रांदड़ थे।

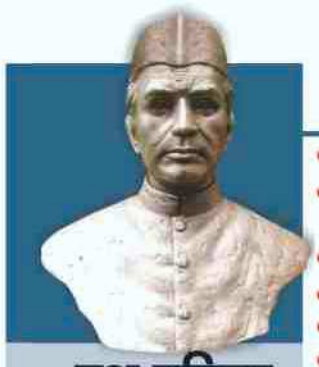
अध्यक्षता भारत विकास परिषद के अध्यक्ष श्री बाल मुकुन्द जी मूंदड़ा जी ने की। विशिष्ट अतिथि सर्वश्री रमेश चन्द्र जी छापरवाल, कमल किशोर जी मांधना, भंवर लाल जी गहलोत, महावीर जी प्रसाद, ओम प्रकाश जी राठी, व श्याम सुन्दर जी स्वामी थे। सहयोग संस्थान साधक सर्वश्री मुन्नासिह जी, लोगर जी डांगी व मोहन जी मीणा ने किया।

पुणे –

आईमाता मन्दिर कोढ़वा रोड़, पुणे (महाराष्ट्र) में संस्थान के तत्वावधान में आयोजित दिव्यांग सहायता शिविर में 18 दिव्यांगों को कृत्रिम हाथ– पैर व 2 को कैलीपर लगाए गए। आश्रम प्रभारी सुरेन्द्र सिंह झाला के अनुसार कार्यक्रम में विशिष्टि अतिथि सर्वश्री हीरालाल जी राठौड़, मोटाराम जी चौधरी, चम्पालाल जी कावड़िया, हर्ष वर्धन जी, हकाराम जी राठौड़, मोहन लाल जी, प्रकाश जी, कीकाराम जी, सोमाराम जी राठौड़ थे।

मानवीय सेवा हेतु करें सहयोग

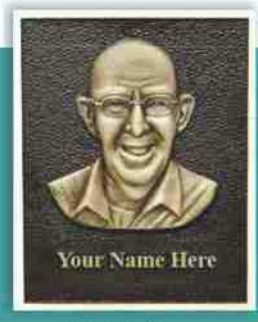
दानदाताओं के सम्मान में



वक्ष प्रतिमा
अस्पताल में प्रवेश पर

डायमण्ड ईंट
₹51,00,000
सौजन्य दाता

- टीवी चैनलों पर 3 मिनट की प्रोफाइल प्रसारित की जायेगी।
- नारायण सेवा की मासिक पत्रिका में एक पृष्ठ रंगीन प्रकाशित होगा। पत्रिका (10 लाख प्रति)।
- सेवा समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में स्वागत।
- 3 कृत्रिम अंग एवं चिकित्सा शिविर का सौजन्य लाभ मिलेगा।
- 4000 पेशेन्ट तक भोजन पहुंचाने का पुण्य मिलेगा।
- जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव दिव्यांगों के साथ मनाएं।
- प्रतिदिन दाता और उसके परिवार के लिए 4000 रोगीजन करेंगे कुशल क्षेम की प्रार्थना।



थ्रीडी फ्रेम
अस्पताल में प्रवेश पर

प्लेटिनम ईंट
₹21,00,000
सौजन्य दाता

- टीवी चैनलों पर 2 मिनट की प्रोफाइल प्रसारित की जायेगी।
- नारायण सेवा की मासिक पत्रिका में आधा पृष्ठ रंगीन प्रकाशित होगा। पत्रिका (10 लाख प्रति)।
- सेवा समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में स्वागत।
- आपश्री को 2 कृत्रिम अंग एवं चिकित्सा शिविरों में सम्मानित किया जायेगा।
- 15 दिनों में 4000 रोगी तक भोजन पहुंचाने का पुण्य मिलेगा।
- जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव दिव्यांगों के साथ मनाएं।
- प्रतिदिन दाता और उसके परिवार के लिए 4000 रोगीजन करेंगे कुशल क्षेम की प्रार्थना।

मानवीय सेवा हेतु करें सहयोग

फोटो फ्रेम
अस्पताल में प्रवेश पर

स्वर्ण ईंट
₹11,00,000
सौजन्य दाता

- टीवी चैनलों पर 1 मिनट की प्रोफाइल प्रसारित की जायेगी।
- नारायण सेवा की मासिक पत्रिका में क्वाटर पेज रंगीन प्रकाशित होगा। पत्रिका (10 लाख प्रति)।
- सेवा समारोह में विशिष्ट अतिथि के रूप में स्वागत।
- आपश्री को शिविरों में सम्मानित किया जायेगा।
- 7 दिन तक रोगी एवं परिचारकों को भोजन खिलाने का पुण्य मिलेगा।
- जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव दिव्यांगों के साथ मनाएं।
- प्रतिदिन दाता और उसके परिवार के लिए 4000 रोगीजन करेंगे कुशल क्षेम की प्रार्थना।

पट्टिका पर नाम
अस्पताल में चिल्ड्रन वार्ड

रजत ईंट
₹5,00,000
सौजन्य दाता

- सेवा कार्यक्रमों में विशिष्ट अतिथि के रूप में स्वागत।
- दानदाता को रोगियों का 3 दिन भोजन खिलाने का पुण्य मिलेगा।
- जन्मदिन और सालगिरह का उत्सव दिव्यांगों के साथ मनाएं।
- आपश्री और आपके परिवार के लिए हर दिन होगी प्रार्थना।

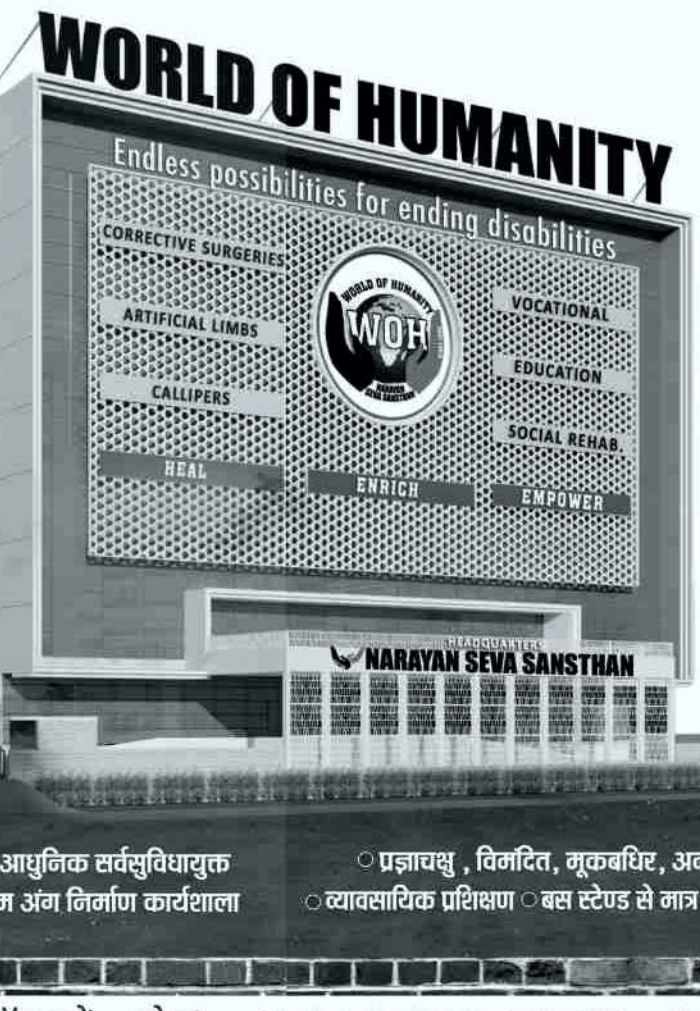
अंतहीन संभावनायें – दिव्यांगता मिटाने के लिये विभिन्नआयाम

WORLD OF HUMANITY का निर्माण प्रगति पर.....

अंतहीन संभावनाएं - दिव्यांगता मिटाने के विभिन्न आयाम

चिकित्सा
- निदान (एक्स रे, ओपीडी, लैब)
- उपचार (कृत्रिम अंग और कैलीपर्स)
- पोस्ट ऑपरेटिव केयर (वार्ड, आईसीयू)
- चिकित्सा सहायता (फार्मेसी एवं फिजियोथेरेपी)

स्वावलम्बन
- हस्तकला या शिल्पकला
- सिलाई प्रशिक्षण
- डिजिटल (कंप्यूटर) प्रशिक्षण
- मोबाइल फोन मरम्मत प्रशिक्षण
- नारायण चिल्ड्रन एकेडमी (निःशुल्क डिजीटल स्कूल)



सशक्तिकरण
- दिव्यांग शादी समारोह
- दिव्यांग हीरोज
- दिव्यांग खेल अकादमी
- दिव्यांग संगोष्ठी - सेमीनार
- इंटर्नशिप वॉलंटियर

सामुदायिक सेवाएं
- आदिवासी और ग्रामीण शिक्षा
- वस्त्र वितरण
- दृश्य एवं श्रवण बाधित के लिए आवासीय विद्यालय
- भोजन सेवा
- राशन वितरण
- वस्त्र और कंबल वितरण
- दवा वितरण

○ 450 बेड का निःशुल्क सेवा हॉस्पीटल ○ 7 मंजिला अतिआधुनिक सर्वसुविधायुक्त
○ निःशुल्क शल्य चिकित्सा, जांचें, ओपीडी ○ निःशुल्क कृत्रिम अंग निर्माण कार्यशाला

○ प्रज्ञाचक्षु , विमंदित, मूकबधिर, अनाथ एवं निर्धन बच्चों का निःशुल्क आवासीय
○ व्यावसायिक प्रशिक्षण ○ बस स्टेण्ड से मात्र 700 मीटर दूर ○ रेल्वे स्टेशन से 1500 मीटर दूर

अधिक जानकारी के लिए कॉल करें मो नं. : +91-294-6622222 वाट्सअप : +91-7023509999

सम्पादकीय

सेवा में अनंत संभावना

इच्छाएं मनुष्य की स्वाभाविक वृत्तियाँ है। प्रतिपल वह जाने–अनजाने ही इच्छाओं के संसार में आता–जाता रहता है। जब तक मन का साम्राज्य है तब तक इच्छाओं से मुक्त होना असंभव सा है। तो क्या हमारा जीवन पराधीन भावों में ही गुजरने की विडम्बना रहेगा? एक उपाय हो सकता है, हम प्रतिपल जन्मने वाली इच्छाओं का निषेध तो उच्चावस्था प्राप्त होने पर ही कर पायेंगे, किन्तु एक काम तो किया ही जा सकता है कि जब तक परम् भाव की जागृति न हो तब तक इच्छाओं का वर्गीकरण सद् व असद् इच्छाओं में कर लें। प्रयास हमारा यह रहे कि जब भी इच्छा जन्मे उसे सदिच्छा का स्वरूप देते रहें। कल्याण–भाव मन में उपजाते रहें। यदि यह सध जायेगा तो असद् इच्छाएं स्वयं मृत होने लगेंगी। जब इच्छा का एक भाव प्रबल और एक निर्बल होगा तब भी हम ईश्वरीय कृपा के अधिकारी तो हो ही जायेंगे। इसके आगे की यात्रा भले हो न हो पर इतनी यात्रा भी कम नहीं है।

कुछ काव्यमय

दानी बनकर सोचते,
हमने सींचा दान।
तो सोचते परमात्मा,
यह कैसा अभिमान।।
प्रभु का था प्रभु को दिया,
नहीं रखा है पास।
यही विषय आनन्द का,
यही समझ है खास।।
मेरा क्या था जो दिया,
ऐसी जिसकी सोच।
उसे कहाँ अभिमान हो,
जीवन में हो लोच।।
देता लेता वही प्रभु,
मैं तो बना निमित्त।
मेरा तो आनन्द है,
क्यों लाऊँ मैं चित्त।।
देकर के देखूं नहीं,
ऐसा विकसे भाव।
पानी छूटे झील का,
ज्यों ज्यों बढ़ती नाव।।

- वरदीचन्द राव

अपनों से अपनी बात

दान को सफल बनावें

लोक–कल्याण की भावना हमारे जीवन का लक्ष्य है पीड़ितों, असहायों, निर्धनों, दिव्यांगों की सेवा यही है लोक कल्याण आज के भौतिकतावादी और अर्थवादी युग में अर्थ के बिना लोक–कल्याण के कार्यों में रूकावटें आती हैं इन रूकावटों को समर्थ और सम्पन्न महानुभावों द्वारा उदार दान–सहयोग से दूर किया जा सकता है।

भगवान श्री कृष्ण ने पाण्डुनन्दन अर्जुन को अपने उपदेश में यही सीख दी थी

"मरुस्थल्यां यथावृष्टिः क्षुधार्ते भोजनं तथा।
दरिद्रे दीयते दानं सफलं तत् पाण्डुनन्दन।।"

मरूस्थल में होने वाली वर्षा सफल है भूखे को भोजन करवाना सफल है और दरिद्र निर्धन की सेवा के लिए दिया गया दान सफल है आपका यह संस्थान एक–एक मुट्ठी आटे से विगत 34 वर्षों से यही कर रहा है। हजारों विकलांग बन्धुओं को सभी प्रकार के सर्वथा निःशुल्क सेवा से अपने पैरों पर खड़ा किया उन्हें चलने योग्य बनाया, जो पहले चारों हाथ–पैरों पर अपने जीवन का बोझ उन्हें रोजगार परक व्यवसायों में प्रशिक्षण दिया स्वावलम्बी बनाया उनके विवाह सम्पन्न करवाये उन्हें गृहस्थ जीवन का सुख दिया और भी अनेक लोक–कल्याण के प्रकल्प यह है सूत्र रूप में नारायण सेवा।

आपमें से अनेक सहृदय बन्धुओं ने संस्थान में पधारकर इन सब सेवा–प्रकल्पों को प्रत्यक्ष देखा है तथापि पीड़ाओं का पूरी तरह उन्मूलन नहीं हुआ है–हजारों दिव्यांग भाई–बहिन–बच्चे असहाय निर्धन अपने ऑपरेशन के लिए प्रतीक्षा कर रहे हैं आप जैसे दानी भामाशाह की आपकी ओर करूण–कातर दृष्टि से देख रहे हैं। मेरा आपसे आह्वान है अनुरोध है विनम्र निवेदन है कृपया आगे बढ़ें उन्हें अपने पैरों पर खड़ा कर उनकी सहायता करके अपने दान को सफल बनावें। अब तक 4.23 लाख से अधिक निःशुल्क सफल ऑपरेशन आप जैसे दानी–भामाशाहों के दान का ही सुफल है।

–कैलाश 'मानव'

संयम और विवेक

एक व्यक्ति एक प्रसिद्ध संत के पास गये। बोले गुरुदेव मुझे जीवन के सत्य का पूर्ण ज्ञान है। मैंने शास्त्रों का काफी ध्यान से अध्ययन किया है फिर भी मेरा मन किसी काम में नहीं लगता। जब भी कोई काम करने के लिये बैठता हूँ तो मन भटकता है। आप और हमारे साथ भी ऐसा होता है। तो मैं उस काम को छोड देता हूँ। इस अस्थिरता का कारण क्या है? संत ने उसे रात तक इंतजार करने के लिये कहा। रात होने पर वो उसे एक झील के किनारे ले गये। झील के अंदर चांद के प्रतिबिम्ब को दिखाकर बोले– एक चांद आकाश में और एक झील में। तुम्हारा मन इस झील की तरह है। तुम्हारे पास ज्ञान तो है लेकिन तुम उसको इस्तेमाल करने की बजाय, तुम उसे सिर्फ मन में लाकर बैठे हो। ठीक उसी तरह जैसे झील असली चांद का प्रतिबिम्ब लेकर बैठी है।

तुम्हारा ज्ञान तभी सार्थक हो सकता है। जब तुम उसे अपने व्यवहार में संयमता और एकाग्रता के साथ अपनाने का प्रयास करोगे। झील का चांद तो मात्र एक भ्रम है तुम्हें कार्यो में मन लगाने के लिये, आकाश के चन्द्रमा की तरह बनना है। झील का चांद तो पानी में पत्थर गिराने पर हिलने लगता है। जिस तरह से तुम्हारा मन जरा–जरा सी बातों पर डोलने लगता है ना? तुम्हें अपने ज्ञान और विवेक को जीवन में नियमपूर्वक लाना होगा। अपने जीवन को सार्थक और लक्ष्य हासिल करने में लगाओगे, खुद को आकाश के चांद की तरह पाओगे। शुरू में थोड़ी परेशानी आयेगी पर कुछ समय बाद ही तुम्हें इसकी आदत हो जायेगी। इसलिये आप और हम ध्यान रखें कि जैसे मन नहीं लगता तो मन लगाने के लिये सबसे बड़ा एक तरीका है कि आप उसमें खो जायें। आप उसको समझने की कोशिश करें। उसमें विवेक लगायें, उसमें संयम रखें। क्योंकि अगर आप विवेक नहीं लगायेंगे, आप रटा मारेंगे। आप किसी चीज को ऐसे याद करने की कोशिश करेंगे रटा मारकर तो नहीं होगी। लेकिन आप उसे समझकर याद करेंगे तो तुरन्त याद हो जायेगी। इसलिये ध्यान रखें संयम और विवेक का जो कोम्बीनेशन है वो बराबर चलना चाहिये।

– सेवक प्रशान्त भैया

एक सेवाभावी मानव की जीवनी

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

घायलों में अहमदाबाद का एक समृद्ध व्यक्ति भी था। उसने अपने परिजनों को फोन कर दिया था। उसके दो लड़कियां थी, दोनों विवाहित थी। दोनों अपने पतियों के साथ गाड़ी लेकर आ रहे थे। कमला जो कपड़े लेकर आई थी वे उन घायलों को दे दिये जिनके कपड़े खून से खराब हो गये थे या दुर्घटना में फट गये थे। अस्पतालकर्मियों के साथ कैलाश व कमला भी घायलों की चिकित्सा में सहयोग करने लगे। ज्यूं ज्यूं खबर मिलती गई घायलों के परिजन, मित्र आने लगे। अहमदाबाद के सेठ की भी दोनों बेटियां और उनके पति आ गये। सेठ का खून काफी बह गया था इसलिये उन्हें तुरन्त खून देने की जरूरत थी। डाक्टर ने दोनों लड़कियों और जवाइयों का खून टेस्ट किया। सबका खून सेठ से मिल गया। डाक्टर ने अब इन्हें खून देने के लिये तैयार होने को कहा तो दोनों जवाइयों ने इन्कार कर दिया। कैलाश वहीं खड़ा था, उसे अपने कानों पर यकीन नहीं हो रहा था कि उसने सही सुना है या नहीं, मगर उसकी आंखों के सामने सब घट रहा था। तीनों अड़े हुए थे, अपने श्वसुर तक को खून देने को तैयार नहीं थे। डाक्टर उन्हें समझा रहा था पर वे मानने को ही तैयार नहीं थे। बार बार कहे जा रहे थे, खून किसी से खरीद लो, जितने पैसे लगेंगे वो देने को तैयार हैं। सेठ की हालत खराब थी, उसे खून देने की सख्त आवष्यकता थी, कैलाश मन ही मन इन जवाइयों की अज्ञानता और अहंकार पर आश्चर्य व्यक्त कर रहा था, हर चीज अगर खरीदी जा सकती है तो फिर खून खरीदने की भी क्या जरूरत है, मरीज अगर मर भी जाये तो उसकी जिन्दगी खरीद लेना, जितने पैसे लगे दे देना। कैलाश का ग्रुप मेच नहीं हो रहा था वरना इतनी नौबत ही नहीं आती।

अंश - 53

राहुल को लगे कृत्रिम पैर

शाहदरा– दिल्ली निवासी एवं संस्थान के विशिष्ट सेवा प्रेरक श्री रविशंकर जी अरोड़ा ने लॉक डाउन (कोरोना काल) के दौरान दोनों पांवों से दिव्यांग एक युवक के कृत्रिम पैर लगवाए।

दिल्ली के बदरापुर निवासी युवा क्रिकेट खिलाड़ी 2018 में जबलपुर मैच खेलने गए थे। लौटते समय चलती ट्रेन से नीचे गिर पड़े और पांव पहियों के नीचे आकर कट गए थे। राहुल को अब चलने फिरने में किसी सहारे की जरूरत नहीं है। उन्होंने संस्थान एवं व उसके विशिष्ट सेवा प्रेरक–अरोड़ा जी का आभार व्यक्त किया है।

आंखों का ख्याल कैसे रखें और किन बातों का ध्यान रखें जानिए

आँखें है तो जहान है। इनकी सुरक्षा के लिए हमें तत्पर रहना चाहिए। इसलिए नोट करें कि क्या नहीं करना है।

स्क्रींस पर लम्बा समय

मोबाइल, कम्प्यूटर या टैबलेट के सामने ज्यादा समय बिताने से आखों में सूखेपन की समस्या हो सकती है।

रात में टीवी देखना

अंधेरे कमरे में टीवी देखने से बार–बार रोशनी के बदलाव के कारण आंखों में लाली और सूखापन दोनों हो सकते हैं।

कॉन्टैक्ट लेंस लगाकर सोना

लैंस लगाकर सोने से आंखों में संक्रमण हो सकता है, जिसके कारण हुई तकलीफ नेत्रों को स्थायी नुकसान पहुंचा सकती है।

कम पानी पीना

आंखों को नम रखने के लिए हमें शरीर को हाइड्रेटेड रखना जरूरी है। यह हमारी अश्रुग्रंथियों के लिए भी आवश्यक है।

आंखों को रगड़ना

जोर–जोर से आंखें रगड़ने से हमारी पलकों के नीचे की रक्त वाहिनियां, जो बहुत कोमल होती हैं, क्षतिग्रस्त हो सकती हैं।

दवा की अधिकता

बार–बार अनावश्यक रूप से या बिना डॉक्टर की हिदायत के दवा डालते रहने से सूखापन बढ़ सकता है।

चलते वाहन में पढ़ना

हिलते–डुलते पढ़ने से फोकस करने में दिक्कत होगी, आंखों पर जोर पड़ेगा और सिरदर्द–उल्टी हो सकती है।

कम रोशनी में पढ़ना

हमारी आंखों पर दबाव कम पड़े इसके लिए पर्याप्त रोशनी में ही पढ़ने या लिखने जैसे काम करने चाहिए।

जांच से दूरी

जिनके नेत्र कमजोर हैं, उन्हें साल में एक बार जरूर अपनी आंखों की जांच करवा लेनी चाहिए।

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

अनुभव अमृतम्

काका साहब जो कपड़े आपके द्वारा दिये जाते हैं, कोट होते हैं, जर्सी होती है, स्वेटर होते हैं, शर्ट होते हैं, पेन्ट भी होते है। लेकिन ये आदिवासी, वनवासी क्षेत्र के, बहनें घाघरे– लूगड़े पहनती है। इनके लायक कपड़े मिल जावे। मफत काका बोले– हाँ, हाँ, जरूर जरूर, आप ऐसा करें पांच हजार कपड़े, लूगड़े खरीद लें, पांच हजार घाघरे खरीद लें, और यदि रेडीमेड नहीं मिले तो आप कपड़ा खरीद के कमला जी सिल देगी, मैंने तो कमलाजी की बहुत तारीफ सुनी है। काकी साहब भी बोली, ध्रुवा साहब भी बोले। आदरणीय ध्रुवा साहब एक जमाने में बहुत सालों तक बिड़लाजी के पिताजी के साथ रहे, आदित्य बिड़लाजी। अभी कई सालों तक मफत काका साहब के प्राईवेट सेक्रेटी साहब थे, बहुत अच्छा, बहुत अच्छा। कल्पना उस समय विवाह करके पधार गई थी। हमारे आदरणीय ब्याईजी साहब सत्यनारायणजी गोयल साहब देवता पुरुष। अति सज्जन, मीठी वाणी, निर्लोभ, बहुत प्यार से बोलते। उनकी धर्मपत्नी आदरणीया ब्याणजी साहब उनकी एक बेटी। कुछ ऐसा हुआ कि वो मेन्टली रिटार्यडटेड हो गई, बीस साल की उम्र। आदरणीय अनिल जी गोयल साहब अच्छा परिवार। कल्पना जी उस समय में मलाड में रहने लगी थी। बड़े प्रसन्न मफत काका, मैंने कहा– साहब आप पधारिये, काकी साहब, ध्रुवा साहब पूरा मफतकाका परिवार। जरूर जरूर कैलाशजी। ऐसा करते है बीस दिन बाद में आ जाता हूँ। हाँ, हाँ, आनन्द आ गया। आनन्द आ गया– महाराज। हमें सब कुछ मिल गया। 18 तारीख को, 18 जुलाई को मफत काका साहब, हाँ महाराज। 18 जुलाई 87 को मफत काका साहब पधारेंगे।

सेवा ईश्वरीय उपहार– 180 (कैलाश 'मानव')

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 मित्ति

(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

अधिक जानकारी के लिए कॉल करें

मो नं. : +91-294-6622222 वाट्सअप : +91-7023509999

आपके अपने संस्थान का पता

नारायण सेवा संस्थान - 'सेवाधाम', सेवानगर, हिरण मगरी, सेक्टर-4, उदयपुर-313002 (राजस्थान) भारत

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